



Landesärztekammer Hessen

Sport Pro Reha Der Arzt spielt eine zentrale Rolle

Daß mit Sport und gezieltem Bewegungstraining vielen Zivilisationskrankheiten vorgebeugt werden kann, ist kein Geheimnis mehr. Leider wird diese Erkenntnis noch viel zu selten in die Tat umgesetzt. Daß Sport und Bewegung aber auch wichtige Instrumente der Rehabilitation nach oder bei Erkrankungen der inneren Organe, bei orthopädischen oder neurologischen Erkrankungen sein können, wissen noch zu wenige - auch viele der Betroffenen nicht.

Hilfe zur Selbsthilfe: das ist das Ziel des Rehabilitationssports, der zu selbständigem Bewegungstraining und gesundheitsbewußtem Verhalten anleiten soll. Regelmäßige körperliche Aktivitäten unterstützen die Prävention, Behandlung und Rehabilitation vor allem von Herz-Kreislaufkrankungen sowie Erkrankungen des Bewegungsapparates. Ich begrüße daher außerordentlich die Kooperation, die die Landesärztekammer Hessen, der Landessportbund Hessen, der Hessische Behinderten- und Rehabilitationssportverband und die Gesellschaft für Prävention von Herz-kreislaufkrankungen in Hessen unter dem Dach des Qualitätssiegels Sport Pro Reha zum Wohle der betroffenen Patienten in Hessen eingegangen sind.

Der Arzt spielt eine zentrale Rolle in der Rehabilitation. Diese reicht von der Akutversorgung bis hin zu der medizinischen Betreuung und Versorgung durch die unterschiedlichen Fachgebiete. Die bewegungs- und sporttherapeutischen Übungen in den jeweiligen Reha-Sport-Gruppen werden unter ärztlicher Betreuung und Überwachung durchgeführt. Mit gezielter Bewegung und sportlich orientierten Spielen wirkt Rehabilitationssport ganzheitlich. Neben der Förderung sozialer Beziehungen und der Freude an Bewegung werden Selbstbewußtsein und Körperempfinden gestärkt. Durch ein regelmäßiges körperliches Übungs- und Trainingsprogramm bleiben Koordination, Ausdauer, Flexibilität und Kraft erhalten. Dadurch wiederum kann die Leistungsfähigkeit für Alltag, Beruf und Freizeit verbessert werden.

Heute stehen im Bereich Rehabilitationssport umfassende Angebote zur Verfügung. Erkrankungen, die noch vor wenigen Jahren als Kontraindikation für jede sportliche Betätigung galten, stellen längst keinen Hinderungsgrund mehr dar, Sport zu treiben oder an einer ambulanten Sporttherapie teilzunehmen. Sport oder gezielte Bewegung ist nicht nur bei fast allen Krankheitsbildern möglich, er wirkt sich auch nahezu in jedem Fall positiv auf die Rehabilitation aus. Selbstverständlich ist jedoch im Einzelfall die medizinische Beurteilung und Verordnung durch den behandelnden Arzt maßgeblich

Dr. med. Alfred Möhrle
Präsident der Landesärztekammer Hessen