



Klinikum Main-Spessart



VitalAkademie – Fit & gesund älter werden

PROGRAMM 2026

www.klinikum-msp.de



Klinikum Main-Spessart



Sehr geehrte Damen und Herren,

ich freue mich, Ihnen das neue Vortragsprogramm der „VitalAkademie“ für das Jahr 2026 vorstellen zu dürfen.

Unsere Vortragsreihe richtet sich an alle Interessierten – ob jung oder alt, Angehörige, Patient*innen oder Fachleute.

Ziel ist es, die neuesten Erkenntnisse der Altersmedizin (Geriatric) verständlich und praxisorientiert zu vermitteln.

Die Themen sind vielfältig und reichen von präventiven Ansätzen, die Ihre Gesundheit und Lebensfreude fördern, bis hin zu praktischen Tipps und Hilfestellungen für den Umgang mit bestehenden Einschränkungen. Dabei ist es uns besonders wichtig, dass Sie die Inhalte leicht in Ihren Alltag integrieren können und daraus spürbare Vorteile ziehen.

Gemeinsam können wir Ihre Lebensqualität bewahren und verbessern – denn Vorsorge ist der beste Weg, um langfristig gesund und aktiv zu bleiben.

Ich freue mich darauf, Sie bei unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen.

Mit herzlichen Grüßen



Chefärztin Geriatrie,
Fachärztin für Neurologie und klinische Geriatrie



Wenn kleine Beschwerden groß werden –

warum sich Symptome im Alter anders zeigen



Warum Krankheiten im Alter oft unspezifisch beginnen (z. B. ohne Schmerzen oder Fieber) und warum frühes Hinsehen wichtig ist. Mit zunehmendem Alter verändert sich das Immunsystem – Fachleute sprechen von Immunalterung. Abwehrzellen reagieren langsamer, Entzündungen klingen schlechter ab und Infektionen verlaufen häufig weniger typisch, zum Beispiel ohne Fieber. Gleichzeitig können Erkrankungen schwerer oder länger andauern. In diesem Vortrag erklärt die Geriaterin medizinisch fundiert und leicht verständlich, warum der Körper Krankheitserreger im Alter anders bekämpft, weshalb ältere Menschen anfälliger für Infekte sind und welche zentrale Rolle Impfungen dabei spielen. Dabei wird erläutert, welche Impfungen im höheren Lebensalter besonders empfohlen werden und wie sie helfen, schwere Krankheitsverläufe und Komplikationen zu vermeiden.

Donnerstag, 26. März 2026

16:30 bis 17:30 Uhr

Referentin: Natalie Preiß, Cheffärztin Geriatrie

Ort: Geriatisches Zentrum Lohr
Gruppenraum, 1. OG

Ohne Anmeldung!

Frailty –

Was Gebrechlichkeit medizinisch bedeutet



Frailty, auf Deutsch Gebrechlichkeit, ist ein medizinisches Syndrom des höheren Lebensalters. Es beschreibt einen Zustand verminderter körperlicher und seelischer Reserven, bei dem der Körper auf Belastungen wie Infekte, Stürze oder Krankenhausaufenthalte deutlich empfindlicher reagiert.

Betroffene sind nicht zwangsläufig krank, haben aber ein erhöhtes Risiko für Stürze, Krankenhausaufenthalte, Pflegebedürftigkeit und Verlust der Selbstständigkeit. In diesem Vortrag erklärt die Geriaterin verständlich, wie Frailty entsteht, woran man sie erkennt und welche medizinisch sinnvollen Maßnahmen helfen können, Gebrechlichkeit zu verlangsamen oder teilweise rückgängig zu machen.

Donnerstag, 23. April 2026

16:30 bis 17:30 Uhr

Referentin: Natalie Preiß, Chefärztin Geriatrie

Ort: Geriatisches Zentrum Lohr
Gruppenraum, 1. OG

Ohne Anmeldung!

Blutdruck und Blutzucker – Warum die Werte im Alter anders beurteilt werden



Warum „zu niedrige“ Werte gefährlich sein können, weshalb Therapieziele im Alter angepasst werden und was das medizinisch bedeutet.

Mit zunehmendem Alter verändern sich die Regulationsmechanismen von Blutdruck und Blutzucker. Zu niedrige Werte können bei älteren Menschen ebenso gefährlich sein wie zu hohe, da sie z.B. Schwindel, Stürze begünstigen. In diesem Vortrag erklärt die Geriaterin medizinisch fundiert und gut verständlich, warum die Behandlungsziele im höheren Lebensalter oft angepasst werden, weshalb eine „zu strenge Einstellung“ Risiken birgt und wie eine individuelle, altersgerechte Therapie hilft, Sicherheit, Selbstständigkeit und Lebensqualität zu erhalten.

Donnerstag, 28. Mai 2026

16:30 bis 17:30 Uhr

Referentin: Natalie Preiß, Chefarztin Geriatrie

Ort: Geriatisches Zentrum Lohr
Gruppenraum, 1. OG

Ohne Anmeldung!

