

## *Sarkopenie und Frailty*

(Muskelabbau und Gebrechlichkeit)

Donnerstag, 31. Mai 2018  
18 Uhr, Haus Christa



# Muskelabbau und Gebrechlichkeit

*Was versteckt sich dahinter? - Muss man damit wirklich leben? - Nein!*

Peter Plettenberg klärt auf!

„Selbstständigkeit im höheren Lebensalter erfordert nicht nur kognitive, sondern auch motorische Fähigkeiten. Sarkopenie (Muskelabbau) und Frailty (Gebrechlichkeit) sind zwei geriatrische Syndrome, die durch Abbau und Schwäche der Skelettmuskeln gekennzeichnet sind. Die pathologische Physiologie ist komplex, wird aber oft unterschätzt, indem der Zustand als „altersentsprechend“ beurteilt wird. Ist dies nur eine medizinische Bezeichnung eines unausweichlichen Prozesses? - Muss man damit leben? - Was kann man tun?“

Peter Plettenberg klärt auf und gibt handlungsweisende Ratschläge zur Prophylaxe und therapeutischen Ansätzen.

**Referent:** Peter Plettenberg (*Chefarzt des Geriatriezentrums Friesland & Alters-trauma-Zentrums der Friesland-Kliniken und Dozent der Albertinenakademie Hamburg*).

Um Anmeldung für die kostenlose Veranstaltung wird bis zum 24. Mai 2018 gebeten.

**Kontakt:** Haus Christa - Hauptstraße 6 - 26969 Butjadingen - T (04735) 92 98 - 0 - F (04735) 92 98 - 28 - [info@pflegeheim-haus-christa.de](mailto:info@pflegeheim-haus-christa.de)

