



Jörg Blech

Bewegung

Die Kraft, die Krankheiten besiegt und das Leben verlängert

(Fischer Verlag 2007)

„Auch der Arzt **Rüdiger Reer** von der Universität Hamburg findet es » ... verwunderlich, wie wenig verbreitet das Wissen über diese Zusammenhänge auch in Medizinerkreisen ist ... «.“

„Als Beispiel führt **Rüdiger Reer** Menschen mit Rückenschmerzen an. Geflissentlich führen Ärzte an ihnen teure Diagnoseverfahren wie Computer- und Kernspintomographie durch. Die ergeben fast immer einen unauffälligen Befund, bringen den Medizinern aber satte Einkünfte. Schließlich werden die Patienten mit Rezepten für Medikamente fortgeschickt.

» Die eigentlich notwendige krankengymnastische Bewegungstherapie beziehungsweise Hilfe zur langfristigen Lebensstilveränderung unterbleibt ...
... an die Verordnung eines moderaten Ausdauertrainingsprogramms wird in den seltensten Fällen gedacht. ... «“

„» Betrachtet man das Alter und die objektiven Beschwerden vieler Patienten, denen ein Hüftgelenkersatz empfohlen wird, kann man sich tatsächlich des Eindrucks nicht erwehren, als würde dieser Eingriff sehr frühzeitig empfohlen – lange bevor die Behandlung mit Medikamenten und andere Mittel wie Bewegungs- und Physiotherapie an ihre Grenzen gestoßen sind.«, urteilt der Arzt **Klaus-Michael Braumann** von der Universität Hamburg. » Pikant ist der Umstand, dass solche Eingriffe für Ärzte und Kliniken finanziell äußerst lukrativ ist.«

... Bezogen auf Training und Bewegung ist dieser Wendepunkt noch nicht überschritten; der » Pradigmenwechsel ist im Fluss, konnte jedoch innerhalb dieser kurzen Zeitspanne noch nicht realisiert werden.«“