

PRESSEMITTEILUNG

3. Februar 2015

Ärzte und Sport vereinbaren „Rezept für Bewegung“

- **Landesärztekammer und Sportbünde unterzeichnen Kooperationsvertrag auf der Messe „MEDIZIN 2015“**
- **Dreijähriges Modellprojekt in den Kreisen Biberach, Freiburg, Heilbronn und Karlsruhe**

Künftig gibt es beim Arzt nicht nur Rezepte für Medikamente oder Physiotherapie, sondern auch ein „Rezept für Bewegung“. Anlässlich der Messe MEDIZIN in Stuttgart unterzeichneten Dr. Ulrich Clever, Präsident der Landesärztekammer Baden-Württemberg, sowie Dr. Erwin Grom, Heinz Janalik und Klaus Tappeser als Vertreter der drei Landessportbünde Baden Süd und Nord sowie Württemberg am vergangenen Samstag eine entsprechende Kooperationsvereinbarung. Das „Rezept für Bewegung“ wird demnach in den kommenden drei Jahren zunächst in den vier Sportkreisen Biberach, Freiburg, Karlsruhe und Heilbronn umgesetzt.

Dr. Clever sieht in der Arzt-Patienten-Beziehung den Schlüssel zum Erfolg. „Wenn der Arzt den richtigen Moment findet, einen Anstoß zu einer Veränderung bei den Lebensgewohnheiten zu geben, dann nimmt der Patient diese Anregung mit nach Hause“, sagt der Mediziner. Und fügte bei seiner kurzen Ansprache am Stand der Landesärztekammer auf der MEDIZIN-Messe an: „Wenn die Ärzte als charismatische Personen es schaffen, diesen Moment zu verlängern, dann kommen die Vereine ins Spiel.“ Die baden-württembergische Ärzteschaft will damit ein Zeichen dafür setzen, dass ihr breit gefächerte Präventionsangebote ein Anliegen sind – unabhängig von einem eventuell zukünftigen Präventionsgesetz.

Klaus Tappeser, Präsident des Württembergischen Landessportbundes (WLSB), sieht die 11 500 Vereine und ihre insgesamt 60 000 Übungsleiter und Trainer gut vorbereitet für die Aufgabe. „Die Sportvereine bieten

vielfältige qualitätsgesicherte Bewegungsangebote, die mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet sind.“ Die entsprechenden Übungsprogramme für das Herz-Kreislauf-System, das Muskel-Skelett-System sowie Entspannung und Stressbewältigung können jederzeit auch von Ungeübten begonnen werden. „Diese Angebote können viele Pillen überflüssig machen“, sagt WLSB-Präsident Tappeser.

In unzähligen Untersuchungen wurde nachgewiesen, dass Bewegung gegen viele Zivilisationskrankheiten wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Probleme oder auch Rückenschmerzen hilft. Entscheidend am „Rezept für Bewegung“ ist deshalb, dass es rechtzeitig zur Prävention verordnet wird und nicht zur Rehabilitation. Landesärztekammer-Präsident Dr. Clever gab deshalb als Parole aus: „Einmal am Tag aktiv schwitzen ist das, was wir wollen.“