

Tests und Therapien

Aufklärung und Vorbeugung am Gesundheitstag

„Leider“ – so bewertet Simone Weber den Umstand, dass unter den Migränekranken 90 Prozent Frauen und „nur“ zehn Prozent Männer sind. Nicht dass sie mehr Männern dieses Leiden an den Hals wünscht, aber vielleicht würde dann das vermeintlich typisch weibliche Krankheitsbild, das arbeitsunfähig machen kann, ein wenig ernster genommen. Was man als Betroffener dagegen tun kann, versucht sie mit Informationsmaterial zu erläutern, gibt Ernährungstipps („Rotwein, Käse, Schokolade können Migräne auslösen“), schlägt Entspannungstechniken vor und verweist auf ein Medikament, das schnell wirkt und die Patientin nicht „alltagsuntauglich“ macht. Dann händigt sie auf Wunsch den persönlichen Migränepass aus.

Gesundheitstag im Landtag. Ende September stehen einen ganzen Tag Aufklärung und Vorbeugung für Abgeordnete und Beschäftigte auf dem Programm. Und das Präsidium geht mit gutem Beispiel voran. Landtagspräsidentin Regina van Dinther und die Vizepräsidenten Edgar Moron, Dr. Michael Vesper und Angela Freimuth lassen sich gegen Influenza impfen. Wenn in der kalten und feuchten Jahreszeit die grassierende Grippe Lücken in die Reihen der Abgeordneten reißen sollte – das ganze Präsidium ist immun und kann vom allgemeinen Zipperlein unangefochten die Landtagssitzungen leiten. Und in voller Aufmerksamkeit, der nicht der leiseste Zwischenruf entgeht: Vizepräsidentin Freimuth besteht, angeleitet von Sabine Bellut, mit Bravour den Hörtest.

Nebenan sitzt Edgar Moron auf dem Fitness-Rad und strampelt sich unter den Augen von Melanie

Schulte ab. Hier geht es um körperliche Bewegung – bestes Mittel für ein gesundes Herz und einen funktionierenden Kreislauf. Trotz aller Anstrengung: Der Vizepräsident ist zu einem Scherz aufgelegt. Als ein Pulk von Journalisten – nach landläufiger Meinung nicht eben bekannt für eine gesunde Lebensführung – vorbeikommt, ruft ihnen Moron zu: „Das sind alles Risikopatienten!“ Das möchten die Angesprochenen nicht auf sich sitzen lassen: „Die Landespolitik ist der Risikofaktor“, zahlen sie lachend mit gleicher Münze heim.

Schräg gegenüber bemühen sich Bettina Jonas und Markus Schmidt, über die Schädlichkeit des Rauchens aufzuklären und die Menschen fürs Nichtraucherprogramm zu gewinnen. Wer aufhören will, sollte ein Nichtrauchertagebuch führen, raten sie. Möglichst sechs und mindestens drei Tage lang vor jeder Zigarette Tag, Uhrzeit und Situa-

tion im Tagebuch vermerken und das Protokoll dann mit dem Rauchentwöhnungsberater besprechen. Unterstützung bietet ein Pflaster, das nach und nach die benötigte Nikotinmenge reduziert und Entzugserscheinungen vermeiden soll.

Um die persönliche gesundheitliche Situation einschätzen zu können, wird in einem kleinen Sitzungssaal die Messung von Blutdruck, Cholesterin und Körperfettstärke durchgeführt. Diese Werte geben Aufschluss über das individuelle Risiko, an Herz- und Kreislaufleiden zu erkranken. Federführend ist das Institut für Arbeits- und Sozialhygiene Stiftung (IAS). Sandra Ernst, arbeitsmedizinische Assistentin, legt hinter dem Wandschirm die Oberarmmanschette an, um den Blutdruck zu ermitteln.

Alles in allem: Der Gesundheitstag im Landtag war ein voller Erfolg. Das Angebot zur Gripeschutzimpfung wurde gern ange-

nommen. Der Tag bot den Abgeordneten und Beschäftigten nicht nur Gelegenheit, sich über ihren eigenen körperlichen Status klar zu werden und den Wert von rechtzeitiger Vorbeugung zu erkennen. Hier fanden sich auch konkrete Angebote, was zum Beispiel gegen Nikotinsucht oder quälenden chronischen Kopfschmerz getan werden kann. Dass auch gesundes Hören Voraussetzung für Kommunikation und Verstehen ist, erschien dann im Haus des politischen Gesprächs, dem Landtag, wie eine Binsenweisheit. JK

Achtung, gleich piekst es – Vizepräsident Edgar Moron macht (noch) gute Miene angesichts der Nadel, die gleich seinen Oberarm ritzt. Für den Gripeschutz sorgt Dr. med. Henriette Bresser-Morzinck (r.) von der IAS Stiftung.



Radeln für einen guten Zweck, nämlich die eigene Gesundheit: Landtagspräsidentin Regina van Dinther (2.v.l.) beim Test, assistiert von Vizepräsidentin Angela Freimuth (l.), Vizepräsident Dr. Michael Vesper (2.v.r.) und Melanie Schulte (r.) von der Bay-Rad-Initiative eines Leverkusener Medikamentherstellers.

Fotos: Schälte