

med Vital, die beliebte Vortragsreihe über aktuelle Gesundheitsthemen und Prävention der Stiftung Vital, findet heuer zum dritten Mal statt. Nutzen Sie diese gute Gelegenheit um von medizinischen Expertinnen und Experten des Südtiroler Sanitätsbetriebs und der Stiftung Vital aus erster Hand zu erfahren, wie Sie Ihre Gesundheit und die Ihrer Lieben bewusst und eigenverantwortlich fördern können.



Dr.ⁱⁿ Martha Stocker, Landesrätin für Gesundheit und Sport, Arbeit, Soziales und Chancengleichheit

FRÜHJAHRSEMESTER 2014

Montag | 10.03.2014 | 19:30 Uhr | Bozen

Wenn Husten zum Dauerbegleiter wird

Chronisch atemwegsverengende Lungenkrankheit (COPD) und Rauchverhalten

Dr. Paolo Pretto
Primar des Pneumologischen Dienstes im Gesundheitsbezirk Bozen

Dr. Antonio Triani
Verantwortlicher der Raucherberatungsstelle, Pneumologischer Dienst des Südtiroler Sanitätsbetriebs



COPD oder chronisch atemwegsverengende Lungenkrankheit tritt häufig im Erwachsenenalter und besonders bei Raucher/-innen auf. Sie äußert sich mit ganz gewöhnlichen Beschwerden wie Husten, Schleimauswurf und ggf. Atemnot, und wird deshalb oft erst spät diagnostiziert. Der **med Vital**-Abend informiert über Vorbeugung, Früherkennung u. Behandlung von COPD.

Pastoralzentrum, Domplatz 2, Bozen

Montag | 17.03.2014 | 19:30 Uhr | Brixen

Fit um jeden Preis

Leistungssteigernde Ergänzungsmittel in der Sporternährung

Dr.ⁱⁿ Ivonne Daurig
Ernährungswissenschaftlerin, Coach, Ernährungsexpertin für Stiftung Vital

Dr. Kai Schenk
Facharzt für Sportmedizin, IOC- Diplom in Sporternährung, Dienst für Sportmedizin, Gesundheitsbezirk Bozen



Die Lebensmittelindustrie bringt ständig neue Ergänzungsmittel für die Sporternährung auf den Markt, die sportliche Leistungen angeblich steigern sollen. Woran sich Sportler beim massiven Angebot an Sportprodukten orientieren können, was in der Ernährung wirklich leistungssteigernd wirkt, welche Ergänzungsmittel Sinn machen und welche nicht, erfahren Sie beim heutigen **med Vital**-Abend.

Studentenheim Universität Padua, Weißbühnenstraße 12, Brixen

Montag | 24.03.2014 | 19:30 Uhr | Bozen

Ein schwaches Herz

Was tun bei Herzinsuffizienz

Prof. Dr. Christian Wiedermann
Facharzt für Innere Medizin (Italien), Kardiologe (Österreich)

Dr. Giuliano Piccoliori

Arzt der Allgemeinmedizin, Direktor der Südtiroler Akademie für Allgemeinmedizin, Gesundheitsbezirk Bozen



Wenn die Pumpfunktion des Herzens nicht mehr ausreichend Blut, Sauerstoff und Nahrungsstoffe in den Körper befördert, kann das u. a. Müdigkeit, Schwäche und Luftnot verursachen. Zur Behandlung von Herzinsuffizienz gehören regelmäßige Hausarztbesuche, die korrekte Einnahme der verschriebenen Medikamente sowie eine gesunde und geregelte Lebensführung, wie Sie beim heutigen **med Vital**-Abend erfahren.

