



# Gesundheitstage Reha-Zentrum Brüderlin Göppingen

## Wenn's Herz stolpert

Vortragsreihe vom 23. bis 26. März

Vom 23. bis 26. März finden die 2. Gesundheitstage im Reha-Zentrum Brüderlin statt. Experten verschiedener Fachrichtungen informieren über Herz-Kreislauf- und Gefäßkrankungen.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind in Europa Todesursache Nummer eins. Gefäßkrankungen beeinträchtigen das Leben der Betroffenen. Die Vortragsreihe widmet sich nicht nur der Vorbeugung, sondern auch „dem Leben danach“. Für viele Menschen kommt er scheinbar völlig überraschend: Der Herzinfarkt. Doch häufig hat er sich schon vorher angekündigt. Viele übersehen oder ignorieren die Warnzeichen: Heftiger Druck im Brustkorb, starkes Enggefühl und Luftnot, ausstrahlender Schmerz in den linken Arm, Bauch, Unterkiefer oder Magengegend, kalter Schweiß und schwacher Puls sind die häufigsten Symptome für einen akuten Infarkt – zumindest bei Männern.

Bei Frauen treten häufiger uncharakteristische Beschwerden wie Schmerzen im Oberbauch, Übelkeit und Erbrechen, Atemnot und Rückenschmerzen auf. Wichtig: Bei Verdacht auf einen Herzinfarkt muss unverzüglich gehandelt werden, denn jede Minute zählt. Nur so lassen sich schwere Folgegeschäden oder sogar der Tod verhindern.

Verschiedene Methoden erlauben die Einschätzung des in-



Uli, Christa und Michael Brüderlin organisieren die Gesundheitstage.

dividuellen Risikos – so zum Beispiel die internationale Studie „Interheart“. Diese hat die neun wichtigsten Risikofaktoren untersucht: Rauchen, ungünstige Blutfettwerte, Bluthochdruck, Diabetes mellitus, viel Bauchfett, obst- und gemüsesarme Ernährungsweise, Bewegungsarmut, hoher Alkoholkonsum und Stress. Wer diese leicht messbaren Werte kennt, kann sie positiv beeinflussen und so dem Infarkt vorbeugen. Bewegung spielt in diesem Zusammenhang eine zentrale Rolle, wie die Experten vom Reha-Zentrum Brüderlin aufzeigen werden.

Selbst wenn ein Herzinfarkt

überlebt wird, handelt es sich um einen tiefen Einschnitt, nach dem eine Änderung der Lebensgewohnheiten unumgänglich ist.

Aber nicht nur die Herzkranzgefäße können krank sein. Kopf, Bauch, Beine sind ebenfalls Orte, an denen Gefäße geschädigt sein können. Deshalb widmen sich die Gesundheitstage auch diesem Thema. So kann zum Beispiel bei Verengungen an den Bein-gefäßen durch intensives Training in vielen Fällen eine unbeschränkte Gehstrecke erreicht werden – dabei kann die Physiotherapie entscheidende Hilfe leisten.

### GESUNDHEITSTAGE VOM 23. BIS 26. MÄRZ

**Montag, 23. März:** „Das Schicksal schlägt zu – der Herzinfarkt aus heiterem Himmel“ Vortrag von Professor Stephen Schröder, Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Pneumologie und Angiologie an der Klinik am Eichert.  
**Dienstag, 24. März:** „Zurück ins tägliche Leben – wie geht das?“ Vortrag von Physiotherapeut Uli Brüderlin und Diätassistentin Sandra Müller. „Fragen Sie Ihren Arzt und

Apotheker“ Diskussion mit Internistin Dr. Stefanie Matthes und Apotheker Axel Eißer.  
**Mittwoch, 25. März:** „Einmal Patient, immer Patient? Was muss ich im Alltag beachten?“ Kardiologe Dr. Bernhard Enzinger. „Gesundes Herz durch gezieltes Training“; Physiotherapeut und Sportphysiotherapeut Uli Brüderlin.  
**Donnerstag, 26. März:** „Nicht nur die Herzkranzgefäße können krank sein. Kopf,

Bauch, Beine...“ Dr. Peter Richter, Chefarzt der Gefäßchirurgie an der Klinik am Eichert.  
„Gefäßkrankungen – was leistet die Physiotherapie?“ Physiotherapeut Matthias Zeller vom Reha-Zentrum Brüderlin.  
Die Vortragsveranstaltungen beginnen jeweils um 19 Uhr. Der Eintritt ist frei – es wird jedoch um telefonische Voranmeldung unter ☎ (07161) 71311 gebeten.



