



Fotos: Kerstin Zillmer

TITELTHEMA

Der Osteoporose vorbeugen

Dr. med. Christian Günther, Bad Füssing
Wie schützen wir den Nachwuchs vor der Volkskrankheit Osteoporose? **4**

Prof. Dr. med. H. W. Minne, Bad Pyrmont
Warum ist Vorbeugung so wichtig? **5**

Dr. med. Jutta Semler, Berlin
„Damit es nicht erst kommt zum Knackse...“ **9**

NEUES AUS DER WISSENSCHAFT
Hufeland-Preis 2002 an Prof. Dr. med. Eckhard Schönau, Köln **12**

Kongressbericht
Dr. med. Stephan Scharla, Bad Reichenhall
Osteologiekongress 2003 Göttingen: Was gibt es Neues für Patienten mit Osteoporose? **14**

Interview
mit Prof. Dr. med. Johannes Pfeilschifter, Bochum
Einheitliche Leitlinien zur Osteoporose sind mehr als nur Empfehlungen **17**

In Bewegung
Dr. Jochen Werle, Heidelberg
Verhaltenstraining für Osteoporosepatienten (32) Aquawalking und Aquajogging **19**

Früh übt sich, wer sich später keinen Knochen brechen will.
Schon im Kindesalter wird der „Grundstein“ für ein stabiles Knochengüst gelegt – durch richtige Ernährung und Bewegung.

Sie fragen - wir antworten

- Osteoporose durch zu niedrigen Östrogengehalt?
- Kann Milch auch schädlich für den Knochen sein? **23**

Wir über uns

- Kuratorium kämpft gegen Positivliste
- Knochenbrüche aus heiterem Himmel?!
- Besuch aus Chile (siehe auch 4. Umschlagseite)
- Treffen des DOP in Göttingen **24**

Aus den Selbsthilfegruppen

- Wettbewerb: Gisela-Rehfeld-Preis
- Nachruf **26**

Forschung

Zurück vom Mars: Forschung über Schwerelosigkeit **27**

Freizeit

Geistig fit: Übungen für den Urlaub **28**

Ernährung

Rezepte **29**

Medizin auf Reisen

Mit Kindern in den Bergen wandern **30**

Für Sie gelesen

Leben in Harmonie
Auflösung, Vorausschau, Impressum **31**

Editorial

Populismus, so nannte man es früher, wenn Ärzte für ihre Patienten offensiv in die Breische sprangen, um angemessene Behandlungsmaßnahmen zu fordern. Populismus war und ist verpönt, weil unterstellt wird, man wolle sich aus vordergründig egoistischen Motiven interessant machen und schrecke vor nichts zurück.

Es ist aber durchaus nicht populistisch, wenn man die Folgen der Osteoporose darstellt und darauf hinweist, wie Menschen in unserem Lande dadurch leiden. Das Ziel ist nicht, ärztliche Prominenz zu erzeugen oder pharmazeutischen Firmen wirtschaftliche Vorteile zu verschaffen, das Ziel ist vielmehr, zu verhindern, dass auch zukünftig unsere Mitmenschen rücksichtslos in ein leidvolles Leben gestoßen werden, weil ihnen mögliche Behandlungsmaßnahmen vorenthalten werden.

Ihr
Helmut W. Minne