



11.10.2006 - 08:45 Uhr

World Arthritis Day 06: Der diesjährige Weltrheumatag steht ganz unter dem Motto "Bewegung"

Zürich (ots) -

Es gibt viele Gründe, weshalb Rheumabetroffene sich zu wenig bewegen, einer der Hauptgründe ist die Angst vor verstärkten Schmerzen und die irrtümliche Meinung, dass Bewegung den Gelenken noch mehr Schaden zufügen könnte.

Dieser Irrtum führt dazu, dass die geschonten Gelenke mehr und mehr Schaden nehmen, da sich der Knorpel nicht ernähren kann.

Wir möchten Betroffene motivieren, sich zu informieren und den Mut zu fassen, geeignete Sportarten auszuprobieren. Nordic Walking oder auch Wassergymnastik sind gelenkschonend und tragen dazu bei, das Wohlbefinden zu steigern.

Die Rheumaliga Schweiz vermittelt Wissen und bietet Unterstützung bei rheumatischen Erkrankungen. Die Rheumaliga Schweiz und die kantonalen Rheumaligen und Patientenorganisationen bieten passende Kurse für Rheumabetroffene an und zwar sowohl im Wasser, wie auch Trockenkurse. Broschüren informieren über die verschiedenen Krankheitsbilder, geben Anregungen für den täglichen Umgang mit der Krankheit sowie Tipps für eine wirkungsvolle Prävention. Hilfsmittel bieten gelenkschonende Alltagshilfen. Die 1958 gegründete Rheumaliga Schweiz vereinigt 21 kantonale und regionale Rheumaligen sowie vier nationale Patientenorganisationen. Das ZEWO-Gütesiegel zeichnet sie als gemeinnützige Organisation aus.

Kontakt:

Rheumaliga Schweiz
Josefstrasse 92
8005 Zürich
Tel.: +41/44/487'40'00
Fax: +41/44/487'40'19
E-Mail: info@rheumaliga.ch
Internet: www.rheumaliga.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000404/100517450> abgerufen werden.