### Unser Trainingsangebot

- modernste Test- und Trainingssysteme
- permanente Betreuung
- qualifiziertes Fachpersonal

ab 6,70€  
pro Einheit

**Machen Sie sich persönlich ein Bild von uns - wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

- Sie bezahlen nur, wenn Sie trainieren
- keine Vertragsbindung
- keine Mitgliedsgebühr

Ulrichstraße 21 • 73033 Göppingen  
Fon: 07161 / 71311 • Fax: 07161 / 71488  
kontakt@bruederlin.de • bruederlin.de

REHA  
ZENTRUM  
**BRÜDERLIN**

Der gesunde Weg ist unser Ziel!

Gittler

Obst & Gemüse

Inh. Sabine Müller-Gittler  
Spitalstr. 7 • Göppingen • Tel. 9569000



Blutdruckmessgeräte kauft man beim Fachmann!

**z. B. Visomat Comfort eco**

(Oberarm) statt 44,50 € nur 33,95 €

Speziell auf Ihren Bedarf zugeschnitten:

Individuelle Vitalstoffmischung ab 39,95 €

Einladung zum Vortrag:

„Schlüssel-Salze für die Haus-Apothek“

Montag 16.3., 19.00 Uhr: Gr. Saal der

Kreissparkasse, Marktstr. 2, Eintritt frei.

**MARKT & APOTHEKE**

„Neu Gesundheit ist unser Ziel“

Apotheker Axel Eißer

Marktstr. 25 Tel. (07161) 961250

Unser Arznei-Liefer-Service

ist kostenlos! Rufen Sie einfach an.

Wir bringen's meist am gleichen Tag.

### ERGOTHERAPIE

motorisch funktionelle Behandlung  
sensomotorisch - perzeptive Behandlung  
psychosoziale Behandlung  
Himlleistungstraining  
kurzfristige Termine verfügbar  
Hausbesuche möglich

Ulrichstraße 21  
73033 Göppingen  
07161 / 71311 • bruederlin.de

Christine Schröder  
staatl. anerkannte Ergotherapeutin

REHA  
ZENTRUM  
**BRÜDERLIN** professionelles Herz -  
Kreislauf Training

„Ergo-check“ Eingangstest zur Bestimmung Ihrer individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit mittels modernster Computersoftware unter ständiger Aufsicht von Diplom-sportwissenschaftlern

von vielen  
Krankenkassen  
bezuschusst!

• individuelles Trainingsprogramm (18 Einheiten) mit chipkartengesteuertem, pulskontrolliertem Ausdauertraining zur Vermeidung von Über- und Unterforderung

• Abschlusstest und weiterführende Trainingsempfehlungen

Ulrichstraße 21 • 73033 Göppingen • Fon: 07161 / 71311 • Fax: 07161 / 71488 • bruederlin.de

**AKTIVSTRÜMPFE**  
- trainingsunterstützend und leistungsfördernd  
- für „frische Beine“ beim und nach dem Sport

**BAUERFEIND**



**hartlieb** die Vitalen

Sanitätshaus Göppingen  
Hauptstr. 25 • 73033 Göppingen • Tel.: 07161 96443-0 • www.hartlieb.de

Sandra Müller  
staatl. geprüfte Diätassistentin

**Diät- und Ernährungsberatung**

REHA  
ZENTRUM  
**BRÜDERLIN**

Ulrichstraße 21

73033 Göppingen

Tel. 07161 / 71311

Mobil 0160 / 775 10 12

**DIÄTTHERAPIE BEI:**

- Laktose- / Fructoseintoleranz
- Metabolisches Syndrom
- Adipositas
- Diabetes
- Zöliakie
- Gicht

**PRÄVENTIONSKURS**

ICH nehme ab

- Termine nach Absprache
- Teilkostenersatzung durch Krankenkassen



Unsere Inserenten wünschen allen Besuchern der **Gesundheitstage Brüderlin** in Göppingen informative Stunden.



## Werben im Themenumfeld

Fachbezogene redaktionelle Beiträge und gezielte Anzeigenangebote verleihen den Sonderseiten und Sonderbeilagen der NWZ einen hohen Informationswert.

Inserenten haben die Möglichkeit, ihren Kundenkreis gezielt anzusprechen.

Im Laufe des Jahres bietet die NWZ mit einem umfangreichen Themenkatalog ein werbewirksames Umfeld für gezielte Angebote von Handel, Handwerk und Gewerbe.

Bitte informieren Sie sich!

**Abteilung Sonderveröffentlichungen:**

**NWZ: Tel. (07161) 204 - 207 Fax 204-105**



täglich mehr vom Leben