

PRESSEMITTEILUNG



VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT KARLSRUHE

Vereine: ESG Frankonia, In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Nordwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten, TSG Blankenloch, Skizunft Durlach, TV Busenbach

Kooperationspartner: Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein

Warum gerade der Herzsport so wichtig ist

INI-Vereine weiter auf Ärztesuche

Neben Krebs sind Herz-Kreislaufkrankungen die häufigste Todesursache in Deutschland. Während Prävention bei vielen Krebserkrankungen häufig kaum möglich ist, kann man Herzerkrankungen recht gut vorbeugen. Aus diesem Grund hat die Deutsche Herzstiftung noch bis 30. November die bundesweiten Herzwochen ausgerufen.

Noch heute sind nach Angaben der Deutschen Herzstiftung fast 30 Prozent der Reha-Herzpatienten Raucher, 18 Prozent sind stark übergewichtig und 22 Prozent haben Diabetes. Ein gesunder Lebensstil, regelmäßiger Sport und eine ausgewogene Ernährung können das Risiko von Herz-Kreislaufkrankungen demnach erheblich mindern.

Und auch wenn die Sterblichkeit durch Herzkrankheiten in Deutschland im Vergleich zum Vorjahr insgesamt gesunken ist, wie die Deutsche Herzstiftung in ihrem aktuellen Jahresbericht schreibt, ist an Entwarnung noch lange nicht zu denken. Denn trotz aller Fortschritte in der Herzmedizin, Prävention und Rehabilitation „haben Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit über 338.000 Sterbefällen pro Jahr ihren Schrecken noch lange nicht verloren“, so Prof. Dr. med. Dietrich Andresen, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Herzstiftung.

Herzinsuffizienz (Herzschwäche) zählt nach wie vor zu den häufigsten Diagnosen, die zu einer stationären Behandlung führen. Auch Herzrhythmusstörungen zählen zu den häufigsten Anlässen für einen Krankenhausaufenthalt in Deutschland. Je nach Art und Schwere können Rhythmusstörungen mit enormen Einbußen an Lebensqualität einhergehen. Und sie können gefährlich werden bis hin zum plötzlichen Herztod. Auffallend steil angestiegen: Die Klinikaufnahmen aufgrund von Herzschwäche, Rhythmusstörungen und Klappenerkrankungen. Beispiel Herzinsuffizienz: Im Jahr 2017 wurden 464.724 stationäre Aufnahmen wegen Herzschwäche versorgt – ein Anstieg um mehr als 20.000 seit 2015. „Die Herzschwäche beginnt zumeist langsam, Symptome wie Luftnot beim Treppensteigen werden fehlgedeutet und oftmals auf das Alter geschoben oder geschwellene Füße gar nicht bemerkt – tut ja auch nicht weh“, so Andresen. „Hier müssen wir durch gezieltere ambulante Versorgung, vor allem aber durch bessere Aufklärung über Krankheitssymptome und Therapiemöglichkeiten besser gegensteuern.“
Bewegungsmangel ist ein Risikofaktor

Über die Vereinsinitiative Gesundheits-sport – INI

Die Vereinsinitiative Gesundheits-sport (INI) ist ein 1989 gegründeter Zusammenschluss von 26 Karlsruher Sportvereinen und sieben Vereinen aus der Region. Die Mitgliedervereine haben es sich zur Aufgabe gemacht, ein möglichst flächendeckendes Gesundheits-sportangebot zu erstellen - unabhängig davon, ob jemand Mitglied eines Sportvereins ist oder nicht. Interessierte Bürger sollen, so das Ziel der INI, die Möglichkeit erhalten, auf kurzen Wegen in ihrem direkten Wohn- oder Arbeitsumfeld an einem dieser Sportangebote teilzunehmen. Das Kursprogramm 2019 der INI listet über 370 Angebote und liegt aus bei Ärzten, Apotheken, Sportvereinen und in den Rathäusern. Im Internet ist es unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de nachzulesen.

PRESSEMITTEILUNG

PRESSEKONTAKT

Heike Schwitalla

0171 9129415

presse-ini@gmx.net

facebook.com/ini.karlsruhe

VEREINSINITIATIVE GESUNDHEITSSPORT KARLSRUHE



Vereine: ESG Frankonia, In Nae, KTV, MTV, PSK, PSV, SC Wettersbach, SG Eichenkreuz, SG Siemens, SG Stupferich, SpVgg Aue, SSC, SV Nordwest, SVK Beiertheim, TG Aue, TS Durlach, TS Mühlburg, TSV Bulach, TSV Grötzingen, TSV Grünwinkel, TSV Palmbach, TSV Rintheim, TUS Neureut, TUS Rüppurr, VT Hagsfeld, SSV Ettlingen, TG Eggenstein, TG Söllingen, TV Bretten, TV Hochstetten, TSG Blankenloch, Skizunft Durlach, TV Busenbach
Kooperationspartner: Schul- und Sportamt, Sportkreis Karlsruhe, Karlsruher Turngau, AOK Mittlerer Oberrhein

Immer noch ist beispielsweise vielen Herzpatienten mit einer Erkrankung der Herzkranzgefäße, der koronaren Herzkrankheit (KHK), nicht bewusst, dass Bewegungsmangel ein wesentlicher Risikofaktor für die Entstehung und das Fortschreiten einer KHK ist. Wer sich jedoch regelmäßig ausdauernd bewegt, bremst dadurch eine Erkrankung der Herzkranzgefäße und senkt dadurch das Risiko für Herzinfarkt und Herzschwäche. Die Herzgruppen der Karlsruher INI-Vereine bietet Herzpatienten ein maßgeschneidertes Bewegungsangebot. Sie können sich dabei absolut sicher fühlen, denn durch die Anwesenheit eines Mediziners ist ärztliche Versorgung im Notfall stets gewährleistet.

Um dieses wichtige Angebot aufrechterhalten und bedarfsorientiert ausweiten zu können, sucht die Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) in und um Karlsruhe Ärzte, die es sich vorstellen können, eine oder mehrere Herzgruppen regelmäßig zu begleiten. Informationen dazu gibt es im Internet unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de oder direkt per E-Mail an info@gesundheitssport-karlsruhe.de

Über die Vereinsinitiative Gesundheitssport – INI

Die Vereinsinitiative Gesundheitssport (INI) ist ein 1989 gegründeter Zusammenschluss von 26 Karlsruher Sportvereinen und sieben Vereinen aus der Region. Die Mitgliedervereine haben es sich zur Aufgabe gemacht, ein möglichst flächendeckendes Gesundheitssportangebot zu erstellen - unabhängig davon, ob jemand Mitglied eines Sportvereins ist oder nicht. Interessierte Bürger sollen, so das Ziel der INI, die Möglichkeit erhalten, auf kurzen Wegen in ihrem direkten Wohn- oder Arbeitsumfeld an einem dieser Sportangebote teilzunehmen. Das Kursprogramm 2019 der INI listet über 370 Angebote und liegt aus bei Ärzten, Apotheken, Sportvereinen und in den Rathäusern. Im Internet ist es unter www.gesundheitssport-karlsruhe.de nachzulesen.