



Per me e per te. **vitality** 

## **La prevenzione è fondamentale, prenoti ora un controllo!**

**L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) annovera l'osteoporosi, altrimenti definita atrofia ossea, tra le dieci patologie più frequenti, considerandola uno dei problemi di salute più importanti a livello mondiale. Prenoti ora un controllo e si sottoponga a un test per la valutazione dei rischi dell'osteoporosi: i nostri esperti le forniranno un quadro della situazione permettendole, se necessario, di ricorrere a una prevenzione efficace.**

Tradotto letteralmente, il termine osteoporosi significa «ossa porose». La patologia è caratterizzata da una riduzione della densità ossea e della sua massa, la quale comporta un aumento del rischio di fratture. L'osteoporosi è tra le malattie più frequenti a livello mondiale: soltanto in Svizzera ogni anno ben 26 pazienti vengono ricoverati in ospedale in seguito a fratture riconducibili a questa patologia, la quale, essendo asintomatica, viene spesso diagnosticata soltanto in occasione di tali incidenti. Punti di frattura tipici sono i corpi vertebrali o la regione dell'anca; spesso anche solo il sollevamento di una borsa o un forte attacco di tosse possono essere sufficienti a determinare una frattura, la quale può avere conseguenze gravi e portare, in casi estremi, all'invalidità. L'unica arma efficace contro l'osteoporosi è, dunque, la prevenzione.

## **Le donne sono maggiormente a rischio**

Una donna su tre rischia di subire una frattura causata dall'osteoporosi. Nella maggior parte dei casi la malattia comincia durante la menopausa; la causa principale è dovuta, infatti, a una diminuzione degli estrogeni. A causare l'osteoporosi possono essere tuttavia anche un'alimentazione scorretta, soprattutto una carenza di calcio e vitamina D, poco movimento fisico, sottopeso e sovrappeso. L'osteoporosi non è un problema esclusivamente femminile: pur avendo maggior incidenza tra le donne, essa può colpire anche gli uomini, soprattutto se in età avanzata.

## **Prenoti ora il suo test per la valutazione dei rischi dell'osteoporosi**

Le farmacie Coop Vitality offrono per 29 CHF un test per la valutazione dei rischi dell'osteoporosi. La misurazione viene eseguita da esperti attraverso uno speciale apparecchio di misurazione a ultrasuoni applicato al piede ed è accompagnata da una consulenza personalizzata. Grazie a questa campagna di prevenzione è possibile riconoscere i pazienti a rischio e indirizzarli per tempo a controlli più specifici presso uno specialista. I posti sono limitati, è dunque necessario fissare un appuntamento.

30.8.2010	Coop Center Karussell, Kreuzlingen	071 672 86 86
30. / 31.8.2010	Sihl-City, Zürich	043 243 06 10
31.8./1.9.2010	Coop Center Breite, Rickenbach b. Wil	071 923 07 42
1.-3.9.2010	Bahnhofstrasse 81, Zürich	044 218 80 30
2./3.9.2010	Einkaufszentrum Lerchenfeld, St. Gallen	071 278 76 20
6.9.2010	Beim Neumarkt 4, St. Gallen	071 221 10 90
6.9.2010	Coop Center, Bachenbülach	044 860 29 19
7.9.2010	Einkaufszentrum Letzipark, Zürich	044 491 81 84
7./8.9.2010	Grüze Markt, Winterthur	052 235 15 15
8. / 9.9.2010	Kalkbreitestrasse 115, Wiedikon	043 960 80 00
9.9.2010	Industriestrasse 28, Dietlikon	044 834 03 03
10.9.2010	Volkiland, Volketswil	044 945 66 66
10.9.2010	Reusstalcenter, Mellingen	056 491 16 70
13.9.2010	Seewen Markt, Seewen	041 811 88 33
13.9.2010	Im Aarepark, Würenlingen	056 297 10 10
14.9.2010	Schappe Center, Kriens	041 322 19 20
14.-16.9.2010	Tägipark, Wettingen	056 427 38 00
17.9.2010	Muripark, Muri	056 664 71 20
20./21.9.2010	Zentrum 2, Niederrohrdorf	056 496 09 51
23.9.2010	Perry-Center, Oftringen	062 791 42 23
24./27.9.2010	Bäregg Center, Langenthal	062 922 84 44
30.9.2010	Hutgasse 15 (Marktplatz), Basel	061 269 92 60
5.10.2010	Ilfis Center, Langnau	034 402 40 41
6./7.10.2010	Ryfflihof, Bern	031 318 86 70
8.10.2010	Wankdorf Center, Bern	031 331 28 66
12.10.2010	Beundengasse 2, Lyss	032 384 83 01
13./14.10.2010	Centre Bahnhof, Biel	032 392 82 00
15.10.2010	La Maladière Centre, Neuchâtel	032 724 63 88
18.10.2010	Centre commercial, Fontainemelon	032 853 26 30
19.10.2010	Centre les Entilles, La Chaux-de-Fonds	032 926 24 44
20./21.10.2010	Centre commercial, Crissier	021 632 82 61
22.10.2010	Centre les Charpentiers, Morges	021 803 00 44
25.10.2010	Av. Max-Huber 7, Sierre	027 455 14 33
25./26.10.2010	Via Molinazzo 1, Viganello	091 971 78 91
27./28.10.2010	Coop Resega, Canobbio	091 942 60 60
2./3.11.2010	Centro Manor, Sant'Antonino	091 858 20 44
8./9.11.2010	Centro Tenero, Tenero	091 730 90 20