

VORSORGE-SCREENINGS / LEISTUNGEN DER KRANKENVERSICHERUNGEN

Deutschland: Ein Jammertal der Behandlung

An Osteoporose sterben jährlich mehr Frauen als an Brustkrebs. Der Grund ist skandalös: Nur jede fünfte Erkrankte erhält eine wirksame und zeitgemäße Therapie. Auch die Diagnose wird meist viel zu spät gestellt.

Schätzungsweise acht Millionen Deutsche sind an Osteoporose erkrankt. Sie leiden an der am seltensten diagnostizierten und am schlechtesten therapierten Volkskrankheit Deutschlands. Im europäischen Vergleich stellt die Bundesrepublik das Schlusslicht bei der medikamentösen Behandlung von Knochenschwund dar. Der Anteil unbehandelter Patientinnen beläuft sich auf 75 Prozent und ist im Vergleich mit europäischen Nachbarländern signifikant

Erst ab einem Alter von etwa 70 Jahren werden die Folgen für die Betroffenen sichtbar

hoch. Jährlich erkranken 885 000 Menschen neu. Frauen sind fünfmal häufiger betroffen als Männer.

Der Abbau der Knochenstruktur beginnt schleichend und setzt bei Frauen meist in der ersten Dekade nach den Wechseljahren ein. Da die Erkrankung aufgrund fehlender gesetzlicher Vorsorgeuntersuchungen in Deutschland zu

spät oder gar nicht erkannt wird, bleibt sie in den meisten Fällen unbehandelt.

„Nur 20 Prozent der Betroffenen erhält eine zeitgemäße, leitliniengerechte Osteoporose-Therapie. Bei den übrigen 80 Prozent der Patientinnen besteht die Therapie lediglich aus der Gabe von Schmerzmitteln“, stellt Dr. Holger Gerlach, Frauenarzt und Geschäftsführender Gesellschafter der „Praxis Central“ in Essen fest.

Erst ab einem Lebensalter von etwa 70 Jahren werden die Folgen für die Betroffenen sichtbar: Schon ein einfacher Sturz oder eine normale Alltagsstätigkeit führt zu einem Knochenbruch. „Dann liegt bereits eine manifeste Osteoporose vor“, erläutert Gerlach. Dabei ließe sich der Krankheit nicht nur mit einfachen Lifestyle-Maßnahmen rechtzeitig vorbeugen, sondern ihr Beginn durch eine Knochendichtemessung auch sehr früh erkennen.

„Durch einen gesunden Lebensstil kann jeder einer Osteoporose wirksam vorbeugen“, betont Gerlach. „Günstig für einen verbesserten Knochenstoffwechsel sind erwiesenermaßen die Vermeidung



Ein Arzt demonstriert die Funktionsweise des Knochengerüsts: In Deutschland leiden acht Millionen Menschen an einer Knochenerkrankung, die es in sich hat: Osteoporose. FOTO: THINKSTOCK

von Untergewicht, regelmäßige Bewegung, der weitgehende Verzicht auf Nikotin und zu viel Alkohol und die ausreichende Zufuhr von Calcium und Vitamin D“, erklärt der Essener Gynäkologe. Es reicht bereits aus, täglich ein Glas fettarme Milch zu trinken oder einen ungezuckerten, fettarmen Joghurt zu essen. Rauchen verschlechtert die Durchblutung im Körper und führt auch im Knochen zu einer Mangelerscheinung. Be-

wegungsmangel kann schon ab einem Alter von 50 Jahren zu einem beginnenden Knochenschwund führen.

Bereits in diesem Stadium ist die Osteoporose einfach zu diagnostizieren und wirksam zu behandeln. Doch genau das geschieht nicht oder viel zu selten. Das liegt vor allem an den drei Beteiligten: dem Patienten, dem Arzt und der Krankenkasse. Studien zeigen, dass nur jeder dritte bis vierte Pa-

tient die wirksame Bisphosphonate-Therapie noch nach einem Jahr regelmäßig anwendet. „Für eine wirksame Behandlung ist aber die zuverlässige und regelmäßige Einnahme unbedingt notwendig“, erklärt Gerlach.

