



## Nachtvorlesung über Muskelschwund

**ALZEY** (red). Nicht jedes Zipperlein, das den Körper im Alter plagt, muss man einfach hinnehmen. Dies gilt auch für die kleinen Wehwehchen an Knochen und Muskeln. 50 Millionen Menschen leiden weltweit unter einem ausgeprägten Muskelschwund, der sogenannten Sarkopenie. Die von der AZ mit veranstaltete Nachtvorlesung widmet sich am Mittwoch, 25. April um 19 Uhr, im

Konferenzraum des DRK-Krankenhauses unter dem Titel „Es tut überall weh“ dem Thema. Dr. Rita Hermann, Ernährungswissenschaftlerin aus Koblenz und der Wendelsheimer Arzt Dr. Günter Gerhardt – Referent und Moderator – erläutern, wie man frühzeitig mit einer adäquaten Ernährung und einer gezielten Zufuhr von Nährstoffen helfen kann, auch im Alter noch gesund und aktiv zu bleiben.