

18. Präventions- und Wintersporttag in der Überrauch

Fachvorträge rund um gesundheitliche Vorsorge und sportliches Rahmenprogramm

ISNY (sz) - In der Rehaklinik Überrauch dreht sich am Freitag, 9. Februar, alles um Prävention. Bereits zum 18. Mal lädt die Klinik Fachleute aus den unterschiedlichsten medizinischen Bereichen ein zum „Isnyer Präventions- und Wintersporttag“. Auf dem Programm stehen laut Ankündigung hochkarätige Vorträge rund um das Thema gesundheitliche Vorsorge – in diesem Jahr mit dem Fokus auf der „Volkskrankheit“ Adipositas (starkes oder krankhaftes Übergewicht).

Die Adipositas betrifft als komplexes Krankheitsbild alle Bevölkerungsschichten und Altersgruppen. Von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist die krankhafte Fettleibigkeit seit 1997 als chronische Krankheit anerkannt und gilt weltweit als ein stark wachsendes Gesundheitsrisiko. Gründe für die Adipositas sind

eine positive Energiebilanz durch fehlgesteuerte Nahrungsaufnahme, Bewegungsmangel sowie psychosoziale Faktoren.

Der 18. Isnyer Präventions- und Wintersporttag widmet sich am 9. Februar verschiedenen Aspekten der Erkrankung und bietet den Teilnehmern einen umfassenden Ein- und Überblick über die entsprechenden Möglichkeiten der medizinischen Prävention. „Mit unserem Programm wollen wir zu einer noch differenzierten Sichtweise der Problematik beitragen, um die Behandlung des Krankheitsbildes zu verbessern“, erläutert Thomas Bösch, Chefarzt der Rehaklinik Überrauch.

Als Anreiz, aktiv etwas für die eigene Gesundheit zu tun, erwartet die Teilnehmer zur Einstimmung in den Tag ein Sportprogramm in der Natur.

Das Fachprogramm rund um Adipositas

- **Sport:** 11 Uhr – Schneeschuh-Tour oder Winterwanderung; die Klinik verleiht Schneeschuhe.
- **Fortbildung:** 13.30 Uhr – **Begrüßung** mit Constanze Schaal, Geschäftsführerin RehaZentren Baden-Württemberg, und Überrauch-Chefarzt Thomas Bösch; 13.45 Uhr – **Alternative Therapien** in der Behandlung, Stefan Tange, Chefarzt für Viszeralchirurgie und Proktologie, Sektionsleiter Adipositas, Klinikum Friedrichshafen; 14.30 Uhr – **Lebensmittel versus Nahrungsmittel**, Julia Tulipan, Ernährungstrainerin, Forscherin, Autorin und Gesundheitsexpertin; 15.15 Uhr: **Sitzen ist das neue**

Rauchen – wir werden aktiv, Dieter Beh, Leiter Gesamttherapie Rehaklinik Überrauch; 16 Uhr – **Wie viel Psyche steckt in meinem Bauch?**, Werner Geiges, Chefarzt für Innere und Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Chefarzt für Physikalische und Rehabilitative Medizin, Rehabilitationswesen; Chefarzt Rehaklinik Glotterbad; 16.45 Uhr: **Die Natur – mehr als nur ein Ort für körperliches Training**, Matthias Hofmann, Diplompsychologe, Dresden; 17.30 Uhr: **Körperwahrnehmung und Entspannung zum Tagesabschluss** mit Dieter Beh.