„Kaum einer Erkrankung kann so effektiv vorgebeugt werden wie Osteoporose“

Dass dies oft nicht geschieht, liegt sicherlich auch daran, dass die Medikamente häufig zu Magen-Darm-Problemen führen. Zudem ist die Einnahme der Tabletten umständlich. Mittlerweile gibt es jedoch gute Alternativen wie etwa Monatstabletten oder Halbjahresspritzen. Zweitens bekommen die Ärzte Budgetprobleme, wenn sie die teuren Medikamente zu häufig verschreiben. Der dritte Grund ist, dass die gesetzlichen Krankenkassen eine Knochendichtemessung, die sogenannte DXA-Messung, als Vorsorgeuntersuchung nicht erstatten. Es sei denn, es liegt bereits eine Knochenfraktur ohne äußeren Anlass vor oder der erste Verdacht auf Knochenschwund besteht.

Doch es gibt Bewegung: Weil die Prävention nicht ausreicht, beschloss der Gemeinsame Bundesausschuss kürzlich, dass die Knochendichtemessung auch für Patienten ohne Knochenbruch „zum Zweck der Optimierung der Therapieentscheidung“ in den Leistungs-

katalog der gesetzlichen Krankenversicherung aufgenommen wird.

„Nach Auswertung aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse ist der Gemeinsame Bundesausschuss zu dem Ergebnis gekommen, dass die Osteodensitometrie künftig dann zu Lasten der Gesetzlichen Kran-

kenversicherung erbracht werden kann, wenn aufgrund konkreter Befunde eine gezielte medikamentöse Behandlungsabsicht besteht“, heißt es dazu offiziell. Und die Kassenzentrale Vereinigung Nordrhein ergänzt in einer Mitteilung: „Künftig kann die Knochendichtemessung bei allen Patientinnen mit Verdacht auf eine Osteoporose durchgeführt werden, bei denen eine medikamentöse Therapie geplant ist.“

„Kaum einer Erkrankung kann so effektiv vorgebeugt werden wie der Osteoporose. Deshalb muss es ein allgemeines Vorsorgescreening für Frauen ab 50 Jahren und für Männer ab 60 Jahren als Krankenkassenleistung geben“, fordert Gerlach.

Gravierende Folgen einer unbehandelten Osteoporose

- Ein Fünftel der Patienten mit Schenkelhalsbruch verstirbt im ersten Jahr.
- Ein weiteres Fünftel muss anschließend ins Pflegeheim.
- Der Bruch von drei Wirbelkörpern reduziert die Kapazität der Lunge um ein Drittel.

Damit steigt das Risiko einer Lungenentzündung.

• Die Betroffenen sind im Alltag stark gehandicapt und verlieren durch die Einschränkung ihrer Beweglichkeit oftmals soziale Kontakte. Depressionen können die Folge sein.

Länger fit auch im hohen Alter

Die Deutschen werden weniger. Und sie werden älter. Dass sie auch im hohen Lebensalter möglichst gesund und fit sind, liegt nicht nur in ihrem eigenen Interesse. Auch die Gesellschaft profitiert davon. Die Krankenkassen unterstützen daher die Menschen mit vielfältigen Angeboten.

Die Statistiken zur demographischen Entwicklung werden immer wieder genannt, doch es erstaunt schon, sie einmal kompakt vor Augen zu haben. „Wir haben es nicht nur mit einer schrumpfenden, sondern auch mit einer immer älter werdenden Bevölkerung zu tun“, sagt Eberhard Sautter. Der Stellvertretende Vorstandsvorsitzende der Hanse-Merkur Versicherungsgruppe belegt dies gleich mit mehreren Zahlenreihen.

