



Kefdensis[®]
denosumab

*Osteoporose und
Ihre Behandlung mit*
KEFDENSIS[®]

Nur zur Abgabe an Patienten, denen KEFDENSIS[®] verordnet wurde.

STADA Care





Ein Leitfaden für Patienten mit **Osteoporose**

- 4 *Was versteht man unter Osteoporose?*
 - 6 *Wie kann Osteoporose behandelt werden?*
 - 8 *Was ist KEFDENSIS® und wofür wird es angewendet?*
 - 9 *Was sollten Sie vor der Anwendung von KEFDENSIS® beachten?*
 - 10 *Wie ist KEFDENSIS® anzuwenden?*
 - 11 *Wie ist KEFDENSIS® aufzubewahren?*
 - 12 *Wie kann ich zur Behandlung beitragen?*
 - 14 *Wie wird KEFDENSIS® verabreicht?*
 - 18 *Was ist Therapietreue und wieso ist sie bei der Anwendung von KEFDENSIS® so wichtig?*
-



Was versteht man unter Osteoporose?

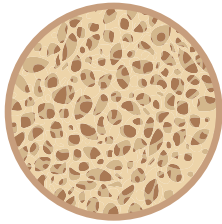
Der Knochen ist ein lebendiges Gewebe, in welches verschiedene Zellarten eingebettet sind, die dafür sorgen, dass sich die Knochensubstanz ein Leben lang im ständigen Umbau befindet.¹

Die Zellen, die für das Wachstum und die Neubildung von Knochengewebe zuständig sind, werden als **Osteoblasten** bezeichnet. Zellen, die für Knochenabbau sorgen, heißen **Osteoklasten**. Bei Kindern und jungen Erwachsenen überwiegt insgesamt der Knochenaufbau gegenüber dem Knochenabbau. Dadurch wachsen die Knochen, werden schwerer und dichter.¹

Zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr beschleunigt sich der Knochenabbau und die Knochendichte nimmt mit zunehmendem Alter ab. Das muss jedoch nicht zwingend zu Osteoporose führen.

Zu Osteoporose kommt es, wenn die Knochendichte stärker als normal abnimmt.

Dafür gibt es verschiedene Ursachen – eine davon sind hormonelle Umstellungen. Das betrifft besonders Frauen nach der Menopause.¹



Beim **gesunden Knochen** ist der Knochenaufbau und -abbau im **Gleichgewicht**.



Bei **Osteoporose** ist der Knochenabbau beschleunigt, wodurch ein **Ungleichgewicht** herrscht.



RISIKOFAKTOREN²

Zu den wichtigsten Risikofaktoren zählen:

- höheres Alter, weibliches Geschlecht
- vorangegangene Knochenbrüche (vor allem Wirbelkörperbrüche)
- Bewegungsmangel
- Rauchen, Alkoholkonsum
- Frühe Menopause bei Frauen
- andere Erkrankungen, wie z. B. Diabetes mellitus oder rheumatoide Arthritis
- Einnahme bestimmter Medikamente z. B. Glukokortikoide oder Antidepressiva

LITERATUR

1. Bewegungsapparat: Basis-Info – Die Knochen (Skelett)

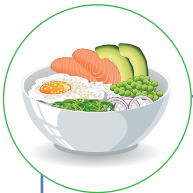
<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/koerper/bewegungsapparat/skelett.html> (Zugriff im Jänner 2026)

2. Osteoporose: Was ist das?, <https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/koerper/osteoporose/formen.html> (Zugriff im Jänner 2026)

Wie kann Osteoporose behandelt werden?

Eine moderne Osteoporose-Therapie setzt sich aus mehreren Bausteinen zusammen und berücksichtigt, welche Auslöser und Risikofaktoren bestehen.

