

# Patienten informieren Patienten

**Dachverband Osteoporose gibt aktuelle Leitlinie für Betroffene heraus –**

**Der Dachverband der deutschsprachigen Osteoporose-Selbsthilfeverbände (DOP) hat die bisherige Patientenleitlinie überarbeitet und jetzt neue Empfehlungen für Patienten herausgegeben. Die Leitlinien sollen Osteoporosepatienten helfen, das Gespräch mit dem Arzt oder Therapeuten konkreter und in einem partnerschaftlichen Verhältnis zu führen.**

Die Empfehlungen zur Prävention und Therapie durch Bewegung sind als Schwerpunkt konkreter gefasst. So müssen Muskeln und Knochen regelmäßig mindestens zwei bis drei mal pro Woche trainiert werden, um den größten Effekt zu erzielen. Besonders wichtig ist den Patientenvertretern die Vorbeugung durch eine ausreichende Versorgung mit Kalzium und Vitamin D, die es gegebenenfalls auch über eine medikamentöse Ergänzung zu sichern gilt.

Der Schmerztherapie als besonders belastenden Situation für die Betroffenen wird mehr Raum eingeräumt, und es ist der wissenschaftlich gültige, ganzheitliche Ansatz berücksichtigt. Neben der medikamentösen Behandlung werden auch Möglichkeiten der Physiotherapie und die Bedeutung der psychologischen Schmerztherapie vorgestellt. Darüber hinaus wurden aktuelle Erkenntnisse aus den medizinischen Leitlinien aufgenommen.

„Mit unseren Empfehlungen wollen wir die Patienten ermutigen, aktiv zu werden und selbst ihren Beitrag für die eigene Knochengesundheit und Lebensqualität zu leisten“, sagt Dr. Dietmar Krause, Sprecher des DOP in Marburg. „Patienten-Leitlinien mit leicht verständlichen Erklärungen sind wichtig, damit der Arzt auf einen informierten Patienten trifft. Das verbessert die Kommunikation und hoffentlich auch den Behandlungserfolg“, so Krause weiter. Die DOP-Leitlinie findet sich im Internet unter [www.osteoporose-dop.org](http://www.osteoporose-dop.org)

Der Dachverband deutschsprachiger Osteoporose Selbsthilfeverbände und patientenorientierter Osteoporose Organisationen e. V. vereint unter seinem Dach Selbsthilfeorganisationen aus Deutschland, Österreich und der Schweiz und ist somit Sprachrohr für mehr als acht Millionen Betroffene.

[Zurück](#)