

Wir laden alle
zur Vortragsreihe ein:

Invitiamo tutti i cittadini
al ciclo di conferenze:

med **Vital**

„Bei MED VITAL erfahren Sie von Expert/-innen des Südtiroler Sanitätsbetriebes und der Stiftung Vital, was Sie selbst für die Erhaltung Ihrer Gesundheit tun können. Ich wünsche mir, dass möglichst viele das Angebot wahrnehmen und für ihre Gesundheitsvorsorge nutzen.“



Dr. Richard Theiner
Landesrat für Gesundheit, Sozialwesen und Familie

„Il ciclo di conferenze MED VITAL che da la possibilità al pubblico di ascoltare da esperti dell'Azienda Sanitaria e della Fondazione Vital una serie di consigli utili. Mi auguro che quante più persone possibile vogliano cogliere quest'opportunità concreta per la salute e la prevenzione.“

dott. Richard Theiner
Assessore alla famiglia, sanità e politiche sociali

Spitzenmedizin hautnah erleben!

Jeder kann selbst etwas für die eigene Gesundheit tun. Nützen Sie die Chance, sich in spannenden Vorträgen aus erster Hand über die neuesten medizinischen und wissenschaftlichen Erkenntnisse zu informieren!

Medizinische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Vorlesungen sind für alle verständlich!

MED VITAL dankt allen Ärzt/-innen, die ehrenamtlich ihr Wissen für die Bevölkerung zur Verfügung stellen.

Il meglio della medicina alla portata di tutti!

Ognuno può fare qualcosa per la propria salute. Cogliete l'opportunità di ottenere informazioni mediche e scientifiche di prima mano e consigli preziosi per la vostra salute!

Non sono necessarie nozioni mediche specifiche. Le conferenze sono alla portata di tutti!

Il ciclo di conferenze MED VITAL ringrazia tutti i medici coinvolti, che mettono gratuitamente le proprie conoscenze al servizio della cittadinanza.

EINTRITT FREI!

Beginn: 20 Uhr
Einlass ab 19 Uhr

Alle Vorträge werden simultan übersetzt.

INGRESSO LIBERO!

Inizio: ore 20
Apertura della sala dalle ore 19

Tutte le relazioni sono tenute con traduzione simultanea.

Frühjahrssemester 2012 / Semestre primaverile 2012

Volkskrankheit Osteoporose; wenn die Knochen schwach werden...

(1) **Dr. Armin Maier** • Leiter der Rheuma-Ambulanz Bozen

(2) **Dr.in Cristina Tomasi** • Fachärztin für innere Medizin - Angiologie

Die Osteoporose ist eine sehr häufig auftretende Erkrankung des alternden Knochens. In 95% der Fälle handelt es sich um die sog. primäre Osteoporose, 80% der davon Betroffenen sind Frauen. Die Ursachen für die Entwicklung einer Osteoporose sind in den meisten Fällen nicht klar erkennbar, die Auswirkungen dafür aber umso dramatischer. Ein Leben voller Einschränkungen ist vorgezeichnet. Allerdings sind heute viele Faktoren bekannt, die das Risiko einer Osteoporose-Erkrankung erhöhen. Und das ist die gute Nachricht: Man kann dem „Knochenschwund“ auch vorbeugen. Genau darauf werden die Ärzte an diesem MED VITAL Abend eingehen: Sie werden Ihnen zeigen, was Sie zur Vorbeugung tun können und auf welche Risikofaktoren Sie achten sollten.

Haus der Kultur Walther von der Vogelweide, Schlernstraße 1, Bozen

**Montag
Lunedì**

26.3.



(1)



(2)

L'osteoporosi, una malattia molto comune: quando le ossa diventano deboli...

(1) **dott. Armin Maier** • direttore dell'ambulatorio reumatologico di Bolzano

(2) **dott.ssa Cristina Tomasi** • specialista di medicina interna ed angiologia

L'osteoporosi è una malattia molto comune delle ossa in fase d'invecchiamento. In 95% dei casi si tratta della cosiddetta osteoporosi primaria, 80% dei pazienti sono donne. Le cause nella maggior parte dei casi non sono chiaramente identificabili, in compenso sono tanto più drammatici gli effetti. La vita è segnata da restrizioni di vario tipo. Tuttavia, oggi sono conosciuti numerosi fattori, la cui presenza aumenta il rischio d'ammalarsi di osteoporosi. Ed ecco la buona notizia: esistono sistemi di prevenzione. Nel corso della serata MED VITAL i medici illustreranno le opportunità preventive e i fattori di rischio.

