

Stichwortverzeichnis

A

Aal 59
Abaloparatid 112, 190
Aktivität 34
akute Schmerztherapie 153
Alendronat 111, 189, 195, 267
Alkohol 52, 67–68
Alpha-Linolensäure 63
Anamnese 102
Anastrozol 123
Antibiotika 111
Antidepressiva 121, 182
Antiepileptika 121, 135
Antiresorptive Medikamente 188
Antiresorptive Therapie 119
Aromatase-Hemmer 122
Arthrose 161
Arzneimittel 116
Atrophie 72

B

BAGSO 209
Balancetraining 162
Ballonkyphoplastie 155–156
Bandscheibe 161
Basisdiagnostik 101, 184, 186
Basistherapie 34, 67, 74, 110
Bauchspeicheldrüse 120
Bazedoxifen 189, 193
Behandlung 24
Behandlungsdauer 115
Behandlungskonzept 74
Beweglichkeit 76, 79
Bewegung 44, 67
Bewusstlosigkeit 161
Bisphosphonate 110–111, 113, 123, 189, 191–193
Blutdruck 66
Blutuntersuchung 132
BMI 44, 140, 199
Bohnen 57
Broccoli 53
Brustkrebs 122, 191

Bundesarbeitsgemeinschaft Rehabilitation 222
Bundesselbsthilfverband für
Osteoporose e. V. 157, 178, 197, 207

C

Calcitonin 52, 113
Carbamazepin 121
Chair-Rising-Test 171
Chemotherapie 122, 140
Cholesterin 111
Cholesterinspiegel 63
Chronische Darmerkrankungen 129
Chronische Erkrankung 24
Chronisch-entzündliche
Darmerkrankungen 184
Codein 154
Cola 62
Colitis ulcerosa 129
Compliance 115
COPD 184
Cortisolspiegel 139

D

Dachverband Osteologie e. V. 60, 109, 178, 205
Darm 53
Demenz 161, 182
Denosumab 110, 113, 123, 189, 191–193, 195
Depression 121, 182
Desserts 56
Deutsche Gesellschaft für
Ernährung 60
Deutsche Rentenversicherung 220
DEXA-Messung 32, 103, 105, 115, 119, 126, 174, 186, 204–205
Diabetes mellitus 42, 66, 138, 183
Diagnose 23, 34
Diagnostik 45, 109
Diclofenac 154, 195
Disease-Management-Programm 173
Dreijahresfrakturrisiko 188, 190
Dünndarm 53
DVO-Osteologie 174

E

Eier 56
 Eierstockzyste 128
 Eiweiß 64
 Entspannungsübungen 158
 Epilepsie 41, 121, 182
 Erbliche Faktoren 183
 Erfahrungsaustausch 211
 Ernährung 51
 Erstattungsfähigkeit 104
 Erwerbsminderung 222
 Erwerbsminderungsrente 219, 222, 224
 Exemestan 123

F

Fast-Food 66
 Fettstoffwechselstörung 66
 Fisch 56, 62, 66
 Fleisch 56, 62, 66
 Fluorid 66
 Folsäure 187
 Fracture Liaison Service 175
 Fragebogen 47
 Frakturen 37
 Frakturrisiko 41, 65, 69, 181, 186, 194
 imminentes 180
 Früchte 58
 Fruchtsäften 54
 Funktionstraining 148, 157, 196, 210–211

G

Gabapentin 121
 G-BA 174
 Gehirn 150
 Gemüse 69
 Genetische Faktoren 44
 Gesättigte Fettsäuren 66
 Geschicklichkeit 79
 Getreide 68
 Gewicht 67
 Gewürze 66
 Gleichgewicht 75, 79, 162, 198
 Gleichgewichtsfähigkeit 76
 Gleichgewichtssinn 74
 Gliederschmerzen 113
 Glukokortikoide 41, 119, 121–122,
 135, 184
 Grad der Behinderung (GdB) 26, 225
 Grünkohl 53
 Gymnastik 78

H

Harnstein 54
 Hausarzt 203
 Haut 59
 Hautkrebs 60
 Hering 59
 Herz 120, 183
 Herz-Kreislauf-Erkrankungen 63, 66
 Herzinfarkt 161, 193
 Herzkrankheiten 54
 Herz-Kreislauf-System 78
 Hilfe 26
 Hilfsmittel 26, 220
 HIV 129, 184
 Hormone 52, 114, 128
 Hormonersatztherapie 69
 Hormonstörung 42
 Hormontherapie 114
 Hüfte 103
 Hypertrophie 72
 Hypogonadismus 122, 139
 Hypokalzämie 192
 Hyponatriämie 182

