

Medienmitteilung

Bern, 26. August 2013 / mk

Inselspital: Sportmedizin ausgebaut

Sport als aktive Prävention von Herz-Kreislaufkrankungen nutzen – dieses Ziel verfolgt die Abteilung für Kardiovaskuläre Prävention, Rehabilitation & Sportmedizin seit Juli intensiv. Freizeit- und Leistungssportler erhalten im Gegenzug Informationen zur Herzgesundheit.

Bewegungsbasierte Rehabilitation, Ernährungsberatung, Rauchstoppberatung und Psychologie sind die Komponenten, die Reha-Patienten nach Herz- und Gefäss-Erkrankungen in der Kardiologie des Inselspitals erfahren. Auch präventiv setzt die Abteilung für Kardiovaskuläre Prävention, Rehabilitation & Sportmedizin (KARE) bei Risikogruppen für Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf Bewegung: so gibt es bewegungstherapeutische Angebote für Diabetiker, Übergewichtige und Krebspatienten.

Förderung eines gesunden Lebensstils

Insgesamt nehmen derzeit über 1600 Patienten die Dienstleistungen der KARE in spezialisierten Sprechstunden (z.B. für Sportkardiologie) oder in Gruppenprogrammen wahr. Die 3-monatigen Rehabilitationsprogramme führen wissenschaftlich belegt zu weniger Folgeerkrankungen und senken die Gesamtsterblichkeit. So ist es das Vermächtnis des scheidenden KARE-Leiters Hugo Saner, dass Rehabilitation auch über das Inselspital hinaus heute als Teil einer umfassenden Patientenbehandlung gilt. Saner, der die Abteilung aufbaute, wird auch weiterhin in Forschung, Innovation und internationalen Kontakten für die KARE tätig sein.

Sport als Medizin

Den Fokus auf Sport als Mittel zur Gesundheitsförderung will Matthias Wilhelm, neuer Leiter ab September, als gelernter Kardiologe und Sportmediziner noch ausbauen.

„Die Sportmedizin passt deswegen zu unserem Angebot als Universitätsspital, weil sie den drei Schwerpunkten des Inselspitals, kardiovaskuläre Erkrankungen, neurovaskuläre Erkrankungen und Onkologie gleichermaßen dient,“ so Wilhelm. „Man hat z.B. herausgefunden, dass Patienten mit einer Krebserkrankung durch regelmässige körperliche Aktivität eine Chemotherapie besser ertragen und ihr Risiko für Folge-Herzkrankungen minimieren können.“ Darüber hinaus nimmt die Erforschung verschiedener Trainingsformen in diesen Patientengruppen einen wichtigen Platz ein.

„Nach einem Krebs, Herzinfarkt oder Hirnschlag kann der Arzt eine gewisse sportliche Betätigung also regelrecht verschreiben wie er es mit einem Medikament tun würde,“ fasst Wilhelm zusammen. Das Wissen um die gesunden Eigenschaften von Sport ist Thema der Fachärzterveranstaltung „Exercise is Medicine“ vom 5. September (siehe Flyer). Ausserdem fliesst es in Beratungs- und Testangebote der KARE für Breiten- und Spitzensportler ein, wenn es etwa darum geht das gesunde Maß zu finden.

[Sportler beim Belastungstest](#) / [Matthias Wilhelm](#) (Fotos: Kreation Foto & Grafik, Inselspital)

[Flyer „Exercise is Medicine“](#), Symposium vom 5. September 2013, Auditorium Langhans, Inselspital.

Weitere Auskünfte für Medienschaffende:

Prof. Dr.med. Hugo Saner, Leiter Abteilung KARE bis 31. August, 031 632 89 71

Dr.med. Matthias Wilhelm, Leiter Abteilung KARE ab 1. September, 031 632 21 11 (Zentrale verbindet)

Inselspital, Direktionspräsidium, CH-3010 Bern

Fachstelle Kommunikation und Medien, Mediendienst, Telefon +41 (0)31 632 05 81, Mobile +41 (0)79 535 16 17, monika.kugemann[at]insel.ch, www.insel.ch/de/medien/