

21. Isnyer Präventionstag in der Überrauch

Thema der bundesweiten Fachtagung: Wie Corona Gesundheit und Arbeitswelt beeinflusst

BOLSTERNANG (sz/sts) - Der „Isnyer Präventionstag“ in der Rehaklinik Überrauch ist eine Fachtagung, zu der jährlich Interessierte aus den unterschiedlichsten medizinischen und therapeutischen Bereichen aus ganz Deutschland anreisen. Bei der 21. Auflage befassten sich hochkarätige Referenten in ihren Vorträgen mit dem Einfluss der Corona-Pandemie auf die körperliche Gesundheit und die Arbeitswelt.

„Nach eineinhalb Jahren coronabedingter Pause gehen wir heute einen großen und wichtigen Schritt in eine neue Normalität, die wir gemeinsam gestalten müssen und dürfen. Für die Zukunft darf es nicht unser Ziel sein, die Pandemie einfach zu bewältigen, sondern wir müssen gestärkt aus der Krise kommen“, betonte Constanze Schaal, promovierte Geschäftsführerin der RehaZentren Baden-Württemberg, bei der Begrüßung der Gäste in Bolsternang

Thomas Bösch, Chefarzt der Rehaklinik Überrauch, erklärte zum Programm des Präventionstages: „Wir betrachten Arbeit heute nicht nur im klassischen Sinn, sondern auch im übertragenen. Wir starten mit der Fra-

ge, welche Einflüsse körperliche Betätigung - auch diese ist im übertragenen Sinn Arbeit - auf unser Bewegungssystem und unser Wohlbefinden hat. Anschließend schlagen wir einen Bogen zu unserer Arbeitsrealität und zukünftigen Herausforderungen für Arbeitgeber und Arbeitnehmer und schließen mit einem Blick auf die Einflussfaktoren für unsere persönliche Zufriedenheit“. Zum Einstieg gab Privatdozent Jan Wilke, pro-

movierter Sportwissenschaftler an der Goethe Universität Frankfurt, einen wissenschaftlichen Überblick über das „Aschenputtel der Anatomie“, die Faszien: Heute wisse man, dass sie sowohl im Bereich der Sensorik als auch der Mechanik im menschlichen Körper eine wichtige Rolle spielen. Ferner hätten die Faszien gleichermaßen trennende wie auch verbindende Funktionen, nicht nur zwischen Muskeln, sondern auch zwi-

schen ganzen Körperregionen. Entsprechend wichtig sei körperliche Bewegung. Wie diese Erkenntnisse in praktische Übungen umgesetzt werden können, stellte Gabriela Eibich, Diplom-Pädagogin und Integrative Bewegungspädagogin, am Beispiel der „Faszien-Rotation“ vor. Die Methode helfe dabei, unter anderem Haltungsschäden zu korrigieren oder diesen vorzubeugen sowie den Körper differenzierter wahrzunehmen.

Der promovierte Arbeitsmediziner Alexander Vesper erklärte, dass Gesundheit am Arbeitsplatz immer mehr in den Fokus gerückt werden müsse, denn nur ein gesunder Arbeitnehmer könne fit und mit Freude bis zum Ruhestand durchs Arbeitsleben gehen. Um dies zu erreichen, müsse nicht nur „in gesundheitsschonende Arbeitsbedingungen investiert, sondern medizinische Prävention auf professionellem Niveau betrieben werden“.

Zum Abschluss des Präventionstages zeigte der promovierte Diplom-Psychologe Jens-Uwe Martens, dass der Weg zum Glück, zur persönlichen Zufriedenheit, nicht einfach, aber durchaus möglich ist.



Die zentralen Protagonisten des 21. Isnyer Präventionstags: Alexander Vesper, Constanze Schaal, Jens-Uwe Martens, Gabriela Eibich und Überrauch-Chefarzt Thomas Bösch (von links).

FOTO: DAGMAR CZERWINKA