I

Ibandronat 111, 189
 Ibuprofen 154, 195
 IgeL-Leistung 104
 Inaktivität 72
 Informationsbroschüren 216
 Infusion 189
 Intrinsische Faktoren 161
 IOF 141, 209
 IQWiG 199

J

Jod 66
 Joghurt 53–55, 66

K

Kaffee 68
 Kakao 69
 Kalzium 26, 38, 41, 52, 54–55, 59, 64, 72, 110,
 135, 187, 190, 235
 Kalziumaufnahme 53
 Kalziumgehalt 55
 Kalziummangel 54
 Kalziumpräparate 70
 Kalziumstoffwechsel 55
 Kalziumtabletten 54

Kalziumvorrat 36
 Käse 53, 56, 66
 Kiefernekrose 123–124, 192
 Knochen 31, 34–35, 59
 Knochenabbau 25–26, 34, 39, 52, 68, 113, 119, 133
 Knochenaufbau 37–38, 62, 133
 Knochenbälkchen 136
 Knochenbruch 32, 37, 41
 Knochenbruchrisiko 108, 116
 Knochendichte 32, 40–41, 69, 75, 105–106, 109, 115, 186
 Knochendichtemessung 186
 Knochenfestigkeit 52
 Knochengesunde Rezepte 243
 Knochengesundheit 59, 69, 73
 Knochengewebe 38
 Knochenmasse 38–39, 51, 72–74, 77, 110, 114, 128, 132–133
 Knochenräuber 68
 Knochenschwund 121
 Knochenstoffwechsel 36, 68, 113, 126, 128
 Knochenstoffwechselstörung 108
 Knochensubstanz 39, 44, 128
 Kochrezepte 26
 Kochsalz 68
 Koffein 68
 Koordination 76, 198
 Koordinationsfähigkeit 59
 Körpergröße 102
 Körperhaltung 162
 Kortison 42, 119–120, 183, 191
 Kraftausdauertraining 74
 Krafttraining 70, 76–77
 Krankengeschichte 44–45
 Krankengymnastik 148, 156
 Krankheitsgeschichte 45
 Kräuter 66

L

Lachs 59
 Lamotrigin 121
 Langzeittherapie 116
 Lebensalter 45, 108
 Lebensstil 23, 44, 183, 199
 Leber 68, 120
 Leistungen der Pflegeversicherung 230
 Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben 220–221

Lendenwirbel 75
 Lendenwirbelsäule 103, 126, 180
 Letrozol 123
 Leukämie 135
 Levetiracetam 121
 Linsen 57
 Lunge 120
 Lungenembolie 112

M

Magnesium 62–63, 65
 Magnesiumspiegel 62
 Makuladegeneration 164
 manifeste Osteoporose 41, 120
 Medikamente 45, 109
 Medikamentöse Therapie 41–42, 108, 109, 193
 Medikationsplan 165–166
 Menopause 42, 102, 123, 125, 137
 Metamizol 196
 Milch 54–55, 59, 68
 Milchgetränke 55
 Mineralgehalt 103
 Mineralstoffe 65
 Mineralwasser 54, 58
 Mobilität 45
 Morbus Alzheimer 182
 Morbus Crohn 129, 138
 Morbus Parkinson 182
 Motorik 163
 Multiple Sklerose 182
 Muskelaktivität 72
 Muskelkraft 59, 126, 198
 Muskelmasse 59
 Muskeln 34, 52
 Muskelschwäche 161
 Muskeltraining 148
 Mythen 34

N

Nahrung 59
 Nahrungsergänzungsmittel 54
 Nebenwirkungen 112, 116
 Nerven 52, 146
 Nervensystem 75, 121
 Nervenzellen 150
 Nieren 52–53, 59, 64, 68, 120, 183
 Nierenfunktion 54
 Nordic Walking 79
 Nüsse 53, 58

O

Oberschenkelhalsbruch 33, 37, 44, 175, 188
 Obst 54, 69
 Omega-3-Fettsäuren 63
 Omega-6-Fettsäuren 63
 Opioide 154, 196
 Orientierungsfähigkeit 76
 osteoanabole Medikamente 190
 Osteoblasten 38–39, 113, 190
 Osteoklasten 39, 52, 111, 113, 189–190
 Osteologe – DVO 205
 Osteomalazie 61, 108, 121
 Osteopenie 40–41, 103
 Osteoponie 230
 Osteoporose-Risiko-Fragebogen 43
 Östrogen 127
 Östrogenbehandlung 114
 Östrogene 114, 189
 Östrogenmangel 42, 125, 129, 132
 Östrogenspiegel 36, 189
 Oxalsäure 69

