

Pressemitteilung

„Bewegung ist wie ein Medikament ohne Nebenwirkung“ Experten beschäftigen sich auf dem 7. Symposium der MATERNUS- Klinik mit der Wirkung von sportlicher Aktivität auf körperliche und geistige Funktionen

Das Symposium der MATERNUS-Klinik hat Tradition und findet in Fachkreisen immer stärkeren Anklang: Etwa 130 Mediziner, Therapeuten und Vertreter von Kostenträgern interessierte das Thema der Bedeutung und Wirkung von Bewegung und hatten sich für das inzwischen 7. Frühjahrs-Symposium angemeldet; es fand am vergangenen Wochenende statt. „Wir wollen ein Forum bieten, um unsere Rolle als Kompetenzzentrum in der Region zu stärken“, sagte Geschäftsführer Johannes Assfalg in seinem Grußwort.

Dr. Rüdiger Buschfort, Ärztlicher Direktor der Klinik, leitete die wissenschaftliche Tagung und machte auf deren Grundanliegen aufmerksam: „Um Patienten wirksam zu behandeln, müssen wir alle unkompliziert zusammenarbeiten, egal ob Neurologe, Sportmediziner, Therapeut, Masseur und Pfleger.“ Um diese interdisziplinäre Zusammenarbeit zu fördern, solle aus der Sicht verschiedener Disziplinen auf das Thema der Bewegung geschaut werden.

„Ist Bewegung mehr als das Trainieren von Muskeln?“, so lautete das Thema. Die Referenten, allesamt hochkarätige und erfahrene Experten, bejahten aus ihrer Sicht diese Frage. Professor Klaus Völker, Direktor des Instituts für Sportmedizin der Universität Münster, machte unter anderem darauf aufmerksam, dass nur eine Minderheit der Bevölkerung sich ausreichend und regelmäßig körperlich bewege. Er referierte über Studien, die belegen, wie gezielter regelmäßiger Sport helfe, Krankheiten wie Asthma und Bluthochdruck zu verringern. Er empfahl, jeder und jede solle „alle Chancen im Alltag nutzen, um sich zu bewegen“. Es müsse eigentlich „Rezepte für Bewegung geben, denn sie wirkt wie ein gutes Medikament und hat so gut wie keine Nebenwirkung“, meinte Prof. Klaus Völker. Studien belegten auch umgekehrt, wer sich weniger bewege, könne schneller krank werden. PD Dr. Ivo Buschmann, Kardiologe am Virchow-Klinikum der Charite in Berlin, beschäftigte sich auch mit der Frage, wie Herzpatienten nach ihrer Operation motiviert werden können, sich ausreichend zu bewegen und zu üben. Eine gute Durchblutung aller Gefäße sei „die beste Medizin“. Er berichtete über Erfahrungen des Trainings von Patienten, die kaum noch körperlich aktive sein können und durch sogenannte „Herzhosen“ eine Unterstützung des Herz-Kreislauf-Systems erfahren. Dr. Rüdiger Buschfort, Ärztlicher Direktor an der MATERNUS-Klinik, referierte über Erkenntnisse, wie systematisches körperliches Training helfen kann, nach einem Schlaganfall

geschädigte Hirnregionen und die damit im Zusammenhang stehenden Fähigkeiten zu reaktivieren und zu stärken. Frau Prof. Petra Jansen, Wissenschaftlerin am Institut für Sportwissenschaft an der Universität Regensburg, informierte über die positive Wirkung von Sport auf das Arbeitsgedächtnis, die Navigationsfähigkeit und die visuell-räumliche Intelligenz. Es sei auch belegt, so Prof. Jansen, dass ältere Menschen, die sich mindestens drei Mal pro Woche körperlich betätigten, zu einem deutlich geringeren Prozentsatz an Demenz erkrankten. Dr. Helgo Herbst, Leiter der Abteilung für Bewegungstherapie der MATERNUS-Klinik, beschäftigte sich aufgrund seiner jahrelangen Erfahrungen intensiv mit der Frage der Motivation. Viele Menschen müssten sich überwinden, Sport zu treiben, es gebe einfach eine Trägheit, „den inneren Schweinehund“, der überwunden werden müsse. Seine Konsequenz: „Wir Fachleute müssen jedem Patienten genau zuhören und mit ihm zusammen eine Idee entwickeln, wie er oder sie Bewegung und Sport als positives Erlebnis erfahren und in seinen Alltag einbauen kann.“

In der MATERNUS-Klinik werden jährlich etwa 8 000 Patienten behandelt. Sie kommen inzwischen aus Orten und Regionen in einem Umkreis von bis zu 250 Kilometer.

Die Klinik verfügt insgesamt über 590 Betten und beschäftigt heute gut 300 Mitarbeiter. Sie behandelt Patienten der Fachbereiche Orthopädie, Innere Medizin, Kardiologie, Diabetologie und Neurologie.

Bad Oeynhausen, 19. März 2013



Bildunterschrift (v.l.n.r.):

Dr. med. Rüdiger Buschfort (Ärztlicher Direktor MATERNUS-Klinik), PD Dr. med. Ivo Buschmann (Oberarzt der Medizinischen Klinik am Campus Virchow-Klinikum der Charité, Berlin), Prof. Dr. med. Klaus Völker (Direktor des Instituts für Sportmedizin, Universität Münster), Prof. Dr. phil. Petra Jansen (Institut für Sportwissenschaft, Universität Regensburg), Dipl. Psychologin Susanne Krappel (Leiterin der Abteilung Klinische Psychologie der MATERNUS-Klinik und Veranstaltungsorganisatorin), Johannes Assfalg (Geschäftsführer MATERNUS-Klinik), Dr. phil. Helgo Herbst (Leiter der Abteilung für Bewegungstherapie MATERNUS-Klinik).

Daten zur MATERNUS-Klinik

Ansprechpartner:

Johannes Assfalg
Geschäftsführer
Am Brinkkamp 16
32545 Bad Oeynhausen
Tel.: 0 57 31/85 83 04
E-Mail: johannes.assfalg@maternus.de