



## Wer rastet, der rostet!

Von *aponeopr*

Erstellt am 12 Okt 2011 - 12:10

*Berlin, 12.10.2011: „Aktiv gegen den Rheumaschmerz“ ist das Motto des diesjährigen Welt-Rheuma-Tages. Neben schmerzstillenden Medikamenten hilft Bewegung langfristig gegen die Beschwerden.*

Rheuma ist eine Volkskrankheit. Jeder vierte Bundesbürger ist früher oder später von Beschwerden im Bewegungsapparat betroffen, berichten Vertreter der Deutschen Rheuma-Liga anlässlich des heutigen Welt-Rheuma-Tags. Demnach leiden 5 bis 7 Millionen Menschen an Arthrosen, vor allem in Hüft- oder Kniegelenken. Schmerz und Erschöpfung sind vordringliche Leiden bei entzündlichen Erkrankungen wie Rheumatoider Arthritis, Morbus Bechterew, Kollagenosen oder Vaskulitiden. Hinzu kommen Millionen Schmerzkranken mit chronischen Rückenleiden oder Fibromyalgie. Und auch jüngere Menschen sind zunehmend von Gelenkkrankheiten betroffen.

Am 12. Oktober, dem Welt-Rheuma-Tag, startet die Deutsche Rheuma-Liga unter dem internationalen Motto „Move to improve“ ihre neue, zweijährige Kampagne „Aktiv gegen Rheumaschmerz“. Dabei informieren Rheumazentren, Kliniken und Arztpraxen sowie viele tausend Ehrenamtliche in den Rheuma-Liga-Verbänden über die Erkrankung und Schmerzbewältigung sowie Trainingsmöglichkeiten. Die gleichnamige kostenlose Broschüre bietet Bewegungstipps. Die Internetseite [www.aktiv-gegen-rheumaschmerz.de](http://www.aktiv-gegen-rheumaschmerz.de) [1] kommuniziert u.a. bundesweite Veranstaltungshinweise zur Kampagne.

„Auch mit Rheuma kann jeder seinen Lebensalltag aktiv und sportlich gestalten. Ein aktiver Lebensstil bringt Lebensfreude. Das gilt nicht nur für Erkrankte, ich empfehle allen regelmäßige Bewegung zur Vorbeugung“, sagt Martin Kreißl-Kohrs, leitender Apotheker bei APONEO Deutsche Versand- Apotheke.

100.000 Betroffene nutzen bereits regelmäßig Bewegungsangebote der Rheuma-Ligen vor Ort. Neben Rheuma-Funktionstraining, Tanzen oder meditativen Formen wie Tai-Chi oder Yoga werden auch neuere gelenkschonende Trainingsformen angeboten. Dazu zählen etwa

Aqua-Cycling oder besonders das Muskelaufbautraining im Rahmen einer Medizinischen Trainingstherapie (MTT).

„So wichtig regelmäßige Bewegung für Rheuma-Patienten ist, ersetzt sie nicht die rechtzeitige Diagnostik und Therapie. Die Rheumatologie hat in den letzten Jahren bei der Entwicklung wirksamer Medikamente für entzündliche rheumatische Erkrankungen sehr große Fortschritte erzielt“, so der leitende Apotheker von APONEO.

### **Pressekontakt:**

APONEO Deutsche Versand-Apotheke  
Tilman Bemm / Traute Sternberg  
Marketing / Öffentlichkeitsarbeit

Plauener Straße 163-165  
13053 Berlin



Tel.: +49 (0)30 31 98 61 – 545 / 548

Fax: +49 (0)30 31 98 61 – 541

E-Mail: [presse@aponeo.de](mailto:presse@aponeo.de) [2]

Internet: [www.aponeo.de](http://www.aponeo.de) [3]

+++ APONEO ist eine deutsche Versand-Apotheke mit Sitz in Berlin. Der Apotheker Konstantin Primbas gründete im Mai 2006 die Versand-Apotheke APONEO in Berlin-Hohenschönhausen als Geschäftsteil seiner 1995 eröffneten Präsenz-Apotheke. APONEO bietet ihren Kunden über 140.000 Produkte zu günstigen Preisen – von rezeptfreien Medikamenten, über homöopathische Artikel bis hin zu Kosmetika. Das Unternehmen beschäftigt rund 70 Mitarbeiter, darunter Apotheker und pharmazeutisch ausgebildete Kräfte. Individuelle Beratung verbunden mit kompetentem Bestellservice zeichnet das Berliner Unternehmen aus. 2007 war APONEO die erste Versand-Apotheke im Bundesverband des Deutschen Versandhandels e.V. und ist zudem Mitglied des Bundesverbandes Deutscher Versandapotheker (BVDVA). Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.aponeo.de](http://www.aponeo.de) [3]. +++

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 05:56):** <http://www.medkom24.eu/node/15242>

**Links:**

[1] <http://www.aktiv-gegen-rheumaschmerz.de>

[2] <mailto:presse@aponeo.de>

[3] <http://www.aponeo.de>