Cristallo Theater, Dalmatienstraße 30, Bozen

Montag | 31.03.2014 | 19:30 Uhr | Meran

Rheumatische Erkrankungen

Was wirklich hilft

Dr.ⁱⁿ Claudia Meinecke
Fachärztin für rehabilitative Medizin, Primaria Dienst für physische Rehabilitation, Ges.Bez. Meran

Dr. Bernd Raffener

Facharzt für Rheumatologie und Master für Kinderreumatologie, Ambulatorium für Rheumatologie - Innere Medizin Gesundheitsbezirk Bozen



Arthrose, Weichteilrheumatismus, Gicht und speziell die rheumatoide Arthritis können zu den Volkskrankheiten gezählt werden. Allen Krankheitsbildern gemeinsam ist der „fließende“, umherziehende Schmerz. Beim heutigen **med Vital**-Abend erfahren Sie, wie regelmäßige Gymnastik und gezielte Rehabilitationsmaßnahmen kombiniert mit einer richtigen Ernährung bei der Vorbeugung und zum Behandlungserfolg beitragen.

KiMM - Maiser Vereinshaus, Pfarrgasse 2, Meran

Montag | 07.04.2014 | 19:30 Uhr | Bruneck

Was heißt hier „frisch“?

Gesundheitsschädliche Zusatzstoffe in Nahrungsmitteln

Dr. Gerd Locher
Ernährungswissenschaftler, Mitarbeiter im TIS innovation park, Cluster Alimentaris mit Schwerpunkt Produktentwicklung und Verpackung von Lebensmitteln

Dr.ⁱⁿ Maria Niederbacher
Ernährungstherapeutin/Diplompädagogin, Dienst für Diät und Ernährung, Gesundheitsbezirk Bruneck



Viele nützliche Informationen gibt es beim heutigen **med Vital**-Abend rund um die Lebensmittelzusatzstoffe. Dabei erfahren Sie u. a. welche wichtigen Zusatzstoffe es gibt, wozu sie eigentlich dienen, wieviel Informationen wir darüber auf den Lebensmitteletiketten erhalten, wie bedenklich sie für die Gesundheit sind und worauf Risikogruppen achten sollten.

Konferenzsaal im Krankenhaus Bruneck, Spitalstraße 11

Alle Vorträge werden simultan übersetzt.
Infos: 0471 409 333, www.stiftungvital.it



INGRESSO LIBERO!

Medicina d'avanguardia per tutti!

Ciclo di conferenze
SESSIONE PRIMAVERILE 2014

gefördert von
Stiftung Südtiroler Sparkasse
Fondazione Cassa di Risparmio
sostenuta da

med Vital, il popolare ciclo di conferenze della Fondazione Vital dedicato alla prevenzione medico-salutistica, quest'anno giunge alla terza edizione.

Un'ottima occasione per apprendere direttamente dalle esperte e dagli esperti dell'Azienda Sanitaria e della Fondazione Vital come prendersi cura in modo consapevole e responsabile della propria salute e di quella dei propri cari.



Dott.ssa Martha Stocker, Assessora alla Sanità e allo Sport, al Lavoro, al Sociale e alle Pari Opportunità

SESSIONE PRIMAVERILE 2014

Lunedì | 10.03.2014 | 19:30 | Bolzano

Quando la tosse non da tregua

La broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO) e il fumo

Dott. Paolo Pretto
Primario del Servizio Pneumologico,
Compendio sanitario di Bolzano

Dott. Antonio Triani
Pneumologo, Responsabile del Centro
Antifumo del Servizio Pneumologico
dell'Azienda Sanitaria



Comprende la bronchite cronica e l'enfisema, compare per lo più in età adulta e in particolare nei fumatori - la BPCO si manifesta con sintomi respiratori spesso trascurati come tosse e catarro cronici e, in stadio avanzato, difficoltà respiratoria e mancanza di fiato. L'odierno incontro med Vital informa sulle possibilità di prevenzione e diagnosi precoce.

