

# Medienmitteilung

9. März 2015

## Wenn im Alter der Knochen bricht – eine Herausforderung jetzt und in Zukunft

**Die Sturzgefahr und somit das Risiko, einen Knochenbruch zu erleiden, nimmt mit dem Alter zu. Aufgrund der steigenden Anzahl älterer Menschen nimmt auch die Zahl der Knochenbrüche zu. Im Rahmen des öffentlichen Vortrags zeigt Dr. med. Christoph Schubiger, Stv. Chefarzt Chirurgie, wie anhand des Therapiekonzeptes «Reparieren – Analysieren – Trainieren» Knochenbrüche bei älteren Personen umfassend behandelt werden.**

Im Therapiekonzept steht «Reparieren» für die operative Knochenbruchbehandlung. Deren Ziel ist es, die Mobilität sowie die Aktivität und damit auch die Selbständigkeit des Patienten zu erhalten. Mit modernen Versorgungskonzepten und Materialien wird dieses Ziel häufig erreicht. Neu entwickelte Platten, Schrauben und Nagelsysteme ermöglichen die Rekonstruktion (Wiederherstellung) schwieriger Knochenbrüche. Ebenso erhöhen sie im Falle eines krankhaften Knochenschwunds – der sogenannten Osteoporose – die Stabilität im Knochen. Begleiterkrankungen, Gehfähigkeit und Selbständigkeit vor dem Sturz als auch die Kooperationsfähigkeit müssen mitberücksichtigt werden. Diese Faktoren beeinflussen den Behandlungsablauf wesentlich.

### Analysieren der Gründe

«Die häufigsten Sturzursachen sind medizinische Erkrankungen, Medikamentennebenwirkungen, Stolperfallen und Installationsmängel zu Hause, die es zu erkennen und zu beseitigen gilt», erklärt Dr. Christoph Schubiger, Stv. Chefarzt Chirurgie. Die Osteoporose ist eine im Alter zunehmend häufige Erkrankung, die oft unbemerkt einsetzt und daher erst spät oder ungenügend diagnostiziert und behandelt wird. Zu den Risikofaktoren für Osteoporose zählen Fehl- und Mangelernährung, übermässiger Alkoholkonsum, Nikotin, Bewegungsmangel und dem Vorkommen einer Osteoporoseerkrankung in der Familie. Die genaue Diagnose wird durch die Beurteilung dieser Risikofaktoren in Kombination mit einer Knochendichtemessung gestellt. Bewegung und eine Kalzium- und Vitamin-D-reiche Ernährung wirken der Osteoporoseentwicklung entgegen.

### Trainieren – es ist nie zu spät

«Turne bis zur Urne» propagiere Professor Grönemeyer und da gebe er ihm recht, meint Dr. Schubiger. Die Sturzhäufigkeit wird durch Kraft-, Ausdauer- und Koordinationstraining reduziert. Ebenso verbessert regelmässiges Training die Knochendichte und die Gefahr der Osteoporoseentwicklung wird reduziert. Die sportliche Aktivität zeigt weitere positive Effekte auf unterschiedliche Körperleistungen. Regelmässiges Training, was heisst das? Dr. Schubiger gibt darauf die Antwort und zeigt zudem während des Vortrags die Anwendung der neuesten Implantate bei der Behandlung von Handgelenksverletzungen und hüftnahen Knochenbrüchen.

### Öffentlicher Vortrag Spital Bülach:

Die Knochenbruchbehandlung beim älter werdenden Menschen

Dienstag, 17. März 2015, 19.30 bis ca. 21.00 Uhr

Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldung unter [www.spitalbuelach.ch/vortragsreihe](http://www.spitalbuelach.ch/vortragsreihe) oder Telefon +41 44 863 22 11. Der Eintritt ist frei.

---

#### Weitere Informationen

Claudia Binder  
Fachspezialistin Unternehmenskommunikation  
Spital Bülach  
Direktwahl +41 44 863 27 81, Fax +41 44 863 22 04  
E-Mail [claudia.binder@spitalbuelach.ch](mailto:claudia.binder@spitalbuelach.ch)  
[www.spitalbuelach.ch](http://www.spitalbuelach.ch)

#### Über das Spital Bülach

Im Zürcher Unterland stellt das Spital Bülach mit 220 Betten und rund 1'000 Mitarbeitenden eine hochstehende medizinische Versorgung für 160'000 Menschen sicher. Die Kliniken Chirurgie, Orthopädie, Urologie, Medizin, Gynäkologie & Geburtshilfe, Neonatologie, Kinder- & Jugendmedizin sowie die Institute Radiologie und Anästhesie bieten vielfältige stationäre und ambulante Leistungen an.