Für Betroffene sind sogenannte Lebensstilmaßnahmen wichtig. Dazu gehören eine **ausgewogene Ernährung** und gezielte, **regelmäßige Bewegung**. Dadurch soll das Fortschreiten des Knochenabbaus verlangsamt und auch weitere Knochenbrüche sollen vermieden werden.¹



ERNÄHRUNG¹

Ein ausgewogener Speiseplan kann Osteoporose vorbeugen, aber im Krankheitsfall auch dazu beitragen, dass die Knochen das bekommen, was sie zum Aufbau und Erhalt der gesunden Knochenmasse brauchen.

Dazu gehören unter anderem:

- **Calcium:** hat als Hauptbestandteil der Knochen eine zentrale Rolle
- **Vitamin D:** sorgt dafür, dass der Körper das Calcium aus dem Darm aufnimmt und in die Knochen einbaut



BEWEGUNG¹

Bewegung hat eine schützende und stärkende Funktion auf das Knochengerüst. Werden über die Muskulatur Zug und Druck auf den Knochen ausgeübt, wird der **Um- und Aufbau der Knochensubstanz angeregt**. Im Vordergrund stehen daher Aktivitäten, bei denen die Muskelkraft gefordert wird und man das eigene Gewicht bewegt. Welche Bewegungsformen und Sportarten, sowie welche Bewegungsintensität sinnvoll sind, sollten im Arztgespräch geklärt werden.



MEDIKAMENTE¹

Basierend auf Auflöser und/oder Risikofaktoren kann eine medikamentöse Therapie notwendig sein, vor allem, wenn Osteoporose-Patienten ein hohes Risiko für Knochenbrüche haben. Die Wahl des Wirkstoffs richtet sich unter anderem nach der Ausprägung der Osteoporose. Oft kommen folgende zum Einsatz:

- **Biphosphonate**
- **Denosumab**
- **Teriparatid**

LITERATUR

1. Osteoporose: Vorbeugung und Behandlung
<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/koerper/osteoporose/therapie.html> (Zugriff im Jänner 2026)



Was ist KEFDENSIS® und wofür wird es angewendet?¹

Der Wirkstoff in KEFDENSIS® heißt Denosumab.

KEFDENSIS® enthält **Denosumab**, einen Eiweißstoff (monoklonaler Antikörper), der die Wirkung eines anderen Eiweißstoffes beeinflusst, um Osteoporose und Knochenschwund zu behandeln. Die Behandlung mit KEFDENSIS® **stärkt den Knochen** und verringert die Wahrscheinlichkeit, dass er bricht.

KEFDENSIS® wird angewendet zur Behandlung von:

- Osteoporose bei Frauen nach der Menopause (postmenopausal) und Männern mit erhöhtem Risiko für Frakturen (Knochenbrüche) zur Verminderung des Risikos von Knochenbrüchen der Wirbelsäule, Knochenbrüchen außerhalb der Wirbelsäule sowie Hüftfrakturen.
- Knochenschwund aufgrund einer Verringerung der Hormonspiegel (Testosteron), die durch eine Operation oder medikamentöse Behandlung bei Patienten mit Prostatakrebs verursacht wurde.
- Knochenschwund aufgrund einer Langzeitbehandlung mit Glucocorticoiden bei Patienten mit erhöhtem Frakturrisiko.

LITERATUR

1. KEFDENSIS® Gebrauchsinformation, Stand November 2025

Was sollten Sie vor der Anwendung von KEFDENSIS® beachten?¹

KEFDENSIS® darf nicht angewendet werden,

- wenn Sie einen niedrigen Calciumspiegel im Blut haben (Hypokalzämie)
- wenn Sie allergisch gegen Denosumab oder einen der in Abschnitt 6. der Gebrauchsinformation genannten sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind



Teilen Sie Ihrem Arzt oder Ihrem medizinischen Fachpersonal vor Beginn der Behandlung mit, wenn Sie:

- Probleme jeglicher Art mit Ihrem Mundraum oder mit Ihren Zähnen haben wie schlechte Zahngesundheit, Zahnfleischerkrankung oder eine geplante Zahnentfernung.
- keine routinemäßige zahnärztliche Versorgung erhalten oder seit längerer Zeit keine zahnärztliche Untersuchung haben durchführen lassen.
- Raucher sind (da dies das Risiko für Zahnprobleme erhöhen kann).
- zuvor mit Bisphosphonaten behandelt worden sind.
- Medikamente einnehmen, die als Kortikosteroide bezeichnet werden.
- an Krebs leiden.

