

Bad Schlema vollbringt Gesundheitswunder

Kurgesellschaft Schlema mbH bietet Gesundheits- und Wohlfühllose vor der Haustür



Die gute Laune und der Spaß beim „Planschen“ im Gesundheitsbad ist den Badenixen förmlich ins Gesicht geschrieben. Foto: Kurgesellschaft

Bad Schlema. „Warum in die Ferne schweifen, wenn die Gesundheit liegt so nah?“ Die Abwandlung dieses geflügelten Wortes gilt seit Jahren für Bad Schlema. Dennoch erhebt sich die Frage: Wissen die Erzgebirger überhaupt, welcher wertvolle Gesundheitsbrunnen sprichwörtlich vor ihrer Haustür existiert? Dr. Kathrin Bösecke Spapens - seit 1. März Geschäftsführerin der Kurgesellschaft Schlema mbH – betont: „Als Gesundheitskompetenzzentrum verfügen wir über ein breites Angebot in den Bereichen Gesundheit, Wellness, Therapie und Erholung. Es wäre viel zu eng gefasst, wollten wir uns ausschließlich als kompetenter Partner in allen Fragen rund um das Thema „Radontherapie“ verstehen.“ Große oder kleine Besucher der Kurbadgemeinde finden hier individuelle Möglichkeiten des Relaxens und ein Tag ist viel zu kurz, um alle Formen des Entspannens zu erforschen. Im Gesundheitsbad Actinon beispielsweise kann der Erholungssuchende die vielfältigen Wasserattraktionen genießen, an der Wassergymnastik teilnehmen oder einfach nur ruhig in den Therapiebecken verweilen. Die Saunalandschaft mit acht Saunen und verschiedenen Aufgüssen lässt gleichfalls keine Wünsche offen. Dass hier gesunde Drinks und im Bad-Bistro leckere Bissen gegen den kleinen Hunger gereicht werden, vervollkommen diesen Erlebnisbereich. In der Wellnessoase des Actinons muten die Wohlfühl-Anwendungen im stillvollen Ambiente international an und sie sind es auch. Sie entführen den Gast nach Hawaii, Bali, Tibet, Indien, Afrika oder in den Orient. Das Therapiezentrum behandelt vorrangig orthopädische Beschwerden, Beschwerden des rheumatischen Formenkreises, postchirurgische Be-

schwerden und fehlende Heilungsprozesse in der Haut. Wer von Bad Schlema spricht, denkt besonders an die Radontherapie. Ihre schmerzlinde Wirkung bei Erkrankungen des Bewegungsapparates ist längst durch wissenschaftliche Studien bewiesen worden. Beeindruckend ist, wie die Rheumaliga Aue-Schwarzenberg mit ihren 115 Mitgliedern die „Kuren vor der Haustür“ beschreiben. Sie sind für die Rheuma-Patienten enorm wichtig, um regelmäßig etwas Linderung zu erfahren und gestärkt in den Alltag zu starten. Wir nutzen die Radontherapie in Bad Schlema regelmäßig, da sie nur an wenigen Orten in Deutschland überhaupt angeboten wird. Ob Radonbad, Radontrockengasbad oder Zwei- oder Vierzellenbad mit Radonwasser; wer sie vom behandelnden Arzt oder von der Kurärztin verschrieben bekommt oder

als Selbstzahler nutzt, wird schon bald erfreut feststellen: Radonbäder vollbringen wahre Wunder. Übrigens, Rollstuhlfahrer erreichen das Therapiezentrum barrierefrei und eine Radonwanne mit Wannenlift ist gleichfalls vorhanden. Der irische Dramatiker Oscar Wilde sagte einmal: Gesundheit ist die erste Pflicht im Leben. Sicherlich meinte er auch, dass jeder Mensch eine Verantwortung für seine Wohlfühlbeden hat. Zirkas 145 Mitarbeiter der Kurgesellschaft Schlema mbH sorgen dafür, dass sich die Gäste aus nah und fern in Bad Schlema wohlfühlen. Gesundheit, Wellness, Therapie und Erholung bilden dabei eine Einheit. Wer bis dato von den einzigartigen Möglichkeiten quasi gleich vor der eigenen Haustür nichts oder zu wenig wusste, sollte schnellstens die Kurbadgemeinde für sich er-

hjs

ANZEIGE

INTERVIEW

Zur Sache, Frau Ministerin

Twitter-Interview mit Gesundheitsministerin Barbara Klepsch

Von Sven Günther
Dresden. Lange Reden, gefeilte Formulierungen, ausgewogene Analysen. Politiker lieben die Ausführlichkeit – und wundern sich, dass die Generation Klick ihnen nicht mehr folgen will. Was wäre, wenn auch Minister, Gewählte & Co. nur 140 Twitterzeichen zur Verfügung hätten? Sachsens Gesundheitsministerin Barbara Klepsch (CDU) wagt das Experiment. Lesen Sie das erste Twitterinterview mit ihr.

