

Editorial

In Europa brechen sich immer mehr Menschen den Oberschenkelhals. Das ist zum einen die Folge der Ignoranz von Gesundheitspolitikern, Krankenkassen und Mediziner, die zu wenig für die Vorsorge und Früherkennung von Gefährdeten tun. Das haben wir an dieser Stelle schon mehrfach beklagt. Wir werden uns auch weiterhin bei den entsprechenden Stellen für die Osteoporose einsetzen. Aber zur Brüchigkeit der Knochen muss immer erst noch ein Ereignis eintreten, dass den Knochen auch brechen lässt: ein Sturz. Wir beginnen in diesem Heft mit einer Serie, die Sie, liebe Leserinnen und Leser in die Lage versetzt, etwas dafür zu tun, dass Sie gar nicht erst fallen. Packen wir's an.

Ihr
Helmut W. Minne

Zunehmende Muskelkraft und -leistung stärkt den Knochen – und es macht noch Spaß.

Im Brennpunkt

Ines Landschek, Berlin
Angst ist ein schlechter Berater – Brustkrebsvorsorge 20

Neues aus der Wissenschaft

INTERVIEW mit
Dr. med. Jan Philipp Petersen, Hamburg
Knorpelzellen aus dem Reagenzglas 22

Sie fragen - wir antworten

- Welches Calciumpräparat in welcher Dosierung
- Osteoporose und Festigkeit der Zähne
- Kortison und Rippenbrüche
- Testosteroninjektionen bei Osteoporose? 23

Wir über uns

- Bundesweite Forschungs-Tour für bessere Versorgung
- Neuer Reha-Beratungsservice
- Einladung zur Mitgliederversammlung 24

Freizeit

Geistig fit:
Ganzheitliches Gedächtnistraining 26

Gesundheitspolitik

- Fragen Sie lieber Ihren Arzt – „aut idem“
- Europa-Abgeordnete appellieren 28

Aus den Selbsthilfegruppen 29

Leserbriefe, Impressum, Vorschau, Auflösung 31



Foto: Rolf Schulten

TITELTHEMA

Knochen und Muskeln – neue Welten

INTERVIEW mit
Prof. Dr. Dieter Felsenberg, Berlin
Knochen und Muskeln – neue Welten
Faul im Bett für die Forschung 4

Dr. med. Martin Runge, Esslingen
Ein Sturz hat viele Väter 6

Ines Landschek, Berlin
Das Jahrzehnt der Knochen und Gelenke 8

PD Dr. med. Stephan Scharla, Schönau
Neue Hoffnungen bei der Behandlung der Osteoporose? – Parathormon, Statine, Strontiumsalze 10

Ernährung
P. Will, T. Lotz, Friedrichsdorf
Milch – populäre Vorurteile 13

Rezepte 30

In Bewegung
Dr. Jochen Werle, Heidelberg
Verhaltenstraining für Osteoporose-Patienten (27)
Psychisches Befinden und Körperhaltung 16