Casa della Cultura Walther von der Vogelweide, via Sciliar 1, Bolzano

Medizinische Vorsorge bis ins hohe Alter, für sich und die eigenen Angehörigen

(1) **Dr. Albert March** • Primar Geriatrie KH-Bozen

(2) **Dr. Luca Critelli** • Direktor Landesabteilung für Familie & Soziales

Gesund und aktiv den Lebensabend zu gestalten ist für die meisten Menschen ein erklärtes Lebensziel. Gehören auch Sie dazu? Dann sollten Sie wissen, dass es nie zu spät ist mit einer sportlichen Aktivität zu beginnen oder auf eine gesunde Ernährung zu achten - egal ob jung oder alt, um so die eigene Lebensqualität bis ins hohe Alter zu steigern. Doch Alter bedeutet oft auch Pflege und Versorgung und stellt nicht zuletzt auch Anforderungen an die Angehörigen. Auch darauf muss sich jede/r schon rechtzeitig vorbereiten. Wie und wo konkret damit beginnen? Welche Maßnahmen sind effizient und helfen wirklich? Beginnen Sie gleich damit, denn dieser MED VITAL Abend liefert Ihnen unter Anleitung der anwesenden Experten die notwendigen Informationen, um vorbeugend einen würdigen Lebensabend zu gestalten und zu „erleben“.

Haus der Kultur Walther von der Vogelweide, Schlernstraße 1, Bozen

**Montag
Lunedì**

2.4.



(1)



(2)

La prevenzione fino a tarda età, per se stessi e per i propri congiunti

(1) **dott. Albert March** • primario di geriatria all'ospedale di Bolzano

(2) **dott. Luca Critelli** • direttore della ripartizione famiglia e politiche sociali

Una vita sana e attiva anche in età avanzata è uno degli obiettivi dichiarati da quasi tutte le persone. Anche il Suo? Non è mai tardi per partire con un'attività sportiva e l'alimentazione sana, aumentando la qualità della vita. L'anzianità spesso comunque richiede assistenza e cura nonché notevole impegno per familiari e congiunti. Quand'è il momento opportuno per iniziare a prepararsi? Quali sono i provvedimenti più efficaci? Iniziate immediatamente, la serata MED VITAL con il sostegno degli esperti, offre le informazioni necessarie per poter predisporre gli ultimi anni della vita in condizioni dignitose.

Casa della Cultura Walther von der Vogelweide, via Sciliar 1, Bolzano

Bedrohung Brustkrebs: ein Angriff auf die Weiblichkeit

(1) **Dr. Herbert Heidegger Msc.** • Primar Gynäkologie KH-Meran

(2) **Dr.in Elisabetta Cretella** • Ärztin für medizinische Onkologie KH-Bozen

Brustkrebs ist die häufigste Krebsart bei Frauen, und an keiner Krebserkrankung sterben mehr Frauen als an Brustkrebs. Gleichzeitig verbessert ein rechtzeitiges Früherkennen die Erfolgsaussichten der Behandlung entscheidend. Brustkrebs verursacht normalerweise weder Schmerzen noch andere typische Beschwerden, dies gilt zumindest für Frühstadien. Es gibt konkrete Anzeichen, die auf einen Krebs hindeuten können, andere Anzeichen jedoch führen oft in die Irre, was unnötige Sorgen und Ängste hervorruft. Scheuen Sie deshalb auf keinen Fall den Weg zum Arzt. Heute gibt es eine ganze Reihe wenig beeinträchtigende Untersuchungsverfahren, um vorzubeugen und Klärung zu finden. Genau darüber informieren Sie die Referenten beim MED VITAL Abend. Zudem können Sie Ihre ganz persönlichen Fragen direkt an die Experten stellen.

Stadtheater Puccini, Theaterplatz 2, Meran

**Montag
Lunedì**

30.4.



(1)



(2)

Il tumore al seno (carcinoma mammario), una minaccia per la femminilità

(1) **dott. Herbert Heidegger MSC** • primario di ginecologia dell'ospedale di Merano

(2) **dott.ssa Elisabetta Cretella** • specialista d'oncologia medica all'ospedale di Bolzano

Il carcinoma mammario è il tumore più frequente delle donne. Di nessun altro tumore muoiono più donne. Nel contempo, una diagnosi precoce migliora in misura determinante le prospettive di successo della terapia. Il tumore al seno in genere non comporta né dolori, né altri disturbi tipici, perlomeno allo stadio iniziale. Alcuni sintomi possono indicare la presenza di un tumore, altri invece traggono in inganno. Pertanto, non temete il ricorso al medico. Attualmente sono disponibili diversi sistemi diagnostici poco invasivi. Ve ne parleranno i relatori alla serata MED VITAL.

