

Gesundheit ist ein Thema mit Hand und Herz

Bei der Messe „Vivare“ informierten sich die Besucher über modernste Chirurgie und nutzten das Angebot für einfache Tests

Von Dennis Bechtel

Von modernster Chirurgie über Prothesen und Hypnose bis hin zu Jahrtausende alten Bewegungsformen: Im City-Palais drehte sich ein Wochenende lang alles um das körperliche und geistige Wohlbefinden. Auf der Vivare Gesundheitsmesse informierten etwa 50 Aussteller – darunter Krankenhäuser, Selbsthilfegruppen und Krankenkassen – zahlreiche Besucher jeden Alters. Das Rund-um-Paket beinhaltete Vorträge mit vielen praktischen Tests sowie Vorführungen und Mitmach-Aktionen.

Viele nutzen die reichhaltigen Angebote an den einzelnen Ständen und kommen mit den Experten ins Gespräch. Gut ausgestattet mit Info-Material ziehen sie dann weiter. Bärbel Gehrke (63) verlässt den Stand des evangelischen Krankenhauses Bethesda ohne Flyer in der Hand, dafür aber mit einem Taschentuch

um ihren blutigen Finger gewickelt. „Ich habe meinen Blutzucker messen lassen“, erklärt sie. „Das habe ich schon öfter gemacht. Beim Arzt muss ich lange warten für den Test, und da dachte ich, wenn ich schon mal hier bin, mach ich es schnell. Es ist alles in Ordnung.“

Sport hält Körper und Geist fit

Sie ist nicht die einzige, die die Angebote nutzt. An den Ständen lassen Besucher ihren Blutzucker messen oder ihre Augen kontrollieren. Manchmal muss man sich sogar einige Minuten gedulden, bis man an der Reihe ist, so groß ist das Interesse. Hin und wieder sorgt jedoch auch pure Faszination dafür, dass sich Schlangen bilden. Die Berufsgenossenschaftliche Unfallklinik stellt verschiedene Angebote aus der Handchirurgie vor. Dort erklären Experten, wie wichtig Nerven nach einem Unfall und einer Amputation

sind und wie sie helfen, eine Prothese zu bewegen. „Wir rechnen gar nicht so sehr mit Betroffenen, sondern mit Besuchern, die sich für die Technik interessieren“, erklärt Dieter Krebs, der an einem Stand die neusten Modelle vorstellt. Interessierte können dort versuchen, eine Prothese mit der Bewegung ihrer Muskeln und Sehnen elektronisch zu bewegen.

Am Stand des Evangelischen Klinikums Niederrhein steht Professor Mohammed El Gabry, kommissarischer Leiter der Herzchirurgie, den Besuchern Rede und Antwort. Er erklärt die Möglichkeiten einer Herzklappen-Operation und gibt ganz individuelle Ratschläge: „Es ist gut und wichtig, mit Patienten zu sprechen. Viele, die mich angesprochen haben, sind selbst betroffen. Ich kann sie individuell beraten und ihnen vielleicht die Angst nehmen.“

Dass auch sportliche Aktivität großen Einfluss auf die Gesundheit hat, vermitteln die Mitglieder der Taiwan Do Akademie Duisburg. Bei Vorführungen zeigen sie, wie fit die Kampfkunst Kung Fu Wu Shu und die chinesische Gesundheitslehre Tai Chi Chuan halten können. Das Training sei auf die fünf Säulen Atmung, Haltung, Konzentration, Bewegungslehre und praktische Lebensphilosophie gebaut, erklärt Meister Martin Niegemann. „Der ganzheitliche Ansatz, Körper und Geist fit zu halten, ist sehr wichtig“, sagt er.



Blutzucker-Tests waren sehr gefragt: Die angehende Krankenpflegerin Katja Biegus prüft die Werte bei Elvira Schlürmann. FOTOS: EICKERSHOFF

Gute Gelegenheit, sich schlau zu machen

„Ich finde es toll, dass so viele Bereiche auf der Messe abgedeckt werden. Hier kann man sich wirklich gut informieren und findet für persönliche Fragen Ansprechpartner.“

Angelika Dopierala (56), Beeckerwerth

„Wenn man über 70 ist, sollte man sich doch mal schlau machen. Die Zeit geht an keinem spurlos vorbei. Ich habe mich über Wohnen für ältere Menschen informiert.“

Rolf Höfkes (72), Bochum

„Ich mache jeden Morgen Gymnastik und fahre viel Fahrrad. Meine Gesundheit ist mir sehr wichtig. Ich habe den Tag hier genutzt, um mich gut zu informieren. Blutzucker habe ich auch mal messen lassen.“

Fritz Blödorn (80), Großenbaum

„Ich habe es genossen, viele Informationen und Antworten auf meine Fragen zu bekommen. Wo hat man denn sonst die Chance, so viele verschiedene Bereiche kennenzulernen und sich schlau zu machen.“

Hanni Stemmann (74), Neudorf

Kompakt

Meldungen aus den Stadtteilen

Schräge Vögel als Bleistiftzeichnungen

Norden. Naiv wirken sie nur auf den ersten Blick, die Bleistiftzeichnungen des Duisburger Künstlers Dirk Visser.

