

Inhalt

Zum Einstieg	7
Osteoporose	
... besser verstehen	11
... genauer einteilen	35
... Risiken erkennen	41
... richtig diagnostizieren	55
... mit Frakturen umgehen	80
... frühzeitig vorbeugen	99
... erfolgreich behandeln	134
... Sonderformen beachten	183
... selbst aktiv werden	201
... auf die Wirbelsäule achten	210
... Irrtümer klarstellen	217
... fit durch den Alltag	229
... kurz und bündig	251
... Medikamente auf einen Blick	255
... Fachausdrücke erklärt	264
... Fachbegriffe des Skeletts	274
... genauer nachlesen	276
... Selbsthilfverbände und Osteoporosezentren	278
Stichwortverzeichnis	280