Da ist zum einen die Geburtenrate: Nach dem Zweiten Weltkrieg stieg die Zahl der Geburten bis 1964 beständig an. In diesem Jahr wurden 1 357 000 Kinder geboren. 2012 waren es nur noch halb so viele, rund 674 000 Geburten. „Daraus entwickelte sich ein zweiter Trend“, erklärt Sautter: „Die Zahl der Geburten liegt seit den 70er Jahren unter der Zahl der Sterbefälle.“

Seit etwa 150 Jahren steigt zudem die Lebenserwartung, „sie hat sich fast verdoppelt auf im Schnitt etwa 80 Lebensjahre“, sagt Sautter und zitiert Prognosen, nach denen der Anteil der über 60-Jährigen von 14,6 Prozent im Jahr 1950 auf rund 38 Prozent im Jahr steigen wird. „Bei den über 80-Jährigen ist der Unterschied noch eklatanter“, führt Sautter weiter aus: „Waren 1950 nur 0,1

Prozent der Menschen in Deutschland über 80 Jahre alt, so werden es 2050 über 13 Prozent sein.“

Diese Entwicklung bleibt nicht ohne Folgen – für die Einzelnen, aber auch für die gesamte Gesellschaft. „Die Gesundheitskosten steigen konstant von Jahr zu Jahr an, nicht nur in absoluten Zahlen“, erklärt Sautter. Zwischen 2001 und 2011 sind die Pro-Kopf-Ausgaben für Gesundheitsleistungen von rund 2700 auf circa 3600 Euro gestiegen; allein 2011 wurden rund 294 Milliarden Euro für die Gesundheit ausgegeben. Ein Grund dafür liegt eben darin, dass die Bevölkerung älter wird. „Die Gesundheitsausgaben für einen 70-Jährigen sind etwa fünfmal höher als die für einen 20-Jährigen“, erläutert Sautter. Auch der Aufwand für die Pflege steigt entsprechend.

Die Zahlen sind das eine. Welche Konsequenzen ergeben sich daraus? Die Menschen tun einiges, um sich fit zu halten. Sautter begrüßt das und empfiehlt, einen gesunden Lebensstil zu pflegen, aber auch regelmäßig Vorsorgeuntersuchungen in Anspruch zu nehmen. „Gesünder älter werden“ muss aber auch eine Forderung von Politik und Wirtschaft sein“, ist Sautter über-

zeugt. Er beobachtet einen Trend dahin, „dass ältere Arbeitnehmer zunehmend eine andere Wertschätzung erfahren“. Der zunehmende Fachkräftemangel führt dazu, dass auch ältere Arbeitnehmer gebraucht werden.

Nicht zuletzt kann die Versicherungswirtschaft einiges zu einem fitten Leben im Alter beitragen. Sautter weist in dem Zusammenhang auf die Leistungen privater Krankenkassen hin: „Sie garantieren die freie Arztwahl und die vereinbarten Leistungen ein Leben lang. Neue technische Errungenschaften in Diagnose und Therapie können sofort genutzt werden.“

Zudem unterstützen die Versicherer auch Präventionsprogramme zum Beispiel auf den Gebieten Aids und Alkohol. Sie arbeiten auch mit Unternehmen zusammen in betrieblichen Gesundheitsmanagement. Und sie unterstützen ihre Versicherten mit Informationen und konkreten Hilfestellungen.

Kunden können sich etwa durch die Auswahl ihrer Krankenversicherungstarife zum Fithalten motivieren, zum Beispiel beim Thema Vorsorgeuntersuchungen. „Es gibt auch Produkte mit einem Beitragsnachlass als Belohnung für gesundheitsbewusstes Verhalten“, sagt Sautter, „dieser Bereich wird sicher zukünftig ausgebaut werden.“

Der Stellvertretende Vorstandsvorsitzende der Hanse-Merkur ist überzeugt, dass Deutschland bei diesen Themen durchaus bereits gut aufgestellt ist. Daraus könnten sich sogar weitere Vorteile ergeben: „Alternde Gesellschaften gibt es weltweit. Wer ‚gesünder älter werden‘ intelligenter löst als andere, kann dies zum weltweiten Exportschlager machen.“

Prävention vom Kindergarten bis zum Arbeitsplatz

Gesünder älter werden muss man lernen: Diese Aufgabe hat sich die Techniker Krankenkasse auf die Fahnen geschrieben und bringt deshalb ihre Präventionsangebote direkt in die Lebenswelten der Menschen ein, seien es Kindergärten, Schulen, Universitäten oder Unternehmen.

