

Osteoporose

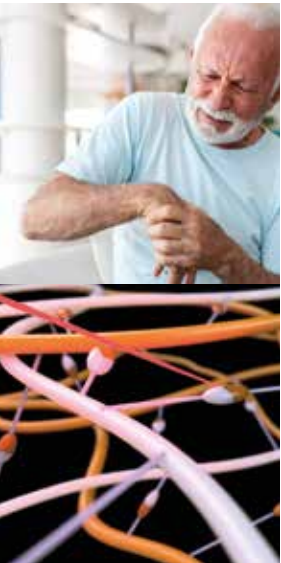
Das Gesundheitsmagazin 2/2026

Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e. V.

Informationszeitschrift des BfO · Kirchfeldstr. 149 · 40215 Düsseldorf · Ausgabe Nr. 62 · Einzelheft 3 € · 15. Jahrgang · ISSN 2193-6722

Osteoporose | Auch Männerknochen brauchen Schutz
Gesundheit | LDL-Cholesterin erkennen und behandeln
Ratgeber | Keimzelle
Kühlschrank

**ENTZÜNDUNGEN IM ALTER:
EINE STABILE DARMFLORA SCHÜTZT**



© medJUNGE (2.v.u.); Sven Gautsche-ETH Zurich (6.v.u.); I.; Adobe Stock (5)

■ Titelthema

- 4-9 Inflammaging: Entzündungen und ihre Auswirkungen auf die Knochengesundheit

■ Osteoporose

- 10 DMP: Auch Männerknochen brauchen Schutz
- 11 Implantat der Zukunft: Hydrogel repariert Knochen
Buchtipp: Osteoporose erkennen und behandeln

■ Gesundheit

- 12 LDL-Cholesterin: Warum Ernährung nicht entscheidend ist
- 13 Gürtelrose-Impfung: Zweifachwirkung
- 14 Kaffee und Tee: Gehirnschutz?
- 15 Fruktose: Gefahr für die Nieren

■ Ratgeber

- 16 Keimzelle Kühlschrank: Was hilft
- 17 Darmkrebsvorsorge: Hauptsache hingehen!
- 18 Mittagsschlaf: Booster für's Gehirn
- 19 Psychotherapie online: Studienteilnehmende gesucht
Pflegebedürftige: Finanzielle Ausbeutung
- 20 Radfahren: Erhöht Fahrkompetenz im Auto
- 21 Broschüre: Schuldenfrei im Alter
- 22 Neue App: Erste Hilfe für Wildtiere

■ Rezepte

- 24 Pizza Vitalia
Knäckebrot

■ Unterhaltung

- 26 Gedächtnistraining

■ Verbands- und Partnerforum/Selbsthilfe

- 28 Delegiertentagung: Treffen in Kassel
- 29 WOT in München: Das Programm
- 31 BAG Selbsthilfe: Starke Stimme
Mitgliedertreffen in Bad Kissingen
- 32 LV Bayern, LfO Mecklenburg-Vorpommern, SHG Gevelsberg
- 33 Nachruf Birgit Eichner
Wissenschaftlicher Beirat
- 34 SHG Bad Nauheim, SHG Hennef
Selbsthilfegruppen: Jubiläen
- 35 Die Hotline-Ärzte im Juli, August, September
Impressum
- 36 Ärzte-Hotline Juli bis September