



Herr Dr. Jose Pimienta sprach über die Prävention und die Therapie von Oberschenkelbrüchen.

Brüche und Stürze vermeiden Vortragsreihe

BUXTEHUDE.. Einhunderttausend Oberschenkelhalsbrüche pro Jahr. Diese Zahl lässt erahnen, wie viele Menschen sich jährlich am Oberschenkelknochen in der Hüftregion verletzen. Nicht ganz so viele interessierte Menschen fanden den Weg zu einem Vortrag zu diesem Thema von Dr. Jose Pimienta-Vasquez in den Hörsaal der Dermatologie im Elbe Klinikum Buxtehude. "Im Normalfall haben wir hier 40 bis 80 Zuhörer", sagte Pimienta-Vasquez dem TAGEBLATT, das die medizinische Vortragsreihe in Zusammenarbeit mit dem Elbe Klinikum organisiert.

Trotz der ungewohnt geringen Resonanz erläuterte der Oberarzt der Abteilung für Unfallchirurgie und Orthopädie am Elbe Klinikum in seinem rund 30-minütigen Vortrag kompetent und verständlich die wesentlichen Risikofaktoren wie Schwindel, Flüssigkeitsmangel, niedriger Blutdruck, falsch dosierte Medikamente und Stolperfallen im Haushalt, die zu Stürzen und damit vor allem bei älteren Menschen zu Brüchen im Oberschenkel nahe des Hüftgelenks führen können.

"Viele alte Menschen sterben im ersten Jahr nach einem Oberschenkelhalsbruch", wobei dies zumeist keine direkte Folge der Fraktur sei, erläuterte der Referent. Mit 2,5 Milliarden seien auch die volkswirtschaftlichen Folgekosten enorm. Zur Prävention von Stürzen empfiehlt der Doktor unter anderem gute Beleuchtung, Wohnen im Erdgeschoss, die Nutzung von Gehstöcken, Geländer zum Festhalten sowie Koordinations- und Gleichgewichtstraining. So genannte Hüftprotektoren könnten "wie Airbags" für Hüfte und Schenkelknochen wirken, seien aber auf der anderen Seite teuer und äußerst unpraktisch. Ein verschärfender Faktor sei bei vielen gestürzten Patienten und Patientinnen die Osteoporose, an der 30 Prozent der Frauen nach der Menopause und 30 Prozent der Männer ab dem 70. Lebensjahr leiden würden. Pimienta-Vasquez weist darauf hin, dass die Einnahme von Stoffen wie Vitamin D3 und Calcium die Osteoporose-Gefahr deutlich senken kann.

Kommt es dennoch zu einem Bruch bei einem Sturz oder einem Unfall, kann die Verletzung operativ oder auch "konservativ" durch Mobilisation unter Belastung behandelt werden.