Teatro comunale Puccini, piazza Teatro 2, Merano

Hautkrebs: ein Tumor am größten Organ des Menschen

(1) **Dr. Pierfrancesco Zampieri** • Primar Dermatologie KH-Meran

(2) **DDR. Klaus Eisendle** • Primar Dermatologie KH-Bozen

Eine schön gebräunte Haut ist oft Ausdruck für Schönheit, Gesundheit und Wohlbefinden. Dabei ist genau diese Haltung trügerisch, denn übermäßiges Bräunen (Sonne und Solarien) ist neben anderen Faktoren die häufigste Ursache für Hautkrebs. Diese Tumorerkrankung nimmt bei den hellhäutigen Bevölkerungen weltweit zu. Alle Hautkrebsarten zusammen sind in der Summe die häufigste Krebsart überhaupt und jährlich für zahlreiche Todesfälle verantwortlich. Aber: Wenn Hautkrebs frühzeitig erkannt wird, ist er dank moderner Medizin in den allermeisten Fällen heilbar. Die Ursachen für Hautkrebs sind vielfältig, aber weitgehend bekannt, und es gibt sowohl für Kinder als auch für Jugendliche und Erwachsene ebenso einfache wie wirksame Möglichkeiten, der Entstehung von Hautkrebs vorzubeugen. Genau darüber werden Sie die Experten beim MED VITAL Abend informieren.

Haus der Kultur Walther von der Vogelweide, Schlernstraße 1, Bozen

**Mittwoch
Mercoledì**

2.5.



(1)



(2)

Il cancro della pelle (melanoma): un tumore all'organo più grande del corpo umano

(1) **dott. Pierfrancesco Zampieri** • primario di dermatologia all'ospedale di Merano

(2) **dott. Klaus Eisendle** • primario di dermatologia all'ospedale di Bolzano

La pelle ben abbronzata spesso è considerata espressione di bellezza, salute e benessere. Ma si tratta d'un atteggiamento fallace, perché l'eccessiva abbronzatura (sole e centri d'abbronzatura) risulta essere la causa più frequente dei tumori alla pelle, oltre ad altri fattori. L'incidenza della malattia aumenta in tutto il mondo per le popolazioni dalla pelle chiara. La somma di tutti i tipi di cancro alla pelle rappresenta il tipo di tumore più frequente in assoluto ed è responsabile di un elevato numero di decessi. Le cause sono molteplici, ma in larga misura sconosciute. Tuttavia, tanto per bambini, quanto per giovani e adulti esistono opportunità preventive semplici ed efficaci. Ve ne parleranno gli esperti alla serata MED VITAL.

Casa della Cultura Walther von der Vogelweide, via Sciliar 1, Bolzano

Rückenschmerzen: das Leid vieler Menschen jeden Alters

(1) **Dr. Alexander Plaikner** • Facharzt für physikalische Medizin & Rehabilitation KH-Brixen

(2) **Martin Parigger** • Physiotherapeut, Sportlehrer, Rückenschullehrer

Rückenschmerzen - wer kennt sie nicht? Bei den meisten Menschen verschwinden sie so rasch wie sie gekommen sind, bei anderen halten sie länger an, und in seltenen Fällen können sich Rückenschmerzen zu einem chronischen Leiden entwickeln. Dies ist dann der Fall, wenn die Ursachen nicht rechtzeitig erkannt und durch unnötige Diagnoseverfahren und Therapien verschleppt werden. Nur in ganz seltenen Fällen sind die Rückenschmerzen auf eine Schädigung des Körpers zurückzuführen (Bandscheibenvorfall, Entzündungen, Tumore usw.), viel häufiger sind Fehlhaltungen und Bewegungsmangel sowie anhaltende psychosoziale Belastungen dafür verantwortlich. Die Folgen können weitreichend sein und zu einem Verlust an Lebensqualität und Berufsunfähigkeit führen. Aber Vorbeugung ist möglich. Der bewegte MED VITAL Abend bietet Ihnen konkrete Tipps und Informationen, was bei Rückenschmerzen zu tun ist.

Cusanus Akademie, Seminarplatz 2, Brixen

**Montag
Lunedì**

7.5.



(1)



(2)

Il mal di schiena, una disgrazia per molte persone di tutte le fasce d'età

(1) **dott. Alexander Plaikner** • specialista di medicina fisica e riabilitazione all'ospedale di Bressanone

(2) **Martin Parigger** • fisioterapista, insegnante d'educazione fisica, insegnante di portamento dorsale

Chi non conosce il mal di schiena? Nel caso di molte persone scompare rapidamente, com'era sopraggiunto, in altri casi perdura e in rari casi può divenire una malattia cronica. In genere le cause non sono tempestivamente individuate, diagnosi e terapie inopportune sovente causano inutili ritardi. Solo in rari casi i dolori alla schiena sono riconducibili ad un reale danneggiamento fisico (ernia intervertebrale, infiammazione, tumore ecc.), spesso le cause sono postura errata, mancanza di moto nonché persistenti problemi psicosociali. Gli effetti possono causare una ridotta qualità della vita e invalidità professionale. La prevenzione comunque è possibile.

Cusanus Akademie, piazza Seminario 2, Bressanone