

Die Gesundheitsvorsorge rund ums Herz steht im Fokus

17. Isnyer Präventions- und Wintersporttag in der Rehaklinik Übrerruh

ISNY (sz) - Seit Jahren gehört der Isnyer Präventions- und Wintersporttag zu den zentralen Veranstaltungen im medizinischen Fortbildungskalender. Zum 17. Mal haben sich vor Kurzem rund 120 Fachleute aus unterschiedlichen medizinischen Bereichen zum Wissensaustausch in der Rehaklinik Übrerruh getroffen. Das geht aus einer Mitteilung hervor.

In diesem Jahr stand der Motor des Lebens - das Herz - im Fokus. In Vorträgen wurde das Herz aus kardiologischer, sportwissenschaftlicher und pädagogischer Sicht durchleuchtet. Eingeleitet wurde der Tag mit einem gemeinsamen Sportprogramm in der Allgäuer Landschaft. Seit dem ersten Präventions- und Wintersporttag habe sich die medizinische Prävention nachhaltig weiterentwickelt.

Mit dem neuen Flexirentengesetz werde die Prävention auch seitens der Politik unterstrichen. Daraus er-

geben sich laut Bericht für alle Beteiligten - Leistungserbringer und Kostenträger - ganz neue Möglichkeiten und Herausforderungen, wie Constanze Schaal, Geschäftsführerin der Rehakentren Baden-Württemberg betonte: „Es freut mich sehr, dass wir mit dem Flexirentengesetz nun einen eindeutigen Auftrag erhalten haben. Es setzt seit Anfang des Jahres ein deutliches Signal für die Stärkung der Prävention und Rehabilitation. Denn: Präventionsleistungen sind jetzt Regelleistungen der Deutschen Rentenversicherung.“

Aber das bestehende Potenzial mit zahlreichen unterschiedlichen Angeboten werde bisher noch nicht voll ausgeschöpft. Dies liege insbesondere daran, dass viele, vor allem kleinere Unternehmen, noch nicht über eine echte Präventionskultur für ihre Mitarbeiter verfügen.

Im Anschluss war es an Chefarzt Thomas Bösch, den Vortragsreigen

rund um das Thema „Das Herz in der Prävention - wie bleibe ich im Takt“ zu eröffnen. „Das Herz ist der Motor

unseres Lebens. Kein Organ verfügt über eine vergleichbare Leistungskraft. Gleichzeitig kann es aber

schnell lebensbedrohlich werden, wenn es einmal ins Stocken gerät.“ Durch gezielte medizinische Prävention können die Risikofaktoren für Herz-/Kreislaufkrankungen bekämpft und dadurch auch das aus entsprechenden Erkrankungen resultierende Sterblichkeitsrisiko gemindert werden.

„Sport für das Herz“

Gemeinsam mit den Referenten gaben sich die Teilnehmer, vom Arbeitsmediziner über den niedergelassenen Haus- und Facharzt bis hin zum Therapeuten, auf eine Reise durch die zentralen Themen der auf das Herz bezogenen Prävention. Diese reichte von „Sport für das Herz, aber richtig dosiert! Sinn und Unsinn verschiedener Trainingsformen“ über die Bedeutung von „Wertschätzung für die allgemeine Gesundheit“ und die richtige Ernährung bis hin zur „kardiovaskulären Primärprä-



Die Zuschauer lauschen gespannt den Vorträgen.

FOTO: OH

vention“. Uwe Schwan, Diplom-Sportwissenschaftler und Therapieleiter der Rehaklinik Heidelberg-Königstuhl, präsentierte, wie die falschen Sportarten das Herz eher schädigen als stärken. Nur richtig dosiert und medizinisch abgestimmt können auch Herz-Kreislauf-Patienten ihren Körper wieder richtig in Schwung bringen. Eine ganz andere Herangehensweise an das Thema verfolgte der Erwachsenenpädagoge Peter Hasselwander aus Dettenhausen.

Gerade Führungskräfte in Unternehmen tragen laut Mitteilung eine ganz besondere pädagogische Verantwortung. Durch den gezielten Einsatz von Wertschätzung gegenüber den Mitarbeitenden lassen sich nicht nur das Betriebsklima und das Wohlbefinden nachhaltig verbessern, er wirkt sich auch positiv auf die Gesundheit und damit auch auf das Herz aus.