Wer länger gesund bleiben will, muss frühzeitig damit starten, sich um sein Wohlbefinden zu kümmern – und das am besten so früh so wie möglich, konstatiert Ulrich Adler, Leiter regionales Vertragswesen bei der Landesvertretung NRW der Techniker Krankenkasse (TK). „Die Präventionsförderung muss bereits in jungen Jahren beginnen. Rechtzeitig erkannt, lassen sich viele Krankheiten oder Entwicklungsstörungen bereits im Kindes- und Jugendalter beheben oder zumindest die Folgen abschwächen.“ Für den Gesundheitsexperten ist es deshalb existenziell, Präventionsangebote dort einzubringen, wo sie die Menschen in ihren verschiedenen Altersklassen erreichen.

Diese Bereiche bezeichnet Adler als „Lebenswelten“ und nennt unter anderem Kindergärten, Schulen, Universitäten oder natürlich auch den Arbeitsplatz an sich. Gleichzeitig weist Adler aber auch darauf hin, Menschen mit individuellen Maßnahmen für die Bedeutung der Prävention zu sensibilisieren. „Das kann dann zu einem gesundheits- und vorsorgeorientierten Verhalten führen. Denn das Bewusstsein für eine gesunde Ernährung kann zwar vermittelt, aber nicht verordnet werden.“ Zudem sieht Adler den Schutz vor Krankheit und die Förderung der Gesundheit als ge-



Im Zuge von „Gesunde Kita, Gesunde Schule, Gesunde Kommune“ unterstützt die Techniker Krankenkasse projektbezogene Maßnahmen. FOTO: THINKSTOCK/DEJAN RISTOVSKI

samtgesellschaftliche Aufgabe. Es müsse in allen Bereichen etwas gegen Krankheitsrisiken getan werden.

Die TK hat drei Wege erarbeitet, um dem Ziel einer frühen und umfassenden Prävention näher zu kommen. Zum einen verfolgt die Kasse den Ansatz, in den sozialen Umfeldern aktiv zu werden, die einen starken Einfluss auf die Gesundheit ausüben und in denen zugleich Bedingungen von

„Gesunden Kommune“ können gesundheitsfördernde Projekte auf der kommunalen Ebene unterstützt werden. „Die TK macht sich dabei für ein breites Spektrum aus unterschiedlichen Bereichen stark und unterstützt das Engagement vor Ort mit einer Konzeptförderung und einer finanziellen Beteiligung“, erläutert Adler. Mit der Kampagne „Stressless Academy – Entspannt durchs Studium“ werden spezielle mehrwöchige Kurse zu Stressbewältigungs- und Entspannungsmethoden für Studenten an Uni-

Wer länger gesund bleiben will, muss sich schon früh um sein Wohlbefinden kümmern

versitäten und Hochschulen angeboten. In kompakten Workshops und Expertenseminaren lernen die Studierenden differenzierte Strategien kennen, um mit belastenden Situationen besser umgehen zu können.

Mit Gesundheitskursen und dem (digitalen) TK-Gesundheits-Coach will die Kranken-

Gesünder älter werden!

ASSMANN
Stiftung für Prävention

Herzinfarkt?
Schlaganfall?
Demenz?
Krebs?

www.assmann-stiftung.de

Unterstützen Sie mit Ihrer Spende die Öffentlichkeitsarbeit der Assmann-Stiftung für Prävention.

Sparkasse Münsterland Ost
Bankleitzahl: 400 501 50
Kontonummer: 44 44 48