Ihr Arzt fordert Sie möglicherweise auf, eine **zahnärztliche Untersuchung** durchführen zu lassen, bevor Sie mit einer KEFDENSIS®-Behandlung beginnen.

Sollten Sie unter zahnärztlicher Behandlung stehen oder sich einem zahnärztlichen Eingriff unterziehen (z. B. Zahnentfernungen), informieren Sie Ihren Arzt über Ihre zahnärztliche Behandlung und teilen Ihrem Zahnarzt mit, dass Sie mit KEFDENSIS® behandelt werden.

Bitte kontaktieren Sie Ihren Arzt und Zahnarzt unverzüglich, wenn Sie Probleme jeglicher Art mit Ihrem Mundraum oder mit Ihren Zähnen wahrnehmen, wie lockere Zähne, Schmerzen oder Schwellungen, nicht heilende Wunde Stellen oder Ausfluss, da dies Anzeichen von Kieferosteonekrose (ONJ) sein könnten.

Wie ist KEFDENSIS® anzuwenden?¹

Die empfohlene Dosis ist eine 60 mg-Fertigspritze.

Diese wird **einmal alle 6 Monate** als einzelne Injektion unter die Haut (subkutan) angewendet. Die besten Stellen für die Injektion sind die Vorderseiten der Oberschenkel und die Bauchregion. Ihre Pflegeperson kann auch die Rückseite der Oberarme verwenden.

Sie sollten **ergänzend Calcium und Vitamin D** zu sich nehmen, während Sie mit KEFDENSIS® behandelt werden. Ihr Arzt wird dies mit Ihnen besprechen.

Ihr Arzt kann entscheiden, ob KEFDENSIS® entweder von Ihnen selbst oder von einer Pflegeperson injiziert werden soll. Bei Selbstanwendung wird Ihr Arzt oder das medizinische Fachpersonal Ihnen oder Ihrer Pflegeperson vorab zeigen, wie KEFDENSIS® anzuwenden ist.

Eine bebilderte Injektionsanleitung sowie den Link zur Videoanleitung finden Sie auch in dieser Broschüre auf den Seiten 14-17. Für weitere Informationen lesen Sie bitte sorgfältig die Gebrauchsinformation (Packungsbeilage) durch.



IHR PLUS VON STADA

Zu jeder Packung KEFDENSIS® von STADA sind **180 Stück 500 mg Calcium + 1.000 I.E. Vitamin D GRATIS** beige packt. Damit sind Sie bis zur nächsten KEFDENSIS® Injektion für die ergänzende Zufuhr von Calcium und Vitamin D versorgt!



Wie ist KEFDENSIS® aufzubewahren?¹

Die Fertigspritze im Umkarton aufbewahren, um den Inhalt vor Licht zu schützen.

Bewahren Sie dieses Arzneimittel für Kinder unzugänglich auf.

Im Kühlschrank lagern (2 °C – 8 °C).

Nicht einfrieren.

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Etikett und dem Umkarton nach „EXP“ bzw. „verw. bis“ angegebenen Verfalldatum nicht mehr verwenden. Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des angegebenen Monats.

Die Fertigspritze darf vor der Injektion außerhalb des Kühlschranks gelagert werden, damit sie Raumtemperatur (bis zu 25 °C) erreicht. Dies macht die Injektion angenehmer. Wenn Ihre Spritze einmal Raumtemperatur (bis zu 25 °C) erreicht hat, muss sie innerhalb von 30 Tagen verwendet werden.

