



Calcium/Vitamin-D3

in der Therapie mit **Cortisonpräparaten**

Osteoporose
wirksam
vorbeugen



Liebe Leserin, lieber Leser,

bei Rheuma, chronischen Lungenerkrankungen oder anderen entzündlichen Prozessen im Körper sowie bei schweren Allergien werden oftmals cortisonhaltige Medikamente als Inhalatoren, Spritzen oder Tabletten verordnet. In der Fachsprache werden diese Medikamente „Glukokortikoide“ bzw. „Steroide“ genannt.

Cortison ist ein lebensnotwendiges Hormon, das der Körper auch selbst in den Nieren produziert. Bei bestimmten Erkrankungen muss jedoch Cortison medikamentös zugeführt werden.



In hohen Dosen wirkt es entzündungshemmend. Gerade das macht es so wertvoll.

Cortison ist ein hochwirksamer Arzneistoff, allerdings auch mit Nebenwirkungen. Die Aktivität der knochenabbauenden Zellen (Osteoklasten) wird gesteigert und es kommt zum vermehrten Knochenabbau. Damit steigt das Risiko, an einer Osteoporose (Knochen-schwund) zu erkranken.

Was bewirken **cortisonhaltige** Medikamente?

Cortisonpräparate beeinflussen den Auf- und Abbau von Knochensubstanz durch direkte und indirekte Effekte auf die verschiedenen Knochenzellen. Zum einen steigern sie die Aktivität der Osteoklasten (Knochenabbauende Zellen) und verursachen einen gesteigerten Knochenabbau, zum anderen hemmen sie die Osteoblasten (Knochenaufbauende Zellen), sodass ein verminderter Knochenaufbau stattfindet. Zusätzlich bewirkt Cortison eine verminderte Calciumaufnahme über den Dünndarm sowie eine verstärkte Calciumausscheidung über die Niere.

Daher gilt: Je höher die Dosierung und je länger die Dauer der Cortisoneinnahme, umso mehr Calcium wird dem Körper entzogen. Damit verlieren Ihre Knochen wertvolle Substanz und werden brüchig. Das Risiko, eine Fraktur zu erleiden, steigt.

Um dieses Risiko zu minimieren, empfehlen die offiziellen Leitlinien des Dachverbandes Osteologie (DVO) bei einer Cortisontherapie immer auch die Einnahme von Calcium/Vitamin-D3 (siehe DVO-Leitlinien unter <http://www.lutherhaus.de/osteo/leitlinien-dvo/index.php>).

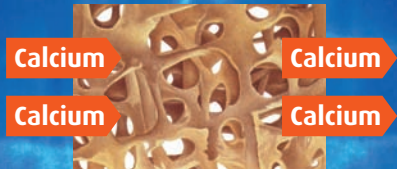
Was versteht man unter **Osteoporose**?

Osteoporose, auch Knochenchwund genannt, ist eine Stoffwechselerkrankung des Skeletts.

Das menschliche Knochengerüst ist dadurch gekennzeichnet, dass ein ständiger Knochenauf- und Knochenabbau stattfindet. Auf- und Abbau sind bei gesunden Menschen im Gleichgewicht.

Fehlt dem Knochen Calcium, wird mehr Knochenmasse abgebaut als aufgebaut. Der Knochen verliert an Festigkeit und wird porös. Man spricht von einer Osteoporose. Die Gefahr von Knochenbrüchen, wie Oberschenkelhals- oder Wirbelkörperfrakturen, steigt signifikant.

Knochenauf- und -abbau im Gleichgewicht



Osteoporose: überhöhter Knochenabbau



Warum sollte man zusätzlich zu einem Cortisonpräparat **Calcium/Vitamin-D3** einnehmen?

Durch die längere Einnahme eines Cortisonpräparats entsteht im menschlichen Körper ein Calciummangel. Das Gleichgewicht von Knochenaufbau und Knochenabbau wird gestört. Um dies zu verhindern, ist die Zufuhr von Calcium unverzichtbar.

