

**Gruppensprecherin:**  
Christiane Landgraf  
Erthalstr. 18 a, 97074 Würzburg  
Tel. 0931 / 782183  
Email: [osteoporosegruppe.wuerzburg2@gmx.de](mailto:osteoporosegruppe.wuerzburg2@gmx.de)

**Kassenwart:**  
Uwe Anderl  
Theilheimerstr. 12 a, 97228 Rottendorf  
Tel. 09302 / 3872  
Email: [uwe.andrel@t-online.de](mailto:uwe.andrel@t-online.de)

**Homepage**  
[www.osteoporose2.selbsthilfe-wue.de](http://www.osteoporose2.selbsthilfe-wue.de)

**Bankverbindung:**  
BfO Osteoporose-SHG Nr. 422 Würzburg 2  
Sparkasse Mainfranken  
IBAN DE70 7905 0000 0047 8681 87  
BIC BYLADEM1SWU

**Betreuung der Funktionsgymnastik**  
durch qualifizierte Physiotherapeut/inn/en  
mit zertifizierter Zusatzausbildung  
Osteoporose-Funktionstraining

**Wöchentliche Gymnastik: Trocken**  
Dienstag: 17.30 – 18.30 Uhr  
im Therapiehaus Ludwigstraße, Ludwigstr. 23,  
97070 Würzburg, Tel. 0931/13366  
Internet: [www.therapiehaus-ludwigstrasse.de](http://www.therapiehaus-ludwigstrasse.de)

**Gesprächstermine:**  
Telefonberatung werktags ab 18 Uhr unter  
Tel. 0931 / 782183 oder per Email:  
[osteoporosegruppe.wuerzburg2@gmx.de](mailto:osteoporosegruppe.wuerzburg2@gmx.de)

Information und Beratung jeweils jeden letzten  
Dienstag im Monat vor und nach dem Training  
im Therapiehaus Ludwigstrasse

## Osteoporose und ihre Folgen für die Knochen

**Verlust der Mikroarchitektur:**  
Als Beispiel ein Lendenwirbel  
(im Vergleich normal und osteoporotisch)



**Bruch (Einbruch) eines Wirbelkörpers:**  
Dies ist der häufigste Bruch als Folge von Osteoporose. Es kommt zu einer Verkrümmung der Wirbelsäule.



**Unterarmknochen:**  
Dort treten manchmal die ersten Knochenbrüche auf.



**Oberschenkelhalsbruch:**  
Der Bruch eines Oberschenkelhalses gilt als schwerwiegende Folge der Osteoporose.



**Nach dem Bruch beginnt das Leiden:**  
Osteoporose ist eine Krankheit, die mit einem Verlust der Knochensubstanz verbunden ist. Als Folge wird der Knochen porös und brüchig. Zu Knochenbrüchen kommt es hauptsächlich an Wirbelsäule und Oberschenkelknochen. Heute zählt die Osteoporose zu den häufigsten Erkrankungen des Knochengerüstes.

Dieses Projekt wird gefördert aus Mitteln



Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration



# Osteoporose

Knochenschwund



**Landesverband  
Bayern**

**Osteoporose - Selbsthilfegruppe Würzburg 2**

Die Selbsthilfegruppe wird gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen und ihre Verbände in Bayern