Centro Pastorale, piazza Duomo 2, Bolzano

Lunedì | 17.03.2014 | 19:30 | Bressanone

In forma a tutti i costi

Integratori alimentari nello sport

Dott.ssa Ivonne Daurù Malsiner
Esperta in scienza dell'alimentazione,
coach, Esperta in alimentazione della
Fondazione Vital

Dott. Kai Schenk
Specialista in Medicina dello sport, Dipl. CIO
in Nutrizione nello sport, Servizio di Medi-
cina dello sport, Compr. sanit. di Bolzano



Come orientarsi nel mare magno degli integratori alimentari per sportivi che l'industria alimentare lancia incessantemente sul mercato? Nell'odierna serata med Vital gli esperti spiegano quali caratteristiche deve avere una corretta alimentazione per potenziare effettivamente le prestazioni sportive, quali sostanze sono sensate e quali no.

Casa d. Gioventù d. Univ. di Padova, via Rio Bianco 12, Bressanone

Lunedì | 24.03.2014 | 19:30 | Bolzano

Un cuore debole

Come affrontare l'insufficienza cardiaca

Prof. dott. Christian Wiedermann
Specialista in Medicina Interna (Italia),
Cardiologo (Austria)

Dott. Giuliano Piccoliori
Medico di Medicina generale, Direttore
dell'Accademia Altoatesina di Medicina
Generale, Compr. sanit. di Bolzano



Quando il cuore non è (più) in grado di pompare in maniera sufficiente sangue, ossigeno e sostanze nutritive nel corpo, questo può provocare sintomi come affaticamento, spossatezza e in certi casi dispnea. Il trattamento dell'insufficienza cardiaca prevede controlli medici, l'assunzione puntuale dei farmaci prescritti e uno stile di vita sano, come illustrano gli esperti dell'odierna serata med Vital.

Teatro Cristallo, via Dalmazia 30, Bolzano

Lunedì | 31.03.2014 | 19:30 | Merano

Malattie reumatiche

Cosa fa bene

Dott.ssa Claudia Meinecke
Specialista in Medicina fisica e riabilitativa,
Primaria del Servizio di Riabilitazione fisica,
Compendio sanitario di Merano

Dott. Bernd Raffener
Specialista in reumatologia, Master in
Reumatologia infantile, Ambulatorio di
Compendio sanitario di Bolzano



Le malattie reumatiche, tra cui l'artrosi, la fibromialgia e in particolare l'artrite reumatoide, si possono annoverare tra le malattie popolari. Sono i caratteristici dolori di varia intensità che passano da un'articolazione all'altra. L'odierna serata med Vital informa sugli importanti effetti coadiuvanti che hanno nella prevenzione e nel trattamento delle malattie reumatiche la pratica regolare di movimento, misure riabilitative mirate e una corretta alimentazione.

Kimm - Casa delle associazioni di Maia, via Parrocchia 2, Merano

Lunedì | 07.04.2014 | 19:30 | Brunico

Fresco: in che senso?

Additivi alimentari nocivi alla salute

Dott. Gerd Locher
Esperto in scienze dell'alimentazione,
collabora col TIS Innovation Park,
Cluster Alimentaris

Dott.ssa Maria Niederbacher
Dietista e Pedagogista, Servizio
dietetico e nutrizionale,
Compendio sanitario di Brunico



Cosa contengono gli alimenti che consumiamo quotidianamente? Una serata med Vital ricca di informazioni sugli additivi alimentari: dalle caratteristiche e funzioni dei gruppi di additivi più importanti all'eshaustività delle indicazioni riportate sulle etichette, dai possibili rischi per la salute alle precauzioni per eventuali soggetti a rischio.

Sala congressi dell'Ospedale, via Ospedale 11, Brunico

Tutte le relazioni sono tenute con traduzione simultanea.
Per informazioni: 0471 409 333, www.fondazionevital.it



EINTRITT FREI!

Top-Medizin für alle!

Vortragsreihe
Frühjahrssemester 2014

gefördert von
Stiftung Südtiroler Sparkasse
Fondazione Cassa di Risparmio
sostenuto da