

# Osteoporose-Check

## Präventiver Nutzen

- ✓ In der demografisch alternden Arbeitnehmerwelt Reduzierung des Osteoporose- und Frakturrisikos
- ✓ Zusammenhang von Vitamin D-Mangel und Calcium-Aufnahme sowie den Co-Faktoren

**Tipp: Wir empfehlen Ihnen dieses Modul mit unserem Vitamin D-Check zu kombinieren**

## Beschreibung Ultraschall-Knochendichtemessung

Neben der gut dokumentierten Rolle von Vitamin D bei der Vermeidung von Osteoporose, wird das fettlösliche Vitamin auch im Zusammenhang mit dem Auftreten von Immunerkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebserkrankungen und Depressionen diskutiert. Da Vitamin D die Calcium- und Phosphoraufnahme steuert, wirkt sich ein langanhaltender Vitamin-D Mangel vor allem auch auf die Knochengesundheit aus. Ohne Vitamin-D kann kaum Calcium aus der Nahrung aufgenommen werden. Dadurch werden die Knochen auf Dauer demineralisiert.



**Zur Beurteilung des Osteoporose- und Fraktur-Risikos führen wir eine nichtinvasive, strahlungsfreie Ultraschall-Messung am Versenknochen (Calcaneus) durch.**

Das eingesetzte Gerät misst mit Ultraschallwellen, die Festigkeit des Knochens mit optimaler Genauigkeit und Zuverlässigkeit.



Der Teilnehmer erhält WHO-Konforme **T-Score und Z-Score Ergebnisse** und ein leicht verständliches Messwertprotokoll.

Nach der Messung bekommt der Teilnehmer individuelle Empfehlungen zu seinen Ergebnissen und er kann nachhaltig mit Zugang zu unserem Online-Ernährungsportal Ansätze verfolgen, um präventiv sein Osteoporose-Risiko zu senken.

## Eckdaten 2 Screenings mit Auswertung und Beratung

- ✓ Ermittlung des T- und Z-Scores an der Verse zur Beurteilung des Fraktur-Risikos, zur Ca-Prävention

Anmeldeliste	Ja
Dauer	7 Std./Tag
Auf-Abbauzeit	je 30 Min.
Screeningdauer	15 Min. pro TN
Teilnehmerzahl	max. 28 TN
Platzbedarf	6 qm, möglichst separater Raum oder optische Abgrenzung
Raumausstattung	1 Tische und 2 Stühle
Stromanschluss	Ja
W-Lan-Zugang	Ja

Konzept © Habermann Gesundheitstraining-Ernährung GmbH

