



## **Arthrose bremsen und Stürze vermeiden - Info-Veranstaltung für Senioren im Augustinum Kassel**

Von *juwi*

Erstellt am 26 Okt 2011 - 08:15

Das Wohnstift Augustinum Kassel und die Vitos Orthopädische Klinik Kassel bieten Senioren der Region die Möglichkeit, sich ausführlich über das Thema Gelenkverschleiß (Arthrose) und die Vermeidung von Stürzen und Knochenbrüchen zu informieren.

Die kostenfreie Veranstaltung findet statt am 10. November 2011, 17.00 – 18.00 Uhr, im Festsaal des Augustinum Kassel, Im Druseltal 12. Selbstverständlich sind auch interessierte Personen jüngeren Alters herzlich willkommen.

Der Ärztliche Direktor der Vitos Orthopädischen Klinik Kassel, Prof. Dr. Werner Siebert, informiert die Gäste rund um das Thema Arthrose: Was kann man tun, um Arthrose vorzubeugen, wie kann ein bereits eingesetzter Verschleißprozess gebremst werden und welche operativen Möglichkeiten gibt es, den gesunden Gelenkanteil noch lange zu erhalten.

Viele Betroffene nehmen durch Schmerzen in den Gelenken eine Schonhaltung ein, bewegen sich nur noch wenig und werden beim Gehen unsicher. Wie Senioren lernen können, sich im Alltag sicher zu bewegen, ihre Arm- und Beinmuskulatur zu kräftigen, die Koordination zu verbessern und auf Stolperfallen zu achten, darüber informiert Gabriele Kircher, Physiotherapeutin und Leiterin der Sturzprophylaxe-Kurse in der Klinik.

Nach der Veranstaltung besteht ausreichend Möglichkeit zur Diskussion und zu persönlichen Gesprächen mit den Referenten.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 06:04):** <http://www.medkom24.eu/node/15314>