Entsorgen Sie Arzneimittel nicht im Abwasser oder Haushaltsabfall. Fragen Sie Ihren Apotheker, wie das Arzneimittel zu entsorgen ist, wenn Sie es nicht mehr verwenden. Sie tragen damit zum Schutz der Umwelt bei.

LITERATUR

1. KEFDENSIS® Gebrauchsinformation, Stand November 2025

Wie kann ich zur Behandlung beitragen?

Ziel der Prävention von Osteoporose ist, starke Knochen aufzubauen und zu erhalten.¹

Lebensstil und Ernährung anpassen¹



Kalzium-Quellen



Milch und Milchprodukte



Nüsse (z. B. Haselnüsse, Paranüsse)



Gemüse (z. B. Grünkohl, Brokkoli)



Vitamin-D-Quellen



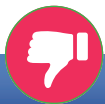
fette Fische (z. B. Hering, Lachs)



Eigelb



Margarine



Alkohol

Eine hohe Aufnahme von Alkohol kann sich negativ auf den Knochen auswirken. Daher sollte der Konsum eher moderat erfolgen oder gar eingeschränkt werden.



Rauchen

Rauchen kann den Knochenabbau weiter beschleunigen und trägt daher zu einem erhöhtem Risiko für Knochenbrüche bei.

Bewegung fördern¹



Bewegungen, bei denen die Muskelkraft gefordert wird



Laufen



Treppensteigen



Tanzen

Sturzvorbeugung



Tipps



Stolperfallen, wie rutschende Teppiche und frei liegende Kabel beseitigen



flache Schuhe mit rutschfesten Sohlen



Wohnung ausreichend beleuchten

LITERATUR

1. Osteoporose: Vorbeugung und Behandlung
<https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/koerper/osteoporose/therapie.html> (Zugriff im Jänner 2026)

Wie wird KEFDENSIS® verabreicht?



WICHTIGE HINWEISE

- Entfernen Sie die graue Nadelschutzkappe **nicht** von der Fertigspritze, bevor Sie für die Injektion bereit sind.
- Wenden Sie die Fertigspritze **nicht** an, wenn sie auf eine harte Oberfläche gefallen ist.
- Versuchen Sie **nicht**, die Fertigspritze vor der Injektion zu aktivieren.
- Versuchen Sie **nicht**, den durchsichtigen Nadelschutz von der Fertigspritze zu entfernen.

SCHRITT 1 – VORBEREITEN

Entnehmen Sie der Packung den Einsatz mit der Fertigspritze und stellen Sie die Gegenstände zusammen, die Sie für die Injektion benötigen: Alkoholtupfer, einen Wattebausch oder Verbandmull, ein Pflaster und einen durchstichsicheren Behälter (nicht in der Verpackung enthalten).

Nehmen Sie die Fertigspritze etwa 30 Minuten vor der Injektion aus dem Kühlschrank und lassen Sie sie bei Raumtemperatur (bis zu 25° C) liegen. Legen Sie die neue Fertigspritze und die anderen Gegenstände auf eine saubere, gut beleuchtete Arbeitsfläche.

Versuchen Sie **nicht**, die Spritze mit einer Wärmequelle wie heißem Wasser oder einer Mikrowelle zu erwärmen.

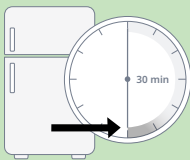
Setzen Sie die Fertigspritze **nicht** direktem Sonnenlicht aus.

Schütteln Sie die Fertigspritze **nicht**.

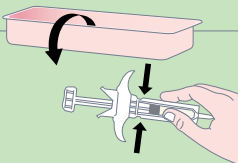
Öffnen Sie den Einsatz, indem Sie die Abdeckung abziehen. Greifen Sie den Nadelschutz der Fertigspritze, um die Fertigspritze aus dem Einsatz zu entnehmen.

