

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **Älter werden – gesund bleiben**

#### **„Bremer Gesundheitstage – Alter erleben“**

#### **Kooperationsgemeinschaft Freie Kliniken Bremen lädt Interessierte ein**

Ihm kann sich keiner entziehen: dem Alter. Die Jahre werden spürbar, die Gelenke beginnen zu schmerzen und die Bewegungen werden langsamer. Jeder Mensch sieht sich im Alter mit körperlichen Herausforderungen konfrontiert, die in jungen Jahren keine Rolle spielten. Das DIAKO Ev. Diakonie-Krankenhaus, das St. Joseph-Stift, die Roland- Klinik und das Rotes Kreuz Krankenhaus laden daher vom 16. bis 19. März 2009 zu den „Bremer Gesundheitstagen – Alter erleben“ ein. An vier aufeinanderfolgenden Tagen öffnet je eine Klinik ab 15 Uhr ihre Türen und bietet informative Vorträge sowie praktische Übungen für die Besucher an. Das Programm ist vielfältig – ebenso wie das Alter selbst.

„Wir haben uns für unsere fünften gemeinsamen Veranstaltungstage das Thema ‚Alter‘ ausgesucht, da es uns alle betrifft und medizinisch betrachtet zahlreiche Besonderheiten aufweist“, erklärt Dr. Walter Klingelhöfer, Sprecher der Kooperationsgemeinschaft Freie Kliniken Bremen und Kaufmännischer Geschäftsführer des Rotes Kreuz Krankenhaus. Die vier freigemeinnützigen Bremer Krankenhäuser informieren die Besucher während der Informationstage über mögliche Erkrankungen im Alter. Sie zeigen gleichzeitig Möglichkeiten auf, diesen Krankheiten wirkungsvoll zu begegnen und sie bestenfalls zu vermeiden. Das viertägige Programm befasst sich daher mit zahlreichen Aspekten: Beweglichkeit im Alter, Schmerz, Demenz, Krebserkrankungen, Patientenverfügung, altersbedingte Hand- und Wirbelsäulenerkrankungen, Ernährung, Osteoporose und Knochenbrüche, Prävention sowie Vor- und Nachbereitung bei notwendigen Operationen und Medikamentenvergabe bei älteren Menschen.

#### **Die Besonderheiten des Alters**

Ab etwa 60 Jahren treten bei Menschen deutlich mehr und vor allem andere Krankheiten auf als in jungen Jahren. Osteoporose, Demenz oder Arthrose sind nur einige Erkrankungen, die man gemeinhin als altersbedingt bezeichnet

Ältere Patienten benötigen eine andere medizinische Behandlung als jüngere. Wunden heilen langsamer, ebenso Knochenbrüche. Medikamente werden anders verabreicht und das Operationsrisiko ist in der Regel höher. Manche Krankenhäuser haben eine eigene altersmedizinische Fachabteilung, die Geriatrie. Aber auch altersübergreifende Fachdisziplinen wie zum Beispiel Orthopädie, Rheumatologie, Schmerzmedizin und Chirurgie stellen sich in ihrer Arbeit auf die besonderen Bedürfnisse älterer Patienten ein.

Allerdings bedarf es nicht nur einer anderen medizinischen Behandlung im fortgeschrittenen Alter. Auch die körperliche Fitness spielt eine große Rolle. Daher zeigen die vier freigemeinnützigen Kliniken während ihrer Veranstaltungstage in einigen Häusern auch praktische Übungen zum Nachmachen: Vom Gedächtnistraining über „Zirkeltraining für die Hände“ hin zu Nordic Walking und Gymnastik.

An den vier Veranstaltungstagen stehen Informationsstände, Mitmach-Übungen sowie Besichtigungen auf dem Programm. Die Veranstaltungen finden an unterschiedlichen Tagen statt. Somit können sich Interessierte in allen vier Kliniken informieren. Ärzte und Fachpersonal stehen selbstverständlich für Fragen zur Verfügung.

<b>Roland-Klinik:</b>	<b>Montag, 16. März</b>
<b>St. Joseph-Stift:</b>	<b>Dienstag, 17. März</b>
<b>DIAKO Ev. Diakonie-Krankenhaus:</b>	<b>Mittwoch, 18. März</b>
<b>Rotes Kreuz Krankenhaus:</b>	<b>Donnerstag, 19. März</b>

**jeweils von 15.00 bis 18.00 Uhr**

Der Besuch aller Veranstaltungen ist kostenfrei, eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Informationen zum genauen Programm in den einzelnen Kliniken gibt es im Internet unter [www.freieklinikenbremen.de](http://www.freieklinikenbremen.de)

#### **Für Presserückfragen**

text+pr, Yvonne Bries, Tel. 0421 56517 24, [bries@mueller-text-pr.de](mailto:bries@mueller-text-pr.de)