

8. April 2002

Onodi zum Weltgesundheitstag:

Gesund leben – in Bewegung bleiben

Unter dem Schwerpunkt „Gesund leben – in Bewegung bleiben“ stand heuer der Weltgesundheitstