



Sana Kliniken Leipziger Land
Sana Klinikum Borna

Akademisches Lehrkrankenhaus
der Universität Leipzig

Osteoporosesport

Osteoporose ist eine Stoffwechselerkrankung wodurch die Knochen an Festigkeit verlieren und es zu einer erhöhten Knochenbrüchigkeit kommt. Das Risiko einer Fraktur steigt. Sport und Bewegung fördern den Knochenaufbau und machen sie widerstandsfähiger.

Indikationen

- z. B. niedrige Knochenmasse
- Verschlechterte Mikroarchitektur des Knochengewebes
- Gesteigerte Knochenbrüchigkeit

Ziele

- Kräftigung der Muskulatur
- Sturzprophylaxe
- Koordinationstraining und Wahrnehmungsschulung
- Schmerzverarbeitung und -bewältigung
- Steigerung der allgemeinen Fitness
- Entspannung
- Spaß an Bewegung unter Gleichgesinnten uvm.

Mit speziell geschulten Therapeuten begleiten wir Sie gern auf Ihrem Weg in ein aktives und gesundes Leben. Die Teilnahme erfolgt auf Verordnung des Arztes. Die Kosten trägt die Krankenkasse.

Wann findet das Training statt?

Es finden täglich Rehasportkurse statt.

Weitere Auskünfte erhalten Sie über unten stehenden Kontakt.

Sana Kliniken Leipziger Land

Institut für therapeutische Medizin
Rudolf-Virchow-Straße 2 | 04552 Borna
Physiotherapie
Telefon 03433 21-1882
E-Mail: physiotherapie.borna@sana.de
www.kliniken-leipziger-land.de