

## Bewegung fürs Herz

### Uniklinik RWTH Aachen bietet Herzsportgruppe an

**Aachen, 18.08.2015 – Regelmäßige Bewegung, dazu eine ausgewogene Ernährung – das ist nach Ansicht der Mediziner ein wesentlicher Bestandteil für ein gesundes Leben. Für Patienten nach Herzinfarkt oder Herzoperationen ist eine sportliche Betätigung unter ärztlicher Aufsicht und unter Anleitung eines Sporttherapeuten besonders sinnvoll. Darum bieten die Klinik für Kardiologie, Pneumologie, Angiologie und Internistische Intensivmedizin sowie die Klinik für Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie in Kooperation mit dem Zentralbereich für Physiotherapie der Uniklinik und der Bildungswerkkaußenstelle des Stadtsportbundes Aachen e.V. ab September 2015 erstmalig eine Herzsportgruppe an.**

„Unser Rehasport-Programm beinhaltet abwechslungsreiche Bewegungsübungen und Spiele in der Gruppe, die dabei helfen, die Belastbarkeit individuell zu stabilisieren und langfristig zu verbessern“, sagt Univ.-Prof. Dr. med. Rüdiger Autschbach, Direktor der Klinik für Herz-, Thorax und Gefäßchirurgie. Medizinische Vorträge, Ernährungsberatung, Kochkurse und die Vermittlung von Methoden zur Stressbewältigung gehören ebenfalls zum Angebot. „Viele Patienten mit Herzerkrankungen denken, sie müssten sich schonen. Das ist falsch, das wirkt sich eher negativ auf den Körper auf. Mit der Herzsportgruppe leisten wir Hilfe zur Selbsthilfe und unterstützen die Teilnehmer dabei, die eigenen Grenzen auszutesten“, erklärt Univ.-Prof. Dr. med. Hans-Christoph Pape, Ärztlicher Leiter der Physiotherapie.

Auch Univ.-Prof. Dr. med. Nikolaus Marx, Direktor der Klinik für Kardiologie, Pneumologie, Angiologie und Internistische Intensivmedizin, glaubt an die Wirkung des neuen Angebots: „Mit der Herzsportgruppe runden wir unser umfassendes Leistungsangebot ab. Wir möchten dazu beitragen, die Lebensqualität der Herzpatienten zu steigern und möglichen Einschränkungen aufgrund der Erkrankung entgegenzuwirken.“ Die Klinik für Kardiologie an der Uniklinik RWTH Aachen ist in NRW die größte ihrer Art. Zusammen mit der Klinik für Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie behandeln die Experten des interdisziplinären Herzteams rund 7800 stationäre Patienten pro Jahr.

### ***Kooperation mit dem Stadtsportbund Aachen***

Mit dem Stadtsportbund Aachen hat die Uniklinik einen kompetenten Kooperationspartner für Rehasport gefunden. Die Bildungswerk Außenstelle des Stadtsportbundes organisiert die Rehasportkurse in der Uniklinik und bietet mit speziell ausgebildeten Übungsleitern ein qualifiziertes Angebot für Herzpatienten. „Auch Rehasport spielt im Organisierten Sport eine zunehmend wichtigere Rolle und der Bedarf an qualifizierten Rehasportangeboten in Aachen ist immer noch enorm. Unser gemeinsames Angebot mit dem Uniklinikum ist daher ein wichtiges Signal im Gesundheitssportbereich“, freut sich Björn Jansen, 1. Vorsitzender des Stadtsportbundes Aachen über die Kooperation mit der Uniklinik.

### ***Auf einen Blick***

Der Rehasportkurs findet jeden Donnerstag von 18:00 bis 19:00 Uhr in der Sporthalle der Physiotherapie (Etage E) statt. Das erste Treffen ist im September 2015, eine Anmeldung ist ab sofort möglich. Der Kurs wird ab acht Personen durchgeführt. Der genaue Starttermin wird rechtzeitig bekannt gegeben.

### **Anmeldung**

SportBildungswerk Aachen  
Reichsweg 30 (Nadelfabrik)  
52068 Aachen  
Tel.: 0241- 47579550  
Fax: 0241- 47579555  
bildungswerk@sportinaachen.de  
[www.sportangebote-aachen.de](http://www.sportangebote-aachen.de)

### **Pressekontakt:**

Universitätsklinikum Aachen (AöR)  
Dr. Mathias Brandstädter  
Leitung Unternehmenskommunikation  
Pauwelsstraße 30  
52074 Aachen  
Tel.: 0241 80-89893  
Fax: 0241 80-3389893  
[mbrandstaedter@ukaachen.de](mailto:mbrandstaedter@ukaachen.de)

---

### **Über die Uniklinik RWTH Aachen (AöR)**

Die Uniklinik RWTH Aachen verbindet als Supramaximalversorger patientenorientierte Medizin und Pflege, Lehre sowie Forschung auf internationalem Niveau. Mit 34 Fachkliniken, 25 Instituten und fünf fachübergreifenden Einheiten deckt die Uniklinik das gesamte medizinische Spektrum ab. Hervorragend qualifizierte Teams aus Ärzten, Pflegekräften und Wissenschaftlern setzen sich kompetent für die Gesundheit der Patienten ein. Die Bündelung von Krankenversorgung, Forschung und Lehre in einem Zentralgebäude bietet beste Voraussetzungen für einen intensiven interdisziplinären Austausch und eine enge klinische und wissenschaftliche Vernetzung. Rund 6.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sorgen für patientenorientierte Medizin und eine Pflege nach anerkannten Qualitätsstandards. Die Uniklinik versorgt mit 1.400 Betten rund 45.000 stationäre und 200.000 ambulante Fälle im Jahr.