

3. EMDER GESUNDHEITSTAG

Wenn der Schiffsmotor nicht mehr mitläuft

VERANSTALTUNG Die gestrige Messe rund um das Thema Gesundheit war ein großer Erfolg

An vielen Ständen ging es um Vorsorge. Denn vor allem Männer würden ihren Körper für eine Maschine halten, sagte Oberbürgermeister Alwin Brinkmann.

VON ULRIKE BERTUS

EMDEN - Eigentlich sollte der 3. Emdener Gesundheitstag gestern erst um 11 Uhr beginnen: „Doch viele waren schon vorher in der Nordseehalle“, sagt Ernst Janssen, Inhaber vom Sanitätshaus Janssen, der mit seinem Stand und den dort ausgestellten Prothesen viele Neugierige anlockte. Als die Veranstaltung um 11 Uhr offiziell eröffnet wurde, drängten sich schon Hunderte Emdener um die Stände der Firmen und Vereine. Kaum noch ein Parkplatz draußen, in der Nordseehalle kein Durchkommen mehr.

„Gesundheit ist ein wichtiges Thema“, sagte Emdens Oberbürgermeister Alwin Brinkmann zur Eröffnung. „Man merkt erst, wie wertvoll sie ist, wenn sie plötzlich nicht mehr da ist“, sagte er gestern. „Gerade Männer halten ihren Körper für eine endlos laufende Maschine, einen Schiffsmotor, und gehen erst zum Arzt, wenn es gar nicht mehr geht.“ Der Gesundheitstag sei eine gute Möglichkeit, sich zu informieren. Vorab, ohne Stress. Und es gab für die Besucher viel zu entdecken: das Innere eines Krankenwagens, der Inhalt eines Erste-Hilfe-Koffers, Prothesen aus Carbon, orthopädische Matratzen, Informationen zu Vorsorgeuntersuchungen.

Das Beste an dem Gesundheitstag, sagte Organisator Frank Mälzer sei, „dass alle Beteiligten aus Emden kom-



Ernst Janssen zeigte am Stand seines Unternehmens, wie ausgefeilt Prothesen heute sind.

BILDER: BERTUS

men“, die Ansprechpartner auch nach der Messe noch vor Ort seien.

Auch vor der Halle drängten sich die Besucher. In einem Wagen des Deutschen Roten Kreuzes konnten Freiwillige Blut spenden, im Eingangsbereich der Halle wurden Vorträge gehalten. Jeder Zentimeter der Halle und des Geländes wurde genutzt. Deshalb hatte Organisator

Frank Mälzer auch einen großen Wunsch: „Für die vierte Auflage könnte die Halle größer werden.“ Denn die Messe sei „eine Erfolgsgeschichte“, die immer mehr Besucher anzieht – nicht nur aus Emden, auch aus dem Umkreis. Dabei war die Idee eher klein gestartet: „Eigentlich fing alles mit Vorträgen in der Volkshochschule an“, sagte Frank Mälzer: „Doch das mit

eher mäßigem Erfolg.“ Deshalb habe man das Konzept des Gesundheitstages entwickelt. Und das dann mit großem Erfolg. Wie hunderte Besucher gestern bezeugen konnten.

Ein Video und weitere Bilder zu diesem Thema gibt es im Internet unter: www.oz-online.de

„Eine gute Matratze hält acht Jahre“

Peter Barghorn informierte am Stand seines Unternehmens über den gesunden Schlaf.

OZ: Woran kann es liegen, wenn ich nicht gut schlafe?

PETER BARGHORN: Das kann unterschiedliche Ursache haben. Oft ist aber ein falsches Lattenrost die Ursache dafür.

OZ: Warum?

PETER BARGHORN: Beim Schlafen müssen die Hohlräume am Körper – also beispielsweise an der Taille – gut abgestützt und ausgefüllt sein. Ist das nicht der Fall, kann sich der Rücken nicht erholen.

OZ: Der Rücken?

PETER BARGHORN: Peter Barghorn erholen sich die Bandscheiben. Die Flüssigkeit, die zwischen den Knochen ist, regeneriert sich. Fehlt diese Regenerationsphase, kommt es zu Rückenschmerzen.

OZ: Und was kann ich dagegen tun?

PETER BARGHORN: Ich kann auf ein stabiles Lattenrost und eine gute Matratze achten. Beides sollte regelmäßig kontrolliert werden.

OZ: Wie lange hält denn eigentlich eine Matratze?

PETER BARGHORN: Eine gute Matratze hält acht Jahre. Ein Lattenrost etwas länger.



Zur Ablenkung und Entspannung konnte auch etwas gespielt werden.



Andrea Wilgo, Claudia Kleihauer und Doris Greve (von links) informierten am Stand der Hospiz-Initiative.



Die neunjährige Anna-Lea bastelte am Stand des Kinderschutzbundes.

Quelle des Artikels: Ostfriesen-Zeitung vom 24. Januar 2011