

Lückenloses Risiko-Wissen ...

Bei der postmenopausalen Osteoporose können bereits mit dem Eintritt in die _____ Frakturen auftreten.

Gründe dafür sind der Rückgang der _____ und vermutlich eine erbliche Veranlagung diese Skeletterkrankung zu entwickeln.

Die Altersosteoporose, die auch eine Form der _____ Osteoporose ist, tritt in der Regel erst nach dem 70. Lebensjahr auf.

Krankheiten, wie Schilddrüsenüberfunktion, Diabetes mellitus und chronische Nieren-, Darm- oder _____, können Ursachen für eine sekundäre Osteoporose sein.

Ebenso kann die langjährige Einnahme bestimmter _____ eine Osteoporose bedingen.

Neben den bereits genannten Faktoren, die für die Entstehung einer Osteoporose maßgeblich verantwortlich sind, können eine Anzahl weiterer Einflussgrößen _____ für diese Krankheit sein.

So sind Frauen häufiger von einer Osteoporose betroffen als _____ und Menschen weißer Rasse öfter als solche _____.

Eine spät einsetzende erste _____ (Menarche) und der _____ Eintritt in die Wechseljahre (Menopause) zählen ebenfalls zu den Risikofaktoren für eine Osteoporose. Ein Östrogenmangel und möglicherweise ein Ausbleiben der Regelblutung durch ein _____ Körpergewicht oder durch „_____“, kann schon in jungen Jahren (< 30 Jahre) zu einer Osteoporose führen.

Ebenso kann Bewegungsmangel und _____, bedingt durch lange Bettruhe oder eine Behinderung, zu gesteigertem Knochenmasseverlust führen.

Eine schlechte _____ wirkt sich ebenfalls negativ auf den Knochenstoffwechsel aus.

Ein übermäßiger _____ zählt auch im weiteren Sinne zu einer schlechten Ernährung, da er die Ausnutzung von Nährstoffen verschlechtert bzw. deren Bedarf erhöht, die für den Knochenstoffwechsel wichtig sind.

Außerdem beschleunigt Alkohol den _____.

Es ist noch nicht genau erklärt, ob auch Zigarettenrauch ein _____ für eine Osteoporose ist.

Östrogenproduktion	Ernährung	frühe	Wechseljahre
Männer	Medikamente		Inaktivität
	Regelblutung		primären
Knochenmasseabbau		schwarzer	Übertraining
Magenerkrankungen	Risikofaktor	geringes	
	Ursache		Alkoholgenuss