

„Bewusst gesund“: Therapie nach Schlaganfall, Osteoporose und Tabuthema Alkoholismus bei Frauen

Utl.: Außerdem am 24. Oktober um 17.30 Uhr in ORF 2: Gesundes Handy
- auf den SAR-Wert kommt es an & Feldenkrais - kleine
Bewegung, große Wirkung =

Wien (OTS) - Christine Reiler präsentiert im ORF-Gesundheitsmagazin
„Bewusst gesund“ am Samstag, dem 24. Oktober 2020, um 17.30 Uhr in
ORF 2 folgende Beiträge:

Gesundes Handy - auf den SAR-Wert kommt es an

Beim Kauf eines Mobiltelefons wird vor allem auf Größe, Design,
Leistung oder Preis geachtet. Aus gesundheitlicher Sicht gibt es aber
ein viel wichtigeres Entscheidungskriterium, das jedoch kaum beachtet
wird: den SAR-Wert. Diese spezifische Absorptionsrate gibt an,
wieviel Strahlung ein Mobiltelefon im Betrieb an das umliegende
Gewebe, also an das Ohr und an das Gehirn, abgibt. Der Wert ist
allerdings nicht konstant, sondern hängt auch von der Nutzung des
Geräts ab. „Bewusst gesund“ informiert, mit welchen Maßnahmen
Nutzerinnen und Nutzer die Strahlung ihres Handys geringhalten
können. Gestaltung: Christian Kugler.

Therapie nach Schlaganfall

In Österreich kommt es jährlich zu 24.000 Schlaganfällen, jede/r
sechste Betroffene stirbt an den Folgen. Etwa die Hälfte der
Überlebenden kann nach einer adäquaten Therapie und Rehabilitation
wieder ein normales Leben führen. Ausschlaggebend dafür sind die
frühzeitige Erkennung des Schlaganfalls, die richtige Akutbehandlung
und die passenden Rehabilitationsmaßnahmen. Anlässlich des
Welt-Schlaganfalltags am 29. Oktober spricht Prim. Dr. Nikolaus
Steinhoff in „Bewusst gesund“ über dieses wichtige Thema.

Tabuthema - Alkoholismus bei Frauen

„Darüber spricht man nicht!“ Das ist eine Aussage, die Ruth
Niederkofler völlig fremd ist. Seit sich die Südtirolerin in den
sozialen Medien als Alkoholikerin geoutet hat, wenden sich unzählige
Menschen mit den verschiedensten Themen an sie. Dabei werden auch

Tabus behandelt, über die vor allem Frauen nicht gerne sprechen. Durch den offenen Umgang mit ihrer Alkoholsucht will Ruth Niederkofler zeigen, dass gerade das „Darüber reden“ viele Probleme lösen kann. Gestaltung: Silke Tabernik.

Osteoporose

Eine Krankheit, die vor allem Frauen trifft, ist Osteoporose. In Österreich leiden ca. 370.000 Frauen und 90.000 Männer am krankhaften Knochenschwund. Über die ersten Anzeichen und darüber, wie man am besten vorbeugen kann, informiert Univ.-Prof. Dr. Siegfried Meryn.

Feldenkrais - kleine Bewegung, große Wirkung

Die Feldenkrais-Methode unterscheidet sich grundlegend von anderen Bewegungsformen. Sie ist eine Lernmethode, die auf der Erkenntnis basiert, dass zwischen Bewegung und Lernen ein enger neuronaler Bezug besteht. Sie nutzt unter anderem die Veränderungsfähigkeit von Synapsen und Nervenzellen. Die Feldenkrais-Methode schult die Orientierung im Raum und die Fähigkeit, sich - wie beim mentalen Training - Bewegungen vorzustellen. Da es in Feldenkrais-Stunden kein „Richtig“ oder „Falsch“ gibt, gehen die Lehrer/innen auf die individuellen Möglichkeiten der jeweiligen Person ein und unterstützen sie, ihr Bewegungsrepertoire und ihren Bewegungsradius zu erweitern. Gestaltung: Denise Kracher.

~

Rückfragehinweis:

ORF-Pressestelle
Karin Wögerer
(01) 87878 - DW 12913
<https://presse.ORF.at>

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/248/aom>

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSSENDERS - WWW.OTS.AT ***

OTS0127 2020-10-22/12:15

221215 Okt 20

Link zur Aussendung:

https://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20201022_OTS0127