Vitamin-D3 seinerseits transportiert das wichtige Calcium dorthin, wo es am nötigsten gebraucht wird: in die Knochen. Ohne Vitamin-D3 können weder neue Knochenmasse aufgebaut noch die Gefahr schwerwiegender Brüche gesenkt werden. Die zusätzliche Einnahme von Calcium allein reicht also nicht aus. Sie sollte immer an die Zufuhr von Vitamin-D3 gekoppelt sein.

Die neuen DVO-Leitlinien empfehlen aus medizinischen Gründen bei einer **Steroidbehandlung über 3 Monate** zur allgemeinen Prophylaxe 1.000–1.500 mg/Tag Calcium und 400–1.200 I.E./Tag Vitamin-D3.

Um dies zu gewährleisten, bietet sich eine Fixkombination an, die als Kautablette oder Brausetablette in der Apotheke erhältlich ist.

Wann wird **Calcium/Vitamin-D3** von den Krankenkassen erstattet?

Calcium/Vitamin-D3 ist für die Vorbeugung und Behandlung einer Osteoporose unverzichtbar. Schon bei geringeren Dosierungen und kurzer Einnahmedauer von Cortison kann Osteoporose entstehen. Deshalb empfehlen die aktuellen Leitlinien des Dachverbandes Osteologie (DVO) die frühzeitige Einnahme eines Calcium/Vitamin-D3-Arzneimittels zusätzlich zur Cortisontherapie.

Grundsätzlich werden laut Gesetzgeber die Kosten für nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel nicht mehr von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Im Falle von Calcium/Vitamin-D3-Medikamenten gibt es jedoch eine Ausnahme: Wenn Patienten Cortison mindestens über 6 Monate einnehmen und die Tagesdosis mindestens 7,5 mg des Prednisolonäquivalents entspricht, kommen die Kassen für die Kosten auf.

Unabhängig von der Erstattungsfähigkeit sollten Patienten unbedingt Calcium/Vitamin-D3 einnehmen. Wirksam dosierte Calcium/Vitamin-D3-Arzneimittel sind rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.



Haben Sie Fragen? Für nähere Informationen:

0800 - 6 74 66 74 (Osteoporose-Hotline)

Impressum

Herausgeber: Orion Pharma GmbH, Hamburg

Redaktion: Dr. med. Bernd Vogt, Trier

Design: schütz & co. Werbeagentur GmbH, Berlin

© April 2007



CalciCare[®]-D3

Calcium
und
Vitamin-D3

Doppelter Rückhalt für die Osteoporose-Therapie.

Jetzt haben Sie mehr Auswahl:

100 Brausetabl. (N3)
EUR 41,50

CalciCare[®]-D3 FORTE
1000 mg/880 I.E. BRAUSETABLETTEN

Die **BRAUSETABLETTE**
für die tägliche Einmalgabe.

100 Kautabletten (N3)
EUR 18,41

CalciCare[®]-D3
600 mg/400 I.E. KAUTABLETTEN

Die **KAUTABLETTE**.
Wenn es auf den Preis ankommt.

CalciCare[®]-D3 FORTE BRAUSETABLETTEN, CalciCare[®]-D3 KAUTABLETTEN

Anwendungsgebiete: Vorbeugung und Behandlung von Vitamin-D- und Calcium-Mangelzuständen bei älteren Menschen. Als Vitamin-D- und Calciumsupplement zur Unterstützung einer spezifischen Therapie, zur Prävention und Behandlung der Osteoporose. **Warnhinweise:** **CalciCare[®]-D3 FORTE:** Enthält Lactose, Sucrose (Zucker), Sojaöl. **CalciCare[®]-D3:** Enthält Sucrose (Zucker). Gebrauchsinformation beachten! **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**
Orion Pharma GmbH, Notkestraße 9, 22607 Hamburg. Stand: November 2006