

# So bleiben Sie bis auf die Knochen gesund

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **83 (2005)**

Heft 5

PDF erstellt am: **10.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-724294>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# So bleiben Sie bis auf die Knochen gesund

*Osteoporose ist die häufigste Knochenerkrankung im höheren Lebensalter. Eine Sonderschau an der Zentralschweizer Erlebnismesse Luga bringt Information und damit vielleicht auch Hilfe.*

Von Osteoporose spricht man, wenn der Abbau der Knochen überdurchschnittlich schnell voranschreitet. Denn mit zunehmendem Alter wird mehr Knochen abgebaut als neue Knochensubstanz gebildet. Wird Osteoporose diagnostiziert, bedeutet das für die meisten Patienten und Patientinnen ein Leben mit Schmerzen und eingeschränkter Lebensqualität. Wird die Krankheit nicht oder ungenügend behandelt, können gravierende gesundheitliche Probleme auftreten. Schenkelhalsbrüche sind die häufigste und schwierigste Folge. Sie führen zur Hospitalisierung und oft zu bleibenden Komplikationen. Viele Betroffene verlieren dadurch ihre Selbstständigkeit und ihre Mobilität.

Osteoporose ist die Verursacherin Nummer 1 von Spitaltagen bei Frauen, gleichzeitig auch Verursacherin Nummer 1 bei den Spitalpflegekosten. Osteoporosefälle verursachen jährlich reine Operationskosten in Spitälern in der Höhe von 300 Millionen Franken. Die Kosten für die gesamte Behandlung belaufen sich auf jährlich rund 1,3 Milliarden Franken – und sie werden steigen, weil die Bevölkerung immer älter wird und länger lebt.

«Starke Knochen – nicht einfach Schicksal»: Unter diesem Motto sollen die Luga-Besuchenden für das Thema sensibilisiert, für die Eigenverantwortung motiviert und zur Früherkennung ermuntert werden. Wer frühzeitig sein Osteoporose-Risiko abklären lässt, kann viel für seine gesunden Knochen tun. Einen Schritt dazu können Sie an der Luga tun. In der grossen Sonderschau der Patientinnen- und Patienten-Organisation «donna mobile» erhalten Sie Informationen und Beratung zum Nulltarif. Dank der Zusammenarbeit mit andern Organisationen und Firmen – unter anderem auch Pro Senectute und Zeitlupe – wird ein attraktives Programm geboten.

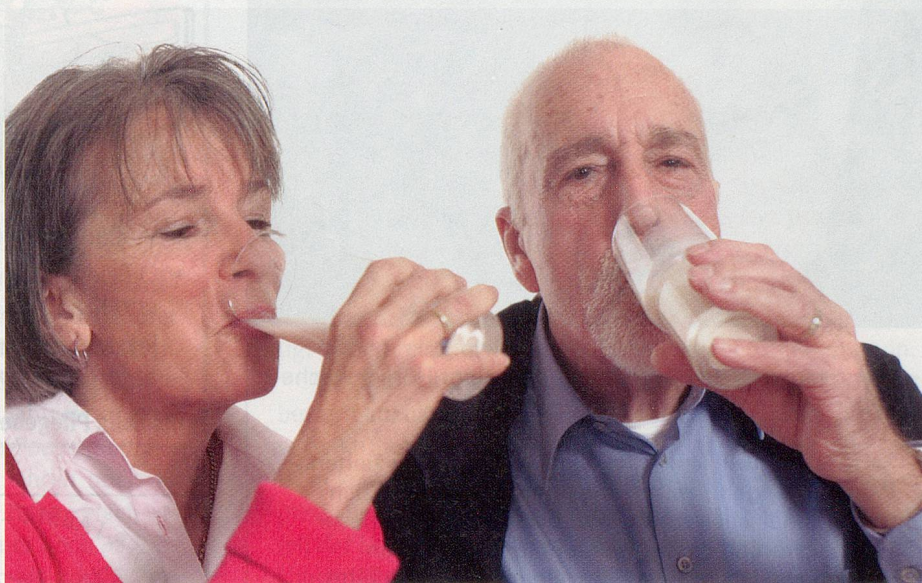


BILD: DOMINIC OTT

**Lustvolle Prophylaxe:** Die Milch hilft dank ihres Kalziums gegen Osteoporose.

Risikopatienten erhalten direkt umsetzbare Hilfestellungen, indem sie – falls nötig – an einen spezialisierten Facharzt weitergeleitet werden.

#### Die Stationen der Sonderschau:

- ▶ Befragung zum Thema Osteoporose: Risikotest mit individueller Abklärung.
- ▶ Kalzium-Bilanz: Leide ich an Kalziummangel? Wie kann ich Lücken füllen?
- ▶ Ultraschallmessung: Wenn die Risikobefragung eine grosse Gefährdung auf-

zeigt, wird an der Messe bei Personen über sechzig Jahren eine Ultraschallmessung an der Ferse vorgenommen.

- ▶ Sturzprophylaxe: Originelle Karikaturen zeigen häufige Sturzgefahren.
- ▶ Ein Informationsparcours zeigt Kindern und Jugendlichen Wichtiges über die Knochen, unser Skelett und die Wichtigkeit von Bewegung und Ernährung.

Besuchen Sie uns an der Luga und geniessen Sie eine abwechslungsreiche Messe mit viel Info und Unterhaltung. ■

#### SO FINDEN SIE IHRE «GESUNDEN KNOCHEN» AN DER LUGA

**Ort:** Messengelände Allmend Luzern.

**Öffnungszeiten:** 29.4. bis 8.5. 2005, jeweils 10–19 Uhr (8. Mai bis 18 Uhr).

**Eintritt:** Erwachsene CHF 12.– (GA-Besitzer bezahlen nur CHF 8.–).

**Anfahrt:** Bus/Sonderbus ab HB Luzern

**Sonderschau:** «Osteoporose geht alle an»: Halle 9, Stand 927.

Besucherinnen und Besucher erfahren viel über die Knochengesundheit, über-

prüfen ihr eigenes Verhalten, ziehen eine Kalziumbilanz oder klären bei kritischen Werten ihr Osteoporose-Risiko ab. Ein Sturzparcours offenbart die Fallen im Alltag. Die Patientenorganisation «donna mobile» informiert über Selbstverantwortung und Selbsthilfegruppen. Kinder und Enkel können unterdessen in einem Geschicklichkeitsparcours ihr eigenes Knochenwissen testen.