Auf den zweiten Blick sind seine Vogel-Skizzen urkomisch, fröhlich, bitterböse oder einfach nur originell. Die Ausstellung von Vissers komischen Vögeln wurde am Sonntag im Ruhrorter ruhrKUNST-ort eröffnet.

Zu sehen ist sie dort an der Fabrikstraße 23 noch bis zum 28. März. Der Eintritt zur Ausstellung ist frei.

Treffen der Sappeure in Baerl

Baerl. Mehrere Generationen von Königsleibwächtern, sogenannten Sappeuren, trafen sich in der Gaststätte „Waldhof“. Alle fünf Jahre kommen die Sappeure der Bürgerschützengesellschaft zusammen.

Ausgestellt waren unter anderem Haftbefehle, die Sappeure beim Schützenfest vollstreckten. Wer sich den Befehlen des Hauptmanns widersetzt, kommt in die Sappeurbude, die er erst nach einer Zahlung verlassen darf. sip/dc

Lesmeister zu Besuch bei der Süd-CDU

Süd. Bedroht sehen die CDU-Mitglieder Sicherheit und Ordnung im Süden vor allem durch den Straßenstrich in Mündelheim.

Daniela Lesmeister, Beigeordnete für Sicherheit und Recht der Stadt, machte deutlich, dass man gegen den Straßenstrich nur vorgehen könne, wenn von den Prostituierten und Freiern eine Bedrohung für die Bevölkerung ausgeht. „Solange kein Verstoß vorliegt, kann man nichts machen.“



Dr. Dettlef Schreier, Handchirurg in der Berufsgenossenschaftlichen Unfallklinik in Buchholz, erklärt Besuchern eine Handspiegelung.

Anzeige

Wissenschaft räumt mit Haar-Irrtümern auf

Um die schönen Haare der Frauen ranken sich viele Mythen und Märchen. Von Rapunzels langem Zopf bis zu den „Hollywood-Locken“. Aber auch Halbwahrheiten werden gerne weitererzählt und bis heute geglaubt. Dr. Klenk klärt auf.

Stimmt es, dass häufiges Haarewaschen die Haare schneller ausfallen lässt?

Dr. Klenk: Nein. Die Haare, die dabei ausfallen, stammen von Haarwurzeln, die sich nach einer siebenjährigen Wachstumsphase planmäßig in die Pause verabschiedet haben. Diese Haare sind mit der Haarwurzel nicht mehr fest verbunden. Es sollten allerdings nicht mehr als vierzig Haare täglich sein.

Stimmt es, dass man dicke Haare sein

Dr. Klenk: Nein. Wie dick die Haare sind, hängt davon ab, wie gut die Haarwurzel mit Nährstoffen und Energielieferanten versorgt wird. Wenn der Stoffwechsel im Alter nachlässt, werden auch dicke Haare allmählich dünner und feiner.

Stimmt es, dass man gegen Haarausfall in den Wechseljahren nichts machen kann?

Dr. Klenk: Heute stimmt das nicht mehr. Denn heute wissen wir, dass abnehmendes Östrogen und der dadurch stärkere Testosteron-Einfluss in dieser Lebensphase ursächlich sind für Haarausfall und durchscheinende Kopfhaut. Diesen schädlichen Testosteron-Einfluss kann man heute durch eine Coffein-Therapie ausbremsen. Die

Wirkstoff-Kombination lässt sich einfach von außen zuführen, zum Beispiel durch das Shampoo oder das Tonikum von Plantur 39. Die Einwirkzeit des Coffeins beträgt nur 120 Sekunden. Weil der Wirkstoff sehr schnell in die Kopfhaut eindringt.



Labor-Chef der Dr. Wolff-Forschung, Dr. A. Klenk



Wissen statt Glauben. Forschung macht's möglich



Plantur 39 ist erhältlich in Apotheken, Drogerieabteilungen und beim Friseur.

Dr. Kurt Wolff GmbH & Co. KG, Johanneswerkstr. 34-36, 33611 Bielefeld