

KLINIKSPRECHER

Axel Dittmar
Teutoburger Str. 50 33604 Bielefeld
Telefon: 05 21.5 81 - 20 81
Telefax: 05 21.5 81 - 20 93

axel.dittmar@linikumbielefeld.de
www.klinikumbielefeld.de

Informationen

Datum Dienstag, 21. Juli 2009

KLINIKUM BIELEFELD: VORTRAG ÜBER KNOCHENFREUNDLICHE ERNÄHRUNG BEI OSTEOPOROSE

Bereits in jungen Jahren, ab ca. 35, beginnt der altersbedingte Abbau der Knochenmasse. Dies geschieht in der Regel sehr langsam und unbemerkt. Von Osteoporose spricht man, wenn der Knochenabbau für die Altersgruppe unverhältnismäßig schnell fortschreitet, die Knochen porös werden und ein vermehrtes Knochenbruchrisiko besteht. Osteoporose betrifft besonders Frauen, da bei ihnen die altersbedingte Abnahme der Knochenmasse durch Östrogenmangel in den Wechseljahren verstärkt wird.

Was mit der Ernährung erreicht werden kann um das Fortschreiten einer Osteoporose zu verhindern oder zu minimieren, soll der Vortrag von Klaus-Wilfried Meyer zeigen. Der Küchenmeister hält auch praktische Umsetzungshilfen bereit. Der Eintritt ist kostenlos.

**V o r t r a g v o n
Klaus-Wilfried Meyer
Küchenmeister, diätetisch geschult DGE
am Mittwoch, 29.07.2009
15:00 Uhr
Seminarraum 2, Ebene E
(Flur neben der Information)**

