

Die Gesundheit im Fokus

700 Besucher informieren sich beim Infotag des Wochenblatts im Schloss

Von Claudia Ibba

MAINZ – Rund 700 Besucher haben sich im kurfürstlichen Schloss beim „Infotag rund um Ihre Gesundheit“ des Wochenblatts zu allen Fragen rund um Wohlbefinden, Krankheitsvorbeugung, Fitness und Ernährung informiert. Aussteller und Organisatoren werteten die Veranstaltung als Erfolg.

Viele Aussteller boten Gesundheitschecks an. Der Ärzteklinik maß Blutdruck und Sauerstoffgehalt im Blut. Regen Zuspruch fand auch der Stand der Deutschen Venenliga, an dem

mittels Infrarotlicht die Venen untersucht wurden. Jeder Besucher erhielt nach dieser Kurzuntersuchung einen Venenpass. Das Zentrum für ambulante Rehabilitation (ZAR) aus Mainz demonstrierte eine brandneue Besonderheit: Hier werden seit diesem Oktober neben den Patienten mit orthopädischen Krankheitsbildern nun auch Fälle aus der Neurologie übernommen. Der Vorteil für die Patienten: Sie können nach der ambulanten Therapie wieder nach Hause fahren. Ein stationärer Aufenthalt ist nicht nötig. Während des Gesundheitstags im Schloss wurden von Fachärzten und Spezialisten aber auch viele

individuelle Fragen der Besucher rund um das Thema Gesundheit, Ernährung, Fitness und Prävention beantwortet.

Ein Höhepunkt war das begeh-

Jod ist für die Schilddrüse, wie Sprit für Ihr Auto.

Dr. Said Saalabian,
DKD Helios Klinik, Wiesbaden

bare Herz der Mainzer Herzstiftung. Das überdimensionale Herzmodell, macht nicht nur den anatomischen Aufbau des Herzens sichtbar, sondern zeigt auch Therapiemaßnahmen nach Herzkrankheiten wie einen Stent oder eine künstliche Herzklappe macht.

Parallel zur umfangreichen Ausstellung diverser Kliniken und Anbieter medizinischer Dienstleistungen aus der Region gab es ein umfangreiches Angebot an Fachvorträgen, unter anderem zu Schilddrüsen- und Wirbelsäulenerkrankungen. Während der Podiumsdiskussion gaben vier Experten Tipps für gesunde Ernährung, für Fitness und gegen Burn-out. Die Stärken des Trendthemas „Vegane Ernährung“ stellte Petra Schauss dar. Julia Hardt zeigte auf, woran ein Burn-out zu erkennen ist und welche Verhaltensänderungen sodann nötig sind. 2015 soll der Gesundheitstag wieder stattfinden.



Auf dem Podium diskutierten (von links) Wolfgang Schmitz, Julia Hardt, Boris Schwarz und Petra Schauss über Ernährung, Fitness und Burn-out. Die Moderatorinnen waren Birgit Zilian und Claudia Ibba (rechts).



Was tun bei Krampfadern? Beim Venen-Check-up bildete sich eine lange Schlange.