

Frühzeitig erkennen statt später behandeln: Neue Gesundheits-Checks bei den Diakonissen

Prävention statt Reparatur: Mit zwei neuen Vorsorge-Checks sowie der Knochendichtemessung mit dem neuen DEXA-Gerät setzt die Klinik Diakonissen in Linz ein deutliches Zeichen in Richtung frühzeitiger Gesundheitsvorsorge.

„Viele Menschen kommen erst, wenn die Beschwerden längst da sind. Dabei könnten wir mit einem rechtzeitigen Check-up viel verhindern“, so Dr. Christoph Habringer, Facharzt für Physikalische Medizin und Rehabilitation.

Bewegungs- und Haltungsapparat im Fokus: auch ohne Schmerzen

Der neu eingeführte Check des Haltungs- und Bewegungsapparats richtet sich an Menschen jeden Alters, auch ohne aktuelle Schmerzen. In einer rund 20-minütigen Untersuchung analysiert Dr. Habringer unter anderem Muskelstatus, Beweglichkeit, Kraftverhältnisse und mögliche Fehlhaltungen. Besonders gefragt sei der Check laut dem Mediziner bei Menschen, die sportlich wieder einsteigen oder intensiver trainieren möchten. „Viele haben das Gefühl, sie sollten mal drüberschauen lassen, wie beim Pickerl fürs Auto. Es geht darum, Schäden vorzubeugen, bevor sie entstehen“, erklärt der Spezialist für Wirbelsäule, Bewegungsapparat und Osteoporose weiter.



Dr. Christoph Habringer

Häufig stecken hinter scheinbar harmlosen Beschwerden, wie beispielsweise Fersenschmerzen, komplexe Ursachen wie Fußfehlstellungen, die sich im Frühstadium leicht beheben lassen. Besonders junge Menschen mit Bewegungsmangel oder Übergewicht profitieren von einer frühzeitigen Analyse. Der ganzheitliche Blick ist entscheidend. „Fehlhaltungen entwickeln sich oft schleichend, doch schon kleine muskuläre Ungleichgewichte können langfristig zu Schmerzen oder gar zur vorzeitigen Gelenksabnutzung oder zu Wirbelsäulenschäden führen. Wir wollen diesen Entwicklungen zuvorkommen“, so der Mediziner.

Osteoporose: die unsichtbare Gefahr

Zusätzlich bietet Dr. Habringer einen Osteoporose-Check an. Dieser ist besonders wichtig für Frauen rund um die Menopause, aber nicht ausschließlich, denn Osteoporose kann auch Männer betreffen. „Bereits durch Bewegungsmangel im Jugend- und jungen Erwachsenenalter kann man das Risiko für die Entwicklung einer Osteoporose erhöhen. Deutlich steigt das Risiko auch bei bestimmten Erkrankungen, wie z. B. rheumatischen Erkrankungen, an“, warnt der Facharzt. Osteoporose ist eine sogenannte Fragilitätskrankung, betroffen ist also die Knochenstruktur, die durch Abschwächung dann auch bei geringer Belastung brechen kann. Anhand einer gezielten Anamnese werden individuelle Risikofaktoren wie familiäre Vorbelastung, Medikamenteneinnahme

(z. B. Cortison oder Magenschutzpräparate), internistische Erkrankungen oder mangelnde Muskelmasse analysiert. Erst bei begründetem Verdacht erfolgt eine weiterführende Abklärung mit Knochendichtemessung und Blutuntersuchung.

„Mein Ziel ist, möglichst viele Betroffene frühzeitig zu identifizieren, bevor der erste Bruch passiert. Denn jede osteoporotische Fraktur erhöht das Risiko für weitere Knochenbrüche und verursacht Schmerzen und Beeinträchtigungen“, betont Dr. Habringer. Für Frauen in der Menopause bedeute der hormonelle Umbruch eine echte Zäsur in der Knochengesundheit, ein Check sei hier besonders ratsam.

Risikoberechnung für Frakturen mit dem neuen DEXA-Gerät

Als nächsten Schritt in der Diagnostik bietet die Klinik Diakonissen Linz die hochpräzise DEXA-Messung an. Dieses Verfahren liefert weit mehr als nur einen Blick auf die Knochendichte. „Mit dem DEXA-Gerät können wir nicht nur Osteoporose frühzeitig erkennen, sondern auch weitere Parameter der Knochengesundheit bestimmen“, erklärt Dr. Daniel Flöry, Facharzt für Radiologie an der Klinik Diakonissen. Ein besonderer Vorteil: Die Untersuchung ermöglicht eine differenzierte Berechnung des persönlichen Frakturrisikos und ermittelt das biologische Knochenalter im Vergleich zum tatsächlichen Lebensalter. „Gerade in der Prävention ist das ein unschätzbare Mehrwert. Wir erkennen potenzielle Risiken, bevor Probleme auftreten, und können



Fotos: Klinik Diakonissen Linz

gezielt vorbeugende Maßnahmen empfehlen“, so Dr. Flöry.

Kurz, schonend und aussagekräftig

Die DEXA-Untersuchung dauert nur wenige Minuten, ist schmerzfrei und mit einer sehr niedrigen Strahlenbelastung verbunden. Im Fokus stehen die Lendenwirbelsäule und die Hüfte, die besonders aussagekräftig für die Beurteilung der allgemeinen Knochengesundheit sind. Das Angebot richtet sich an Menschen, die aktiv in ihre Gesundheit investieren möchten: zur



Dr. Daniel Flöry

Sturzprävention im Alter, im Rahmen eines Fitness-Checks, bei Lebensstilveränderungen oder wenn im Zuge eines ersten Osteoporose-Checks ein erhöhtes Risiko festgestellt wurde.

Einen wertvollen Tipp gibt Dr. Flöry noch. „Wichtig ist, solche Messungen – wenn möglich – immer mit demselben Gerät und idealerweise im gleichen Institut durchführen zu lassen“, empfiehlt er. „Nur so sind die Ergebnisse wirklich vergleichbar und verlässlich.“

Gesundheitsvorsorge neu gedacht

Die beiden Checks für Bewegungsapparat und Osteoporose sowie die DEXA-Untersuchung sind ab sofort buchbar. Sie stellen laut Dr. Habringer und Dr. Flöry einen wichtigen Baustein in der Gesundheitsvorsorge dar. „Wir sehen den Menschen als Ganzes. Wer rechtzeitig handelt, braucht später oft keine großen Interventionen mehr. Das ist moderne Medizin“, so die beiden Fachärzte unisono.

Mehr Informationen unter www.diakonissen.at