

GESUNDHEITSTAGE IM SOPHIENHOF

Der Sophienhof lädt ein:

Eine rundum gesunde Aktion – vom 27. Mai bis 1. Juni

Osteoporose, Infarkt, Diabetes, gesunde Ernährung sowie Fitness und Wellness, u. v. m.: An etwa 30 Ständen gibt es im Einkaufszentrum im Sophienblatt 20 reichlich Information und kompetente Beratung rund um die Gesundheit für Jung und Alt. Institutionen wie die Universitätsklinik Kiel, das Gesundheitsamt und Selbsthilfegruppen, aber auch Sozialverbände und Hersteller von hochwertigen Gesundheitsprodukten sind dabei und bieten eine Woche lang umfangreiche Dienstleistungen, Hilfestellungen und Ratschläge an.

Auch Politiker unterstützen diese gerade in der heutigen Zeit so wichtige Aufklärungsarbeit in der Bevölkerung, wie Sozialdezernent Adolf-Martin Möller. Er hat die Schirmherrschaft der Gesundheitstage im Sophienhof Kiel übernommen und wird zusammen mit Center-Manager Hans-Jürgen Ebel am 27. Mai um 13 Uhr diese eröffnen. In einem umfangreichen Rahmenprogramm mit Fachvorträgen, Mitmach-Aktionen und Showeinlagen ist für jeden Geschmack etwas dabei. Und vom Hörtest über Blutdruckmessung bis hin zur Blutfett- und Venenfunktions-Analyse: Die Besucher können kostenfrei diverse Dienstleistungen nutzen.

So bietet die Kriwat GmbH eine individuelle orthopädisch-schuhtechnische Beratung mit computergestützter Analyse der Fußformen oder möglicher -fehlstellungen an. Die im Hause Kriwat entwickelte Software ermittelt unter orthopädischen Gesichtspunkten den passenden Laufschuh und die dazugehörige optimale Einlage. Die Erkenntnisse der software-unterstützten Beratung beruhen auf mehreren tausend Messungen im eigenen Bewegungsstudio. Die Vermessung der Körperachsen beim Joggen, Laufen oder

Walken für aktive Freizeit- und Leistungssportler steht dabei im Vordergrund, um kleinste Abweichungen in der Anatomie feststellen zu können. Oder wie wärs mit einem von der Drogerie Rossmann angebotenen Vitamin-Getränk für zwischendurch? Die Rossmann-Qualitätsmarke „Bleib gesund“ (Traubenzucker, Fruchteriegel, Müsli) gibt nicht nur das Motto vor, sie steht gemeinsam mit den Marken „Alta-pharma“ (Vitamin Lutschtabletten, Gesundheitstees, Nahrungsergänzung) und „Periodent“ (Zahnpflege) im Mittelpunkt der Rossmann-Beteiligung an den Gesundheitstagen. Geschulte Mitarbeiterinnen werden diese Produkte vorstellen und ihre Vorzüge erläutern.

Die Augen jucken und tränen, die Nase läuft und man fühlt sich ständig krank und nicht leistungsfähig. Etwa jeder fünfte leidet an einer Allergie. Hexal hat mit milbiol ein natürlich wirkendes Produkt auf den Markt gebracht, das den Hausstaubmilben den Kampf ansagt. Die Zunahme von Allergien betrachten Mediziner mit großer Sorge. Ist erst einmal eine Allergie ausgebildet, ist eine medikamentöse Therapie mit sogenannten Antihistaminika oder sogar mit Kortisoidspray oft unabweichlich. Allergiker sollten möglichst den Kontakt zu dem allergieauslösenden Stoff, dem Allergen, vermeiden, was im Falle einer Hausstauballergie oft schwer möglich ist. Regelmäßiges Lüften als Grundvoraussetzung reicht häufig nicht aus, um die mikroskopisch kleinen Spinnentiere z. B. aus der Matratze zu verjagen. Mit milbiol gelingt die Zerstörung der Milben auf natürliche Weise. Die verschiedenen Wirkstoffe entziehen ihnen die Nahrungsgrundlage und stören ihre Entwicklung. Einfach auf die Matratze aufsprühen und kurz trocknen lassen – fertig!

Während der Gesundheitstage sind Kieler Frauen- und Mädcheneinrichtungen mit einem Stand vertreten und informieren über folgende Aktivitäten: Montag: Frauentreff „E8-o-E8“; Mittwoch: Therapeutische Wohngruppe „Lotta e. V.“ und Autonomes Mädchenhaus; Samstag: „donna clara e. V.“ zum Thema Suchtberatungs- und Behandlungsstelle, u. v. m.