Greifen Sie aus Sicherheitsgründen **nicht** am Kolben und an der grauen Nadelschutzkappe.

A



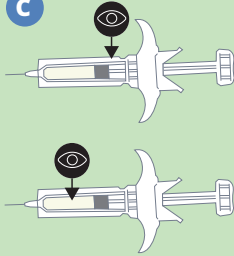
B





Versuchen Sie nicht, sich selbst die Injektion zu geben, bevor Sie von Ihrem Arzt oder dem medizinischen Fachpersonal geschult wurden.

C

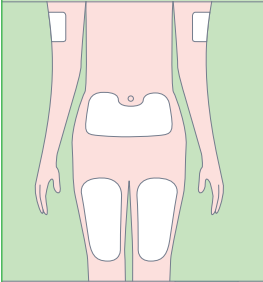


Kontrollieren Sie das Arzneimittel und die Fertigspritze. Überprüfen Sie das Verfalldatum auf dem Etikett, um sicherzustellen, dass das Produkt nicht abgelaufen ist. Wenden Sie die Fertigspritze **nicht** an, wenn irgendein Teil als gesprungen oder gebrochen erscheint oder wenn die graue Nadelschutzkappe fehlt oder nicht fest angebracht ist. Überprüfen Sie die Lösung in der Fertigspritze: Es muss eine klare, farblose bis leicht gelbliche Flüssigkeit sein.



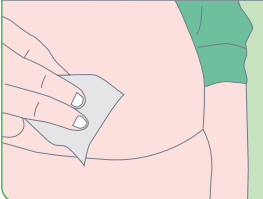
SCHRITT 2 - INJEKTIONSSTELLE WÄHLEN UND REINIGEN

Waschen Sie Ihre Hände vor der Injektion sorgfältig mit Seife und warmen Wasser.

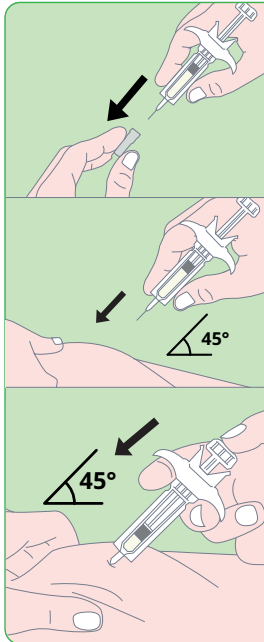


KEFDENSIS® wird unter die Haut (subkutan) gespritzt. Gute Injektionsstellen sind die Vorderseite Ihres Oberschenkels oder der Bauch mit Ausnahme eines Bereiches von 5 cm um Ihren Bauchnabel herum. Wenn Ihnen jemand hilft die Injektion zu geben, kann er oder sie auch die Rückseite des Oberarms wählen.

Geben Sie keine Injektion in einen Bereich der Haut, der empfindlich, verletzt, gerötet oder verhärtet ist. Vermeiden Sie Bereiche mit Narben und Dehnungsstreifen.



Reinigen Sie die Injektionsstelle mit einem Alkoholtupfer und lassen Sie Ihre Haut trocknen. Berühren Sie die Injektionsstelle **nicht** vor der Injektion.



SCHRITT 3 – NADELSCHUTZKAPPE ENTFERNEN UND HAUTFALTE GREIFEN

Ziehen Sie die graue Nadelschutzkappe vorsichtig und gerade ab, weg von Ihrem Körper.

Drücken Sie die Injektionsstelle zusammen, um eine feste Oberfläche zu erzeugen.

Es ist wichtig, die Haut während der Injektion zusammengedrückt zu halten.

