



Nutzen Sie jede Gelegenheit
um Vitamin D zu tanken.



Gemeinsam
MEHR BEWEGEN

Inhalt

2 | 2010

OSTEOPOROSE BEWEGT ... 9. DOP-KONGRESS IN LUZERN

PROF. DR. REINER BARTL, DR. MICHAEL BARTL, MÜNCHEN
Osteoporose – der Patient als Partner.....**5**

PROF. DR. MED. HEIKE A. BISCHOFF-FERRARI, ZÜRICH
Zukunftspotential Vitamin D.....**8**

PROF. DR. KURT WEBER, MONIKA LINDNER, GRAZ
Innovative Ansätze im „Disease Management“ der
Osteoporose.....**12**

IN BEWEGUNG

JÜRGEN WICHARZ, BONN
„Ich bin stark!“ Mit allen Sinnen trainieren und lernen –
Pflege und Training der Füße, TEIL 2.....**15**

KNOCHENGESUNDHEIT – AKTUELL Neues aus der Wissenschaft

DR. MED. JUTTA SEMLER, BERLIN
Sekundäre Osteoporosen, TEIL 2.....**18**

GESUND LEBEN

Die Heilkraft des Wassers.....**21**

PROF. DR. HANS-DIETER HERMANN
Der Kopf entscheidet.....**24**

In der Heftmitte **EXTRA:**

Schritt für Schritt-
Knochenfit

Bewegungstraining
von Dr. Jochen Werle

MOPSFIDELES LEBEN

- Rezept: Multitalent Buttermilch.....**26**
- Geistig fit:
 - Konzentriert Lesen.....**27**
 - Buchstabensuche.....**27**

WIR ÜBER UNS

- Bericht von der Mitgliederversammlung.....**28**
- Ankündigung Welt-Osteoporose-Tag 2010.....**28**
- NEUE OSTEOPOROSE SCHULE.....**29**
- Unsere neue Homepage.....**29**

SELBSTHILFE

Adressen der Osteoporose-Selbsthilfe-Verbände.....**29**

Auflösung „geistig fit“, Impressum, Vorausschau.....**30**