

Mode oder Medizin?

GESUNDHEIT Die Faszien stehen im Mittelpunkt der nächsten Informationsveranstaltung am Zeitzer Klinikum. Worüber der Arzt sprechen wird.

VON ANGELIKA ANDRÄS

ZEITZ/MZ - Der medizinische Sonnabend im Georgius-Agricola-Klinikum befasst sich dieses Mal mit den Faszien, dem Bindegewebe. Faszien-Training und passende Gerätschaften dazu sind ja in aller Munde. Ist es also ein ernsthaftes medizinisches oder eher Modethema? Der promovierte Mediziner Alexander Fischer, Chefarzt der Abteilung für Physikalische und Rehabilitative Medizin und Bereichsleiter für Interdisziplinäre Schmerztherapie am Klinikum Burgenlandkreis wird am 11. November in Zeitz ganz sicher auf den medizinischen Aspekt eingehen. Aber damit beantwortet sich zugleich die Frage nach Sinn und Unsinn des zurzeit an jeder Ecke angebotenen Faszien-Trainings.

„Es vergeht kaum eine Woche, in der nicht in der Laien- und Fachpresse über Faszien berichtet wird“, sagt denn auch Alexander Fischer, „aus medizinischer Sicht gewinnen die Faszien tatsächlich zunehmend an Bedeutung und wir verstehen immer besser, welche komplexen Aufgaben die Faszien in unserem Körper



„Aus medizinischer Sicht gewinnen die Faszien zunehmend an Bedeutung.“

Alexander Fischer

Chefarzt

FOTO: KLINIKUM

haben.“ Und darum geht es dann auch, wenn es heißt „Faszien - die Bedeutung des Bindegewebes bei Schmerzen“.

Das heißt, im Vortrag wird auf die unterschiedlichen Aufgaben des Faszien-Systems im Körper eingegangen, ihre Bedeutung bei Schmerzen und Möglichkeiten, positiv einzuwirken. Der Mediziner wird erklären, was Faszien überhaupt sind und welche Aufgaben ihnen allgemein zukommen. Liegt nämlich eine Faszienstörung vor, könne sich dies „durch unspezifische Schmerzen im Rücken oder Nacken oder bei diversen Belastungen“ bemerkbar machen, so Fischer. Und bei sogenannten Verfilzungen im Bindegewebe schränke sich auch die Beweglichkeit ein. Das ist allerdings nicht nur ein Problem älterer Menschen, die dann zunehmend Angst haben, zu stürzen. Ein wichtiger Faktor, der Einfluss auf das Bindegewebe hat, ist nämlich Stress. „Man muss sich also auch bewusst machen, dass man in einem Hamsterrad ist. Hat man das erkannt, geht es darum zu schauen, was sich ändern lässt“, erklärt der Fischer. Er wird deshalb nicht nur auf Behand-

lungsmöglichkeiten eingehen, sondern auch darauf, was dem Faszien-Gewebe generell guttut. Und da kommen Faktoren wie Ernährung und ausreichend Bewegung natürlich wieder ins Spiel. Es gibt natürlich verschiedene Behandlungsmöglichkeiten durch Ärzte und Therapeuten, aber auch zahlreiche Übungen, die man tatsächlich allein durchführen kann. Das Thema Faszien-Training ist auch in Präventionskursen zunehmend stärker vertreten. Alexander Fischer hat sich diesem Thema bereits in der Informationsveranstaltung im Saale-Unstrut-Klinikum Naumburg, wo er auch tätig ist und das zusammen mit dem Zeitzer Klinikum zur Klinikum Burgenlandkreis GmbH gehört, zugewandt. Mit riesiger Resonanz. Deshalb soll die Veranstaltung auch in Zeitz noch einmal stattfinden. Sie ist öffentlich, man muss sich nicht anmelden, es kostet keinen Eintritt und Fragen zum Thema sind wie immer beim medizinischen Sonnabend willkommen.

» Medizinischer Sonnabend, Veranstaltungsraum im Untergeschoss des Georgius-Agricola-Klinikums Zeitz, Samstag, 11. November, 10 Uhr