SCHRITT 4 – INJEKTION

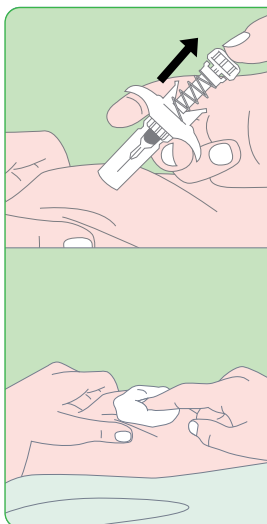
Stechen Sie die Nadel in einem Winkel von etwa 45° in die zusammengedrückte Haut ein. Berühren Sie **nicht** den gereinigten Bereich der Haut.

Drücken Sie dann den Kolben langsam und mit gleichmäßigem Druck. Drücken Sie die Kolbenstange bis ganz nach unten.

Für eine vollständige Beschreibung zur Anwendung der Fertigspritze lesen Sie bitte die Gebrauchsinformation von KEFDENSIS®.

Ein **Erklärvideo zur Anwendung** finden Sie auf <https://www.kefdensispatients.com/de-at> oder einfach den **QR-Code scannen**.





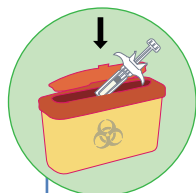
SCHRITT 5 – NADEL WIEDER AUS DER HAUT ZIEHEN

Lösen Sie Ihren Daumen vom Kolben. Anschließend heben Sie die Fertigspritze von der Haut ab.

Nach dem Loslassen des Kolbens wird der Nadelschutz der Fertigspritze die Injektionsnadel sicher umschließen.

Setzen Sie die graue Nadelschutzkappe **nicht** mehr auf gebrauchte Fertigspritzen auf.


Kontrollieren Sie die Injektionsstelle. Falls Sie Blut bemerken, drücken Sie einen Wattebausch oder Verbandmull auf Ihre Injektionsstelle. Reiben Sie **nicht** an der Injektionsstelle. Falls erforderlich, verwenden Sie ein Pflaster.



WIE ENTSORGE ICH DIE KEFDENSIS®-FERTIGSPRITZE?

Entsorgen Sie die gebrauchte Fertigspritze und andere Materialien in einem durchstichsicheren Behälter

Verwenden Sie Fertigspritzen **nicht** noch einmal oder werfen Sie sie **nicht** in den Haushaltsabfall.



Was bedeutet Therapietreue und wieso ist es bei der Anwendung von KEFDENSIS® so wichtig?

Therapietreue bedeutet aktives Mitwirken an Ihrer Gesundheit.

„**Therapietreue**“ bedeutet, dass Sie Ihre Behandlung genau so durchführen, wie sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt vereinbart wurde. Für die KEFDENSIS® Injektionen bedeutet das konkret, dass Sie die Injektionsintervalle (**eine Fertigspritze alle 6 Monate**) **genau einhalten müssen**, um den **Behandlungserfolg zu unterstützen** und den **Krankheitsverlauf zu stabilisieren** bzw. zu **verbessern**.

TIPP: Um Sie an Ihren **nächsten Injektionstermin zu erinnern**, gibt es den **KEFDENSIS® Knochenpass** (eingeklebt auf der gegenüberliegenden Seite) in den Sie oder Ihr Arzt den nächsten Injektionstermin eintragen können. Alternativ dazu können Sie auch eine **Termin-Erinnerung alle 6 Monate in Ihrem Handy setzen** – oder auch die **Handy APP „My Therapy“** nutzen.

LITERATUR

1. flexikon.doccheck.com/de/Patientencompliance (Zugriff im Jänner 2026)



KEFDENSIS® Knochenpass



STADA *Care*

STADA Care Service-Hotline:

+43 1 367 85 85

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in der Gebrauchsinformation angegeben sind.

Der vorliegende Leitfaden stellt keinen Ersatz für das Lesen der vollständigen Gebrauchsinformation und Anweisung zur Anwendung dar. Lesen Sie bitte die gesamte Gebrauchsinformation sorgfältig durch, bevor Sie mit der Anwendung beginnen.

STADA Arzneimittel GmbH

Muthgasse 36/2, 1190 Wien
www.stada.at

024_KEF_0126

