



## Neues REHA-Sportangebot macht Gefäße fitter

Herzsport hat sich längst etabliert. Fachkundig angeleitete Bewegung ist aber auch bei Gefäßerkrankungen an den Becken- und Beinarterien ein wichtiger Therapiebeitrag, so Dr. Kathrin Niemöller, Chefärztin der Klinik für Angiologie und Diabetologie an der Klinik am Park Lünen.

Die Klinik und die Ambulante Herzsportgruppe in Brambauer haben dazu jetzt ein **Angebot** gestartet, das auch im weiteren Umfeld bisher fehlte. „Die Übungsleiter, die bereits Herzsport an vielen Stellen durchführen, sind hoch motiviert und bestens ausgebildet!“, so Niemöller. Ziel des Reha-Sports für Patienten mit **Gefäßerkrankungen** ist es, die Strecke, die Betroffene ohne Pause zurücklegen können, durch gezieltes und individuell angepasstes Training zu verlängern und so Mobilität und Lebensqualität zurückzugewinnen.

Nicht zu Unrecht bezeichne man die entsprechenden Gefäßerkrankungen gerne als **Schaufensterkrankheit**, weil jedes Schaufenster gern von Betroffenen als Gelegenheit für eine unauffällige Pause genutzt wird. Die Periphere arterielle Verschlusskrankheit (PAVK) lässt Betroffene im Verlauf oft nur noch kurze Strecken schmerzfrei zurücklegen.

Durchblutungsstörungen der Becken- und Beinarterien betreffen jeden zehnten Bürger, ab einem Lebensalter von über 70 Jahren sogar jeden fünften, warnt Dr. Niemöller. Ergänzend zu medikamentöser Therapie oder zu Interventionen mit Ballons und Stents wird Gefäßsport als einfache und dennoch hocheffektive Behandlung empfohlen. Der Sport erst mache auch entsprechende Eingriffe erst zu einer wirklich nachhaltigen Therapie.

Geeignet ist der Sport aber auch für Venen-Erkrankte, z.B. mit Folgeproblemen nach einer erlittenen Thrombose.

Die **ambulante Herzsportgruppe Lünen-Brambauer, Behinderten-Sportgemeinschaft e.V.** bietet ab sofort zunächst freitags in der Sporthalle entsprechende Sportmöglichkeiten an. Abhängig von der Nachfrage können weitere Termine angeboten werden.

**Über diese Angebote informiert Bernhard Matzies, Vorstand der Gefäßsportgruppe: Tel.: 0172-4958595**

**Für medizinische Fachfragen stehen Chefärztin Dr. med. K. Niemöller und ihr Team zur Verfügung: Tel.: 0231-8787481**