Wie lautet Ihre Diagnose zum sächsischen Gesundheitssystem? Es ist gesund. Und wir tun viel dafür, dass es auch gesund bleibt. Das geht nur mit Partnern wie unseren Ärzten, Pflegern und Krankenhäusern

Was tun Sie dafür?

Der Staat fördert z.B. Krankenhäuser und Telemedizin. Hat aber nicht auf alles Einfluss. Stichwort Selbstverwaltung des Gesundheitswesens



Barbara Klepsch, Sächsische Staatsministerin für Soziales und Verbraucherschutz. Foto: Jürgen Lösel

Problem 1: Die Notaufnahmen der Krankenhäuser sind durch Nicht-Notfall-Patienten überlastet. Dagegen hilft?

Verantwortung! Rettungsdienst und Notaufnahmen sind nur für lebensbedrohliche und schwere

Fälle da. Das sollte jeder Patient bedenken.

Was, wenn man einen Arzt trotzdem schnell braucht? Wenn keine Sprechstunden sind (19 bis 7 Uhr, Wochenende) die 116 117 anrufen. Arztvermittlung durch den Kassenärztlichen Bereitschaftsdienst

Problem 2: Bei den sächsischen Hausärzten sind 26 Prozent 60 Jahre oder älter: Ihr Rezept? Stipendien, die Mediziner früh an eine Landarztstätigkeit binden! Mehr Weiterbildungsstellen in Krankenhäusern und Praxen in den Regionen.

Problem 3: Um einen Facharzt-Termin zu bekommen, dauert es oft Wochen. Haben Sie dagegen eine Therapie?

Die Terminservicestelle anrufen: 0341 23493733. Gesetzlich Versicherte mit dringlicher Überweisung bekommen zeitnah einen Facharzt-Termin.

Mehr Lebensqualität mit gesunden Faszien

Buch gibt alltagstauglichen Tipps und zeigt einfache Übungen aus dem Rollying

Unsere Körperhaltung wird größtenteils durch unsere Gewohnheiten und Erlebnisse, unsere innere Einstellung sowie äußere Faktoren bestimmt. Die genetische Veranlagung spielt nur bedingt eine Rolle. Bewegungsmangel, Schonhaltungen und einseitige Beanspruchung des Körpers wirken sich negativ auf die Faszien aus. Die Folgen sind Steifheit, chronische Verspannungen, Schmerzen in Rücken, Schultern und Nacken. Da aber unser Körper in jedem Alter formbar ist, können wir die Entwicklung auch wieder in eine positive Richtung lenken. Eine bewährte Methode zur Faszienebehandlung ist Rollying. Die erfahrene Rolling-Therapeutin Susanne Noll zeigt alltagstaugliche und effektiv, wie man durch eine neue Körperwahrnehmung und gesunde Faszien zu einer ge-

lösten, aufrechten Körperhaltung und geschmeidiger Beweglichkeit zurückfindet. Vielen körperlichen Beschwerden wird dadurch die Grundlage entzogen. Eine gesunde Haltung wirkt sich positiv auf unsere Psyche aus. Das Buch vertieft das Verständnis für den Körper. Wir lernen aufmerksam in uns hinein zu spüren, unvoreilhaftete Muster zu erkennen und mit einfachen Faszienerübungen gestünderte Haltungen zu finden. Susanne Noll ist zertifizierte Rollierin™ und Fascial-Fitness-Trainerin mit Praxis in München. Sie entdeckte Rollying aufgrund eigener körperlicher Beschwerden. Die Methode begeisterte sie derart, dass sie sich entschloss, ihre langjährige Karriere als Journalistin aufzugeben und stattdessen selbst zur Rollierin zu werden (www.rolling-susanne.noll.de).



