

01. April 2018



Medikament namens BEWEGUNG

Kempen - Das ambulante gesundheitszentrum stefelmanns (ags) verschreibt ab sofort das Medikament BEWEGUNG. „Bewegung steht für ein vitaleres Leben. Zu der vom Arzt verordneten

Mittel ist ein vom Physiotherapeut verordnetes Medikament BEWEGUNG eine gute Alternative“, sagt ags-Inhaber Drs. Ruud Stefelmanns.

Bewegung hilft laut Drs. Stefelmanns gegen alles. Bewegung stärkt das Immunsystem, kräftigt Herz und Kreislauf, beugt Krankheiten vor, macht den Kopf frei, schützt vor Krankheiten, stabilisiert das Körperkorsett und lindert Schmerzen. Drs. Stefelmanns´ Konzept fußt auf dem Gedankengut von Prof. Dr. Wildor Hollmann. Der international anerkannte Gesundheitswissenschaftler ist Verfechter der These „Bewegung lohnt sich“. In Verbindung mit Sporthochschule Köln, Max-Planck-Institut und weiteren Forschungsinstituten hat Wildor Hollmann über 1000 Diplomarbeiten und mehr als 200 Promotionsarbeiten zum Thema Bewegung begleitet. „Wir selbst sind für unsere Gesundheit verantwortlich“, schreibt Hollmann im Editorial der aktuellen ags-Zeitung „Gesundheit im Blick“.

Exakt aus dieser Denkschule heraus hat das ags das Medikament BEWEGUNG entwickelt. Wie in der Apotheke bekommt der Gesundheitsgast eine Medikamentenschachtel

Seite 2 von 2

in die Hand. Entscheidend ist hierbei der Beipackzettel. Darauf gibt es individuell zugeschnittenen Anweisungen, wie der Patient über dosiertes und angeleitetes Training zu mehr Gesundheit gelangt und die Anforderungen des Alltags besser bewältigen kann. „Ein kluges Blatt, das ein Gesundheitsprogramm eröffnet mit dem Ziel, zu höherem Wohlbefinden und Leistung zu gelangen. Eine Gebrauchsanweisung, wie der Patient mit speziellen Übungen oder Workshops Rückenschmerzen, Übergewicht, Diabetes Typ 2, Osteoporose, Harninkontinenz oder andere Beschwerden in den Griff bekommt.



„Dieses Medikament heißt VITAGS“, berichtet Drs. Stefelmans, der darauf aufbauend auch sein Trainings-Programm RehaTop weiter verfeinert hat. In dem Namen stecken die beiden Begriffe VITA, lateinisch Leben; und ags, die Abkürzung für das *ambulante gesundheitszentrum stefelmans*. „Die Patienten werden überall im Gesundheitszentrum auf VITAGS stoßen.“ Auf Wunsch gibt es Beratung und eine Einführung.

Wer spezielle Beschwerden hat, beispielsweise Diabetes oder Krebs, bekommt ein VITAGS special. Bislang hat Drs. Stefelmans die Specials DIAVITAGS für Diabetiker, ONKOVITAGS für onkologische Patienten sowie SPINEVITAGS entwickelt. Letzteres steht für Nachhaltigkeit für den Rücken. ONKOVITAGS gibt eine Anleitung, wie der Krebs-Patient schneller zurück zu seiner gewohnten Belastbarkeit kommt. Ganz neu im ags-Sortiment ist MEGAVITAGS - das ist ein Medikament für ein vitaleres Arbeitsleben. „Bei all diesen Medikamentenformen geht es um eine persönliche Analyse, ein individuelles Gesundheitsprogramm sowie ständige therapeutische Betreuung“, berichtet Drs. Stefelmans. Der Wirkstoff ist überall derselbe: Bewegung.