Allgemeine Hinweise

Anmeldung unter:
www.soft-consult.org
kontakt@soft-consult.org
+49 (0) 64 20 - 93 444

Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Die Inhalte der Fortbildungsmaßnahme sind produkt- und/oder dienstleistungsneutral.

Es bestehen keine Interessenkonflikte seitens der Referenten, des Veranstalters und der wissenschaftlichen Leitung.

Die Veranstaltung ist von der Landesärztekammer Hessen mit 3 Fortbildungspunkten (3 CME) zertifiziert.

Die Offenlegung der aktuellen Zuwendungen zu Werbezwecken gemäß erweiterter Vorgabe des FSA-Kodex Fachkreise (§20 Abs. 5) erfolgt unter:

<< www.soft-consult.org >>

Die Gesamtaufwendungen für die Veranstaltung belaufen sich auf ca. 6.000 €.

Allgemeine Hinweise

Veranstaltungsort
Foyer der Praxen
Orthozema und Physiotherapiepraxis Julia Justus
„Medizin Marburg Mitte“
Erlenring 9 - Marktdreieck, 35037 Marburg



Mit freundlicher Unterstützung von

ALTAMEDICS GmbH 1.000 €
anwerina Deutschland GmbH 250 €
Aristo Pharma GmbH 300 €
Gedeon Richter Pharma GmbH 500 €
Hexal AG Sandoz 1.000 €
KYOWA KIRIN GmbH 500 €
Laborarztpraxis Rhein-Main MVZ GbR 1.500 €
UCB Pharma GmbH 500 €

Stand 04.11.2026

osteonetzwerk-marburg.de

Muskel & Knochen

- gemeinsam denken, gemeinsam behandeln -

Von der Endokrinologie über die Orthopädie bis zum konkreten Training

2. Dezember 2026

18.00 Uhr

Wissenschaftliche Leitung:
Osteoporose Netzwerk Marburg e.V.
1. Vorsitzender
Professor Volker Ziller

Veranstalter: SoftconsuLt , Marburg

Vorwort

Liebe Kolleginnen und Kollegen!

Osteoporose ist weit mehr als eine Erkrankung des Knochens. Für Mobilität, Sturzrisiko, Frakturwahrscheinlichkeit und den Erhalt der Selbstständigkeit ist das Zusammenspiel von Knochen, Muskulatur und neuromuskulärer Funktion entscheidend.

Mit zunehmendem Lebensalter verlaufen Knochen- und Muskelverlust häufig parallel. Osteoporose und Sarkopenie teilen nicht nur Risikofaktoren, sondern beeinflussen sich gegenseitig: Eine verminderte Muskelmasse und Muskelkraft reduziert die mechanische Belastung des Knochens, erhöht das Sturzrisiko und begünstigt Immobilität. Umgekehrt führen Frakturen, Schmerzen und Immobilisation zu weiterem Muskelverlust. Der Blick auf die reine Knochendichte greift deshalb zu kurz.

Die kommende Fortbildung des Osteoporosenetzwerks Marburg möchte den Fokus bewusst auf diese funktionelle Einheit richten. Was verbindet Muskel und Knochen auf hormoneller und metabolischer Ebene? Welche Bedeutung haben mechanische Belastung, Kraft, Koordination und orthopädische Erkrankungen? Und vor allem: Was können wir unseren Patientinnen und Patienten ganz konkret empfehlen?

Unser Ziel ist eine praxisnahe Fortbildung für Hausärztinnen und Hausärzte sowie niedergelassene Fachärztinnen und Fachärzte mit osteologischem Interesse – wissenschaftlich fundiert, interdisziplinär und mit unmittelbar umsetzbaren Konsequenzen für Prävention, Rehabilitation und Therapie.

Mit kollegialen Grüßen

Ihr Vorstand
Osteoporose Netzwerk Marburg e.V.

Programm

Muskel & Knochen
- gemeinsam denken, gemeinsam behandeln -
Von der Endokrinologie über die Orthopädie
bis zum konkreten Training

18.00 Uhr Begrüßung

18.05-18.50 Uhr **Muskel & Knochen**
- eine endokrine Partnerschaft
Prof. Dr. Volker Ziller
Schwerpunkt Gynäkologische Endokrinologie, Reproduktionsmedizin und Osteologie, Marburg

18.50-19.35 Uhr **Belastung schafft Stabilität**
Muskel & Knochen aus orthopädischer Sicht
Knochen braucht Belastung – und Belastung braucht einen funktionierenden Bewegungsapparat. Doch welche Belastung ist sinnvoll? Wann schützt Bewegung und wann wird sie zum Risiko?
Dr. Nils Vaupel
ORTHOZEMA Orthopädisches Zentrum Marburg-Mitte, Marburg

19.35-20.20 Uhr **Bewegung als Therapie - aber wie genau?**
Vom Rezept zur täglichen Routine
Das tägliche Kurzprogramm - Muskeltraining wie Zähneputzen!
Julia Justus
Privatpraxis für Physiotherapie, Marburg

Zum Abschluss wird ein einfaches, alltagstaugliches Kurzprogramm vorgestellt, das Patientinnen und Patienten möglichst täglich durchführen können.

Nicht als Ersatz für strukturiertes Kraft- und Ausdauertraining, sondern als niedrigschwellige Basisroutine gegen Inaktivität und Funktionsverlust.

Ende gegen 21.00 Uhr

Take home message

Muskel & Knochen gehören zusammen!

Erkennen – belasten – stärken – mobil bleiben

Eine erfolgreiche Osteoporosetherapie endet nicht bei DXA, Vitamin D und spezifischer Medikation.

◆

Zur modernen Frakturprävention gehören ebenso:
Muskelkraft · Gleichgewicht · Ernährung · körperliche Aktivität · Sturzprävention · funktionelle Selbstständigkeit

◆

Denn letztlich behandeln wir nicht allein einen T-Score!

◆

Wir behandeln das Risiko, Mobilität und Selbstständigkeit zu verlieren.