

# Pressemitteilung

AZ: 0501

---

## **Bewegung ist die beste Prävention KGMV zum Tag der Rückengesundheit 2018**

Schwerin. Rückenschmerzen – wer kennt sie nicht? Viele Erwachsene sind davon hin und wieder, nicht wenige Menschen häufig geplagt. Am 15. März ist der „Tag der Rückengesundheit“ – in diesem Jahr steht er unter dem Motto „Rückenfit an frischer Luft“. „Rückenschmerzen vielfältigster Art und Ursache gehören zu den typische Leiden, die in den Krankenhäusern und Rehabilitationskliniken Mecklenburg-Vorpommerns behandelt werden. Der zum 17. mal ausgerichtete Aktionstag ist auch für uns Anlass, auf den Wert gesunder Bewegung hinzuweisen“, sagt der Geschäftsführer der Landeskrankenhausgesellschaft Wolfgang Gagzow.

Die Ärzte und Physiotherapeuten der Krankenhäuser im Nordosten motivieren ihre Patienten dazu, sich regelmäßig zu bewegen und bieten zum Teil auch Sport als Mittel der Therapie an.

Rückenschmerzen gehören zu den größten Volkskrankheiten. „Es gibt hier keine ‚typischen‘ Betroffenen. Menschen jeden Alters, aus allen Bevölkerungs- und Berufsgruppen leiden darunter“, sagt Gagzow. Er verweist auf eine aktuelle Umfrage der Aktion Gesunder Rücken, wonach 70 Prozent von 1.000 Befragten angaben, mindestens einmal im Monat unter Rückenschmerzen zu leiden. Rund zwei Drittel fühlten sich dadurch in der Lebensqualität eingeschränkt. Die Zahl der Krankenhausfälle wegen Rückenschmerzen ist in den Jahren von 2006 bis 2014 von 282.000 auf 415.000 angestiegen. Das belegte der Barmer GEK Report Krankenhaus 2015.

Wichtigste vorbeugende Maßnahme – das bestätigen auch Ärzte und Physiotherapeuten der Krankenhäuser und Rehakliniken in Mecklenburg-Vorpommern - ist ausreichend Bewegung. Und die könne man sich an frischer Luft jeden Tag sehr leicht verschaffen. „Tun Sie sich selbst etwas Gutes, – nicht nur am Tag der Rückengesundheit“, so der KGMV-Chef. Das sei nicht nur für den Rücken gut – und es mache auch gute Laune.

Initiiert und organisiert wird der Aktionstag von der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e. V. und dem Bundesverband deutscher Rückenschulen (BdR) e. V. Rund um den 15. März finden bundesweit zahlreiche Veranstaltungen, Workshops und Aktionen statt.

**Kontakt: Sabine Krüger**  
Tel.: 0385/48529-0; [info@kgmv.de](mailto:info@kgmv.de)