P

Paracetamol 154, 196
 Parathormon 52, 110, 112, 190
 Patientenleitlinie 177
 peak bone mass 128, 137
 Pflege 26, 229
 Pflegebedürftigkeit 37
 Pflegegrad 229, 231
 Pflegegutachten 231
 Pflegekasse 229
 Phenobarbital 121
 Phenytoin 121
 Phosphat 62
 Physiotherapie 41
 Phytin 68
 Phytoöstrogene 69
 Postmenopause 125
 Prämenopause 125
 Prävention 75, 77, 197
 Prednisolon 111, 181
 Primidon 121
 Prostatakrebs 54, 139, 191
 Protein 66
 Proteine 135
 Psychosoziale Unterstützung 211

R

Raloxifen 110, 112–113, 189, 193
 RANKL 113, 189

Rauchen 37, 52, 68
 Reaktionsfähigkeit 76
 Reaktionsgeschwindigkeit 198
 Rebound-Effekt 195
 Rechtsschutzmöglichkeiten 224, 227, 232
 Rehabilitation 77
 Rheumatisch-entzündliche Erkrankungen 138
 Risedronat 111, 189
 Risikofaktor 44
 Risikofaktoren 32, 43, 45, 68, 102, 139, 182
 Risikorechner 47
 Robert Koch-Institut 61
 Rohkost 54
 Romosozumab 110, 193
 Röntgen 106
 Rückenmark 147
 Rückenorthese 154
 Rückenschmerzen 102, 147, 150
 Rundrücken 32

S

Sahne 56
 Salz 66
 Samen 58
 Sarkopenie 136
 Säure-Basen-Haushalt 64, 69
 Schenkelhalsbrüche 37
 Schenkelhalsfraktur 181
 Schilddrüse 102, 138–139, 183
 Schlaganfall 161, 182, 193
 Schmerz 145
 Schmerzbehandlung 151
 Schmerzdiagnose 151
 Schmerzen 33
 Schmerzlinderung 147
 Schmerzmittel 147
 Schmerzreiz 146
 Schmerzskala 152–153
 Schmerztherapie 146, 156, 205
 Schokolade 69
 Schwerbehindertenausweis 225
 Schwindel 162
 Screening 101
 Sehen 164
 Sehstörung 161
 Sekundäre Osteoporose 37, 42, 106, 138, 204
 Selbsthilfe 26, 108
 Selbsthilfegruppen 35, 196–197, 207
 SERMS 112, 189
 Skelett 35, 52, 72, 103
 Sklerostin 190

Soja 53
 Sonnenlicht 59
 Strahlentherapie 122
 Sturz 159
 Sturzangst 161
 Sturzfolgen 159
 Sturzneigung 68
 Sturzprävention 197
 Sturzprophylaxe 26, 74–75, 107–108,
 159–160
 Sturzrisiko 34, 59, 75
 Sturzrisiko-Skala 166
 Sturzvermeidung 76–77
 Supplemente 54, 65

T

Tamoxifen 123
 Tee 68
 Teriparatid 112
 Testosteronmangel 132, 183
 Therapiekosten 37
 Therapietreue 116
 Tilidin 154
 Trabekulärer Knochen 136
 Tramadol 154
 Transplantationsosteoporose 120
 T-Score 41
 Tumorthherapie 121

U

Übungen zur Stärkung des Knochens 81
 Übungen zur Sturzprophylaxe 168
 Umschulungsmaßnahmen 220
 Untergewicht 45
 UVB-Strahlung 59

V

Vegane Ernährung 70
 Vertebroplastie 155–156

Vitamin B 187
 Vitamin B2 66
 Vitamin B6 65
 Vitamin C 65
 Vitamin D 26, 41, 51, 54, 59, 64, 110, 187,
 190, 199
 Vitamin K 65, 187, 199
 Vitamin-D-Mangel 60
 Vitamin-D-Spiegel 61, 135
 Vitamine 65
 Volkskrankheit 23
 Vollkornprodukte 63
 Vorbeugung 24

W

Wasser 67
 Wassergymnastik 211
 Wechseljahre 114, 127–128
 Wechselwirkungen 118
 Weltgesundheitsorganisation 33, 37
 Wiedereingliederung 221
 Wirbelkörper 180
 Wirbelkörperbruch 109
 Wirbelkörperbrüche 147, 149
 Wirbelkörperfraktur 104, 146, 181, 188, 205
 Wirbelkörperfrakturen 41, 45
 Wirbelsäule 106, 148
 Wohnumfeld 164
 Wurstwaren 62

Z

Zähne 52
 Zellen 40, 52
 Zentrales Nervensystem 147
 Zink 65
 Zoledronat 111, 189, 195
 Zöliakie 129, 184
 Zucker 66
 Zytostatika 122

