

Bahnhofstrasse 110  
 CH - 8001 Zürich

Telefon: 044 225 41 41  
 Telefax: 044 225 41 42  
 www.hautzone.ch



## Osteoporoserisiko

### Fragen für Frauen und Männer ab 50

	Nein	Ja
Gibt es in Ihrer Verwandtschaft Fälle von Oberschenkelhals- oder Wirbelbrüchen?		
Haben Sie bereits einmal einen Knochenbruch nach geringer Gewalteinwirkung erlitten?		
Hatten Sie Essstörungen wie Mager- oder Brechsucht?		
Nehmen oder nahmen Sie regelmässig Cortison?		
Essen oder trinken Sie wenig Milchprodukte?		
Bewegen Sie sich weniger als 3x20 Minuten pro Woche aktiv?		
Leiden Sie unter chronischen Durchfällen, Schilddrüsenüberfunktion, entzündlichen rheumatischen Erkrankungen oder chronischer Niereninsuffizienz?		
Rauchen Sie mehr als 10 Zigaretten pro Tag?		
Trinken Sie regelmässig mehr als 100g Alkohol pro Tag?		
Sind Sie sehr schlank?		
<b>Die folgenden Fragen betreffen nur Frauen:</b>		
Sind Sie in den Wechseljahren und erhalten Sie keine Hormonersatztherapie?		
Wurden bei Ihnen Gebärmutter und Eierstöcke entfernt?		
Sind Ihre Monatsblutungen nach der Pubertät für länger als sechs Monate ausgeblieben (Schwangerschaften ausgenommen)?		
Summe		

### Auswertung:

Falls Sie eine oder mehrere Fragen mit Ja beantwortet haben, könnte Ihr Risiko erhöht sein. Klären Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt Ihr persönliches Risiko ab.