

Gesund! Und Sie?

Die vergangenen Wochen haben uns wahres Traumwetter beschert: Gelegenheit, die Tage unbeschwert zu genießen, bei Sonnenschein Energie zu tanken und den Alltagsorgen zu entfliehen - insofern es die Gesundheit zuließ. Dieser Nachsatz ist besonders bitter für all jene, die sich dieser schönen Seite des Lebens nicht in dem Maße freuen konnten. In Deutschland gibt es inzwischen fast neun Millionen Personen mit Diabetes und Herz-Kreislaufkrankungen, die zur Todesursache Nummer eins geworden sind. Außerdem leidet zusätzlich knapp die Hälfte aller Bundesbürger an Allergien.

Um diesem Negativ-Trend Einhalt zu gebieten, veranstaltet die Internationale Gesellschaft für Prävention e.V. europaweit sogenannte Gesundheitstage. Von Montag bis Samstag steht das Halle Center in Peißen ganz unter dem Motto „Bleiben Sie fit!“. Den Besucher erwarten interessante Vorträge, Mitmach-Aktionen rund um Gesundheit, Medizin, Ernährung, Fitness, Wellness, Kuren und präventive Maßnahmen, Beratung und praktische Hilfen. Es besteht außerdem die Möglichkeit, die persönlichen Gesundheitswerte, wie z.B. Körperfett, Blutdruck und Sehschärfe kostenlos testen zu lassen.

Zur wohl häufigsten Volkskrankheit, den Herz-Kreislaufkrankungen, gibt Ihnen gern die Selbsthilfegruppe Metabolisches Syndrom aus Halle vom 10. Bis 12. Mai Auskunft, Hilfestellungen und Ratschläge.

Das metabolische Syndrom (oft auch als tödliches Quartett bezeichnet) wird heute als der entscheidende Risikofaktor für koronare Herzerkrankungen angesehen. Voraussetzung für das Vorhandensein des metabolischen Syndroms ist das Vorliegen einer bauchbetonten Adipositas (Fettleibigkeit). Kommen noch die Risikofaktoren Diabetes, Fettstoffwechselstörungen und Bluthochdruck hinzu, spricht man vom Metabolischen Syndrom. Das Gefährliche: Jede Krankheit für sich stellt schon ein Risiko für schwere Gefäßerkrankungen dar - treten diese jedoch in Kombination auf, verstärken sie sich. Meist sind es die über 60-Jährigen, die ein Metabolisches Syndrom entwickeln. Besorgnis erregend ist allerdings, dass zunehmend auch Kinder und Jugendliche ein derartiges Krankheitsbild zeigen.

Unterstützung am Beratungsstand erhält die Selbsthilfegruppe Metabolisches Syndrom von Zeolith-Zentrum Deutschland (Gotha) und ihrem Vitalstoffpartner Fairvital aus den Niederlanden, dessen Name buchstäblich Programm ist: faire Preise für hochwertige Vitalstoffe.

Die Marke Fairvital steht für natürliche Mikronährstoffpräparate in hochkonzentrierter und reinsten Form, die sich durch eine physiologisch ausgewogene Rezeptur, eine maximale Bioverfügbarkeit und höchste Qualität auszeichnen. Mehr als 100000 Stammkunden, darunter zahlreiche Mediziner und Verbraucher mit hohem Ernährungswissen, nutzen dies für ihre Gesundheit. Die niederländische Firma setzt die Mission der Fairvital-Vorgängermarken Vitamehr, welche vom zweifachen Nobelpreisträger Linus Pauling und dem Gerontologie-Professor Gerd Schumacher gegründet wurde, fort. „Jeder Mensch soll Zugang zu preisgünstigen, optimal dosierten Mikronährstoffen mit höchster Bioverfügbarkeit haben.“

Die Gesundheitstage einschließlich der Physio- bzw. Fitnesstests und der interessanten Vorträge können kostenlos von 9.00 bis 20.00 Uhr besucht werden.