Delir oder Demenz?

Wichtige Unterschiede einfach erklärt



Ein Delir ist ein plötzlich auftretender Zustand von Verwirrtheit und Orientierungslosigkeit und stellt einen medizinischen Notfall dar. Es wird häufig mit Demenz verwechselt, unterscheidet sich jedoch grundlegend davon.

In diesem Vortrag erklärt die Geriaterin verständlich und medizinisch fundiert, wie ein Delir entsteht, welche typischen Auslöser es gibt (z. B. Infektionen, Medikamente, Operationen), woran man es erkennt und warum schnelles Handeln entscheidend ist. Ziel ist es, Sicherheit zu vermitteln und dazu beizutragen, Delir frühzeitig zu erkennen und ernst zu nehmen.

Donnerstag, 25. Juni 2026

16:30 bis 17:30 Uhr

Referentin: Natalie Preiß, Chefarztin Geriatrie

Ort: Geriatisches Zentrum Lohr
Gruppenraum, 1. OG

Ohne Anmeldung!

Sturzgefahr im Alter – fit und mobil bis ins hohe Alter



Ein Sturz kann für jeden Menschen ein einschneidendes Ereignis sein. Im Alter nimmt das Sturzgeschehen an Häufigkeit und Dramatik hochsignifikant zu.

Der Sturz ist ein wichtiger Indikator für den Rückgang motorischer und sensorischer Fähigkeiten. Das muss so aber nicht hingenommen werden. Denn Stürze können durch erhaltendes Training, wahrnehmungsgerechte Fortbewegung, Wohnraumanpassung und Präventionsmaßnahmen verhindert werden.

Donnerstag, 24. September 2026
16:30 bis 17:30 Uhr

Referentin: Natalie Preiß, Chefarztin Geriatrie

Ort: Geriatriisches Zentrum Lohr
Gruppenraum, 1. OG

Ohne Anmeldung!

Zu viele Medikamente – wann sind sie notwendig, wann gefährlich?



Mit zunehmendem Alter steigt nicht nur die Zahl der Erkrankungen, sondern auch die Menge der täglich eingenommenen Medikamente. 42 Prozent der 65-Jährigen erhalten fünf oder mehr Wirkstoffe, bei den über 75-Jährigen sind es 58 Prozent. Ein Viertel der Pflegeheimbewohner nimmt mindestens neun Dauermedikamente.

Doch wie ist eine solche Menge zu bewältigen, welche Risiken birgt und kann es zu Wechselwirkungen kommen? Wie spreche ich Bedenken an und finde gemeinsam mit meinem Arzt die richtige Therapie? Welche Rolle spielen rezeptfreie Medikamente aus der Apotheke? Diese und weitere Fragen werden im Vortrag beleuchtet.

Donnerstag, 22. Oktober 2026
16:30 bis 17:30 Uhr

Referentin: Natalie Preiß, Chefarztin Geriatrie

Ort: Geriatisches Zentrum Lohr
Gruppenraum, 1. OG

Ohne Anmeldung!



Zertifizierte Stroke Unit

Die Zertifizierung erfolgt nach den Qualitätsstandards der Deutschen Schlaganfallgesellschaft und der Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe. Ziel ist die schnellstmögliche adäquate Versorgung von Schlaganfallpatienten.



Hernienzentrum

Die operative Ausstattung, das Angebot verschiedener Operationsverfahren und die Expertise der Operateure und des Pflegepersonals gewährleistet die Versorgung von Bauchwandbrüchen auf höchstem Niveau.



Zertifizierungen & Netzwerke

Lokales TraumaZentrum DGU®

Das Traumazentrum am Klinikum Main-Spessart Lohr hat die Anforderungen der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie e.V. (DGU) an die Behandlung von Schwerverletzten nachgewiesen.



AltersTraumaZentrumDGU®

2024 wurde das Klinikum Main-Spessart als AltersTraumaZentrum (ATZ) zertifiziert. Das unabhängige Zertifizierungsverfahren wurde 2014 federführend von der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU) entwickelt. Es bestätigt die exzellente, interdisziplinäre Betreuung älterer Unfallpatienten, basierend auf spezialisierten Behandlungsstandards und der engen Zusammenarbeit von Chirurgie und Geriatrie.

AltersTraumaZentrum DGU®

AltersTraumaZentrum am
Klinikum Main-Spessart





Klinikum Main-Spessart

Klinikum Main-Spessart Lohr

Grafen-von-Rieneck-Straße 5

97816 Lohr a.Main

Telefon 09352 / 505 - 0

Telefax 09352 / 505 - 1797

www.klinikum-msp.de

Klinikum Main-Spessart
Eigenbetrieb des Landkreises
www.klinikum-msp.de



**KLINIK
KOMPETENZ
BAYERN^{eG}**



- **Klinikum** Lohr
- **Bildungszentrum für Pflegeberufe** Marktheidenfeld