



Von der Altersmedizin zur Altersprophylaxe

19.02.2024 Rheydt Von Redaktion



Referent ist Dr. Thomas Jaeger, Chefarzt des Zentrums für Geriatrie an den Städtischen Kliniken

Unsere Gesellschaft wird immer älter. Wer möchte da nicht gesund und mobil bleiben. Dieses Thema hat die Friedrich-Spee-Akademie aufgegriffen und lädt zu einer Veranstaltung mit dem Thema "Von der Altersmedizin zur Altersprophylaxe" ein.

Die Veranstaltung findet statt am Freitag, dem 23.2.2024 um 16.00 Uhr im Raum 4 im Verwaltungsgebäude der Städtischen Kliniken, Elisabeth Krankenhaus 41239 Mönchengladbach (Zugang über die Wildstraße).

Im Vortrag gibt Herr Dr. Jaeger zunächst einen Überblick über die demographische Entwicklung, über das Alter und die wichtigsten Alterstheorien. Er stellt dann die in den letzten Jahren rasante Entwicklung der Geriatrie dar und erklärt, warum nur eine dem Alter des Patienten angepasste Therapie die medizinischen Behandlungsmöglichkeiten im Alter optimal ausschöpft.

Der Hauptteil des Vortrages geht ausführlich darauf ein, welche Antiaging-Maßnahmen wissenschaftlich gesichert sind. Dazu gehört neben der Verhinderung und Behandlung von Risikofaktoren und Mangelerscheinungen auch ein gesunder Schlaf als Schutz für die körperliche und geistige Gesundheit im Alter.

Es werden Fragen zu Schlafmitteln, Medikamenten, Ernährung, gesunde Lebensführung, Sport diskutiert und wie diese Dinge eventuell einen Altersprozess verlangsamen.

Der Vortrag kann so die Chance für einen individuellen Start für eine gesündere Lebensführung bieten.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich, unter vorstand@fs-akademie-mg.de oder telefonisch bei der Vorsitzenden der FSA MG Ursel Thomas unter 02161/14747.

Kostenbeitrag vorab € 8.-, an der Abendkasse € 10.-