Des Weiteren geben Ärzte und Vertreter der Krankenpflege des Universitätsklinikums Kiel einen Einblick in die Diagnostik und Behandlung weit verbreiteter Leiden.

Aktuelle Gesundheitsthemen werden dargestellt wie „Ist mein Auge gesund?“, „Krampfadem“, „Sonnenhautschutz“, „Moderne Schlaganfallbehandlung“, „Depressionen“ sowie die urologischen Themen Inkontinenz und Impotenz.

Und auch für Schulabgänger und Ausbildungsplatzsuchende haben die Gesundheitstage Interessantes zu bieten: Am Mittwoch, Donnerstag und Samstag informieren Fachschulen über die Ausbildung in Gesundheitsberufen. Für Abwechslung sorgt eine Tombola, die zum Mitmachen und Gewinnen einlädt. (urw)

Kieler Nachrichten vom 28. Mai 2002

Einkaufscenter Sophienhof wird zum gesunden Pflaster

Es kommt nur vergleichsweise selten vor, dass man direkt beim Einkaufen im Sophienhof auch gleich die „Sauerstoffaufnahme-fähigkeit des Blutes“ überprüfen lassen kann. Wer will, kann aber auch seinen Blutdruck oder Blutzucker checken lassen. Noch bis zum 1. Juni veranstaltet der Sophienhof in Zusammenarbeit mit der Agentur VIMA die ersten Gesundheitstage im Einkaufscenter. Rund 30 Anbieter informieren über Schwangerschaft, verschiedene Sportarten oder Krankheitsbilder und machen praktische Tests zur Vorsorge. Unter den Anbietern sind neben dem Hebammenverband Schleswig-Holstein, dem Uniklinikum, KI-BIS-Kiel und der Sophien Hof Apotheke diverse andere Spezialisten rund um das große und ganze Thema Gesundheit und Fitness. Wobei das Blutdruckmessen und das Checken anderer Werte bisher bei den Sophienhof-Einkäufern besonders hoch im Kurs standen. Für hartnäckige Fitness-Freaks empfiehlt sich der so genannte Gesundheitsparcours, bei dem von Hörproblemen über diverse Messungen bis zu Informationen über Blasenschwäche keine Fragen offen bleiben sollten. Auf dem Programm stehen außerdem Vorträge und ganz praktische Vorführungen. Dazu gehören auch Tanz und Gesang, denn auch die richtige Atemtechnik und wie auch immer praktizierte Bewegung gehören zu den ausgesprochenen Fit-Haltern. Die Schirmherrschaft der Veran-



Muss er sich künftig mit Brottrunk stärken? Sozialdezernent Adolf-Martin Möller ließ sein Blut bei den Gesundheitstagen im Sophienhof auf dessen Sauerstoff-Aufnahmefähigkeit testen. Foto JKK

staltung hat Sozialdezernent Adolf-Martin Möller, der gestern schon mal einen Rundgang machte. Wobei er es sich nicht nehmen ließ, die Sauerstoff-Aufnahmefähigkeit seines Blutes zu testen. Die lässt sich nach Aussage der Brottrunk-Anbieter auf den Gesundheitstagen mit Brottrunk deutlich verbessern. PM

Kieler Nachrichten vom 23. Mai 2002

Gesundheitstage im Sophienhof

„Ist mein Blutdruck zu hoch?“ oder: „Wie erfülle ich mir den lang gehegten Kinderwunsch?“ Das sind nur einige der Fragen, die auf den Gesundheitstagen im Sophienhof vom 27. Mai bis 1. Juni von Fachleuten vor Ort beantwortet werden. An rund 35 Messeständen werden Gesundheitsamt, Selbsthilfegruppen, Ärzte, Apotheker und Ernährungsspezialisten den Besuchern erzählen können, wie sie sich fit und gesund halten. Wer möchte, kann sich im Messe-Fitnesscenter unter fachkundiger Anleitung abstrampeln oder fit stemmen oder in der Wassermassagekammer verwöhnen lassen. Auf 60 Quadratmetern wird eine so genannte „Rückenstraße“ eingerichtet, auf der Geplagte etwas gegen ihre Beschwerden tun können. Außerdem sind an jedem Tag besondere Aktionen zu gesundheitlichen Themen geplant. Die Gesundheitstage, die in über 40 Städten angeboten werden, beginnen jeweils um 10 und enden um 20 Uhr. Täglich werden rund 20 000 Besucher erwartet. PM