
Welt-Osteoporose-Tag am 20. Oktober 2011 – Erfolgreich älter werden trotz Osteoporose

Berlin, 17.10.2011 – „Osteoporose kann jeden treffen, doch jeder kann auch etwas dagegen tun“, so Marion Caspers-Merk. Die Präsidentin des Kneipp-Bundes spricht sich anlässlich des Welt-Osteoporose-Tages am 20.10. 2011 für eine verbesserte Vorbeugung, Aufklärung und Sensibilisierung gegenüber der „heimlichen Volkskrankheit“ aus.

Osteoporose ist eine Erkrankung der Knochen, die vorwiegend im höheren Lebensalter auftritt. Durch den allmählichen Abbau von Knochensubstanz werden die Knochen fragil und damit anfällig für Brüche. Da die Weltbevölkerung ständig wächst und immer älter wird, bezeichnet man die Osteoporose oft auch als „schleichende Epidemie“. Rund die Hälfte aller Osteoporose-Erkrankungen bleibt unentdeckt - bis es zum ersten Knochenbruch kommt. Chronische Schmerzen, körperliche Beeinträchtigungen bis hin zu Behinderung und Pflegebedürftigkeit sind dann meist die Folgen.

„Osteoporose fordert von jedem Einzelnen einen aufmerksamen und bedachten Umgang mit sich und seinem Körper“, so Caspers-Merk. Durch ausreichende, adäquate Bewegung sowie eine ausgewogene Ernährung könne man bereits in jungen Jahren Vorsorge betreiben. Daher hat der Kneipp-Bund in Zusammenarbeit mit dem Kuratorium Knochengesundheit e.V. ein Osteoporose-Fortbildungskonzept für Physiotherapeuten, Gymnastik- und Sportlehrer etabliert. Ziel ist es, Interessierte und von Osteoporose betroffene Personen nachhaltig an ein „knochengesundes Verhalten“ heranzuführen. Weitere Informationen hierzu erhalten Sie unter www.kneippakademie.de

Kneipp-Bund e.V. - Bundesverband für Gesundheitsförderung und Prävention

Kneipp-Zentrum

Adolf-Scholz-Allee 6-8
86825 Bad Wörishofen
Fon 08247 / 3002 -163
Fax 08247 / 3002 -199
presse@kneippbund.de

Berliner Büro

Friedrichstraße 183
10117 Berlin
Fon 030 230 809 601
Fax 030 230 809 955
berlinerbuero@kneippbund.de

www.kneippbund.de
www.kneippvisite.de
www.facebook.de/kneippbund
www.kneippverlag.de
www.kneippakademie.de
www.kneippschule.de
www.kneippbundhotel.de