

weise beginnt man dann mit einem gezielten Aufbautraining in einer Sportgruppe.

Korrektur

## Hier schlug der Fehlerteufel zu

Wismar (chh). Da hatte sich in der vergangenen Ausgabe der Fehlerteufel eingeschlichen. Beim Pflegedienst Karin Hameyer war eine falsche Internetadresse angegeben worden. Die richtige Adresse lautet: [www.pflege-wismar.de](http://www.pflege-wismar.de).



Senioren ziehen sich bei Stürzen schwere Verletzungen zu. Foto: pm

Gartenweg sind Stolperfallen, die jedem gefährlich werden können. Besonders kritisch sind solche Alltagsfallen aber für Senioren. Und das gleich aus zwei Gründen: Erstens haben Senioren ein weitaus höheres Risiko, sich bei Stürzen ernsthafte Verletzungen wie etwa einen Oberschenkelhalsbruch zuzuziehen. Das liegt am altersbedingten Knochenschwund, von dem viele Menschen jenseits der 60 betroffen sind.

Zweitens sind die Folgen, die beispielsweise solch ein Bruch nach sich ziehen kann, für ältere Menschen meist weitaus schwer-

Hinken, an den Unfall. Erheblich sind auch die psychischen Folgen. Schlimmstenfalls werden die Betroffenen aus Angst vor einem weiteren Unfall inaktiv - und erhöhen damit dann erst recht ihr persönliches Sturzrisiko.

Besser ist es, eine Zwei-Wege-Strategie einzuschlagen: Man sollte sich mit einer Unfallversicherung schützen und das Wohnumfeld auf die besonderen Anforderungen der Senioren abstimmen.

finden Sie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die auf Ihre Lebenssituation spezialisiert sind. Damit Sie auch schwierige Zeiten besser meistern können. Sprechen Sie uns an! Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

\* Anrufe aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz sind für Sie kostenfrei.

Infos unter [www.barmer-gek.de](http://www.barmer-gek.de)

Ein kostenloses Angebot der BARMER GEK Pflegekasse

# Eine regelrechte Volkskrankheit

## Osteoporose betrifft vor allem Frauen und Männer ab 70 Jahren



Dr. Dirk Steffen, Ärztlicher Direktor des DRK-Krankenhauses. Foto: pm

Wismarer MARKT - Seite 9 - 22. KW 2013

Grevesmühlen (pm). Im DRK-Krankenhaus Grevesmühlen müssen immer wieder Patientinnen ab etwa Mitte 40 versorgt werden, die bei einem vermeintlich harmlosen Sturz einen Knochenbruch erlitten haben. Bei einer genauen Untersuchung wird dann oft

festgestellt, dass die Patientin an verminderter Knochendichte (Osteoporose) leidet, einer regelrechten Volkskrankheit, die insbesondere Frauen in und nach den Wechseljahren und Männer ab 70 betrifft.

„Ursache bei Frauen ist meistens Kalziummangel, der durch die Veränderung des Hormonhaushalts in und nach den Wechseljahren eintritt“, erklärt Dr. Dirk Steffen, Ärztlicher Direktor des Krankenhauses und Chefarzt für Unfallchirurgie und Orthopädie. Allerdings könne auch eine kalziumarme Ernährung zu Osteoporose führen, wenn etwa zu wenige Milchprodukte konsumiert werden.

„Die Krankheit lässt sich durch eine Messung der Knochendichte feststellen, die sogenannte Osteodensitometrie“, erklärt Dr. Steffen. Bisher übernahmen die Krankenkassen in der Regel erst nach einem erlittenen Knochenbruch die Kosten einer solchen speziellen Röntgenuntersuchung.

Das ändert sich nun: Die Osteodensitometrie wird auch dann von der Kasse bezahlt, wenn der Arzt konkrete Hinweise auf eine verminderte Knochendichte festgestellt und die Behandlung eingeleitet hat.

Bestätigt die Messung den Verdacht, ist eine gezielte medikamentöse Therapie in Kombination mit einer Ernährungsberatung sinnvoll. Die rechtzeitige Erkennung der Osteoporose ist wichtig, weil sich etwa Brüche von Wirbelkörpern nicht rückgängig machen lassen und oftmals erhebliche körperliche Beeinträchtigungen auftreten. Die ärztliche Therapie kann dann lediglich den weiteren Verlauf der Krankheit positiv beeinflussen.

Viele Betroffene wissen vorher gar nichts von ihrem Handicap. „Dabei ist Osteoporose weiter verbreitet, als viele Menschen glauben“, so der Facharzt. „Mit einer frühzeitigen genauen Untersuchung gehen sie auf Nummer sicher.“

## KRANKENHAUS GREVESMÜHLEN Deutsches Rotes Kreuz

*Ein guter Ort, um gesund zu werden!*



Das bestätigen jetzt auch die hervorragenden Ergebnisse der bislang größten Patientenbefragung in Deutschland, durchgeführt von AOK, BARMER GEK und der „Weißen Liste“.

Danach empfehlen 84 Prozent der Patienten unser Krankenhaus uneingeschränkt weiter! Damit liegt das Grevesmühlener Krankenhaus deutlich über dem bundesweiten Durchschnitt.

**MENSCHLICH • KOMPETENT • VOR ORT**

KONTAKT: Telefon: 03881 726 - 0; E-Mail: [info@drk-kh-gvm.de](mailto:info@drk-kh-gvm.de); Internet: [www.drk-kh-mv.de](http://www.drk-kh-mv.de)