Das Buch mit 184 Seiten und Klappebrochur hat die ISBN 978-3-95803-096-1 und ist am 3. Juli im Scorpio Verlag erschienen.

ANZEIGE

Wunderwerk Gelenke: Wo hohe Kräfte wirken, können Bandagen entlasten

Wer rastet, der rostet! Noch bevor die Wissenschaft erkannte, dass regelmäßige Bewegung die Muskeln, Knochen und Gelenke stärkt, waren unsere Urväter schon intuitiv zu dieser Erkenntnis gelangt.

Körperliche Aktivität hat viele positive Effekte: Mehr Muskelkraft entlastet die Gelenke, verbessert die Bewegungsabläufe und Koordination und beugt Fehlhaltungen vor. Bewegung aktiviert den Stoffwechsel, verbrennt

Kalorien, fördert das Immunsystem und die seelische Ausgeglichenheit. Es sind keine Höchstleistungen gefordert: Beim Einstieg in ein bewegtes Leben bieten der Arzt, der Physiotherapeut oder der Fitnesstrainer individuelle Unterstützung. Wer dabei die Gelenke unterstützen und stabilisieren möchte, sollte die medi Bandagen für sich entdecken. Sie sind für das Knie, den Rücken, das Sprunggelenk, den Ellenbogen und das Handgelenk erhältlich. Sanfte Unterstützung im Alltag geben

die medi Komfort-Bandagen in einem stillvollen, zeitlosen Design. Das anschlussfähige Komfort-Gestrick bietet eine wohltuende Kompression und sanfte Massage. Durch die integrierte Naturfaser aus Eukalyptus sind die Bandagen sehr sanft zur Haut, auch bei langem Tragen. Bei der Rückenbandage Lumbamed plus sorgen deuter angebrachte Handschlaufen und die verbesserte Elastizität des Gestricks für kinderleichtes Anlegen – bei voller kompressiver Wirkung und Stabilität. Surfipart: www.medi.de.

Täglich aktuelle Regionalnachrichten lesen Sie unter www.wochenendspiegel.de



Wohnen mit viel Service

Sie sind in einem Alter, in dem Sie schön wohnen und leben möchten, einiges unternehmen und so selbstständig wie möglich bleiben wollen.

Genau das können wir Ihnen in unserem Seniorenstift anbieten:

- 27 Appartements ca. 40-50 qm, davon 7 Doppel- und 21 Einzelappartements
- parkähnliche Anlage ca. 5000 qm
- Fahrstuhl
- Pflegedienst im Haus
- Hausnotruf

SENIORSTIFT ANTONSHÖHE

Telefon: 03774 1396-211 • www.ekhmbh.de

Schnell und flexibel jederzeit für Sie da

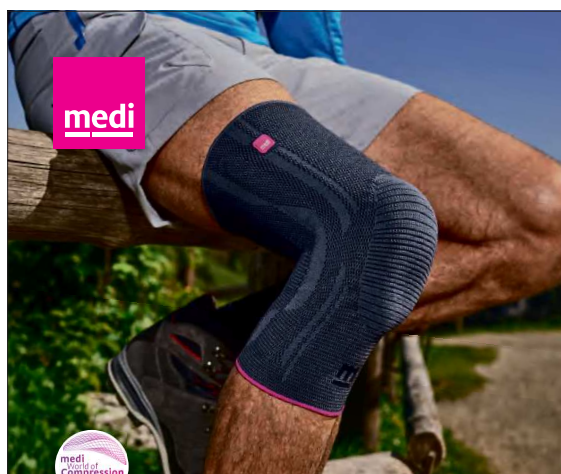
Wir stehen Ihnen in schwierigen Lebenssituationen helfend und beratend zur Seite.

Ambulanter Pflegedienst Tagespflege Antonshöhe

Bergstraße 6
08359 Breitenbrunn
OT Antonshöhe

SENIORSTIFT ANTONSHÖHE

Telefon: 03774 1396-211 • www.ekhmbh.de



medi Komfortbandagen – weil Aktivität Lebensfreude ist.

Sie möchten mehr zu den medi Bandagen erfahren?

Bei Ihrem medizinischen Fachhändler vor Ort, online unter medi.biz/komfort-bandagen oder per E-Mail an verbraucherservice@medi.de



Entdecken Sie Neues aus der medi World of Compression. www.medi.de/world-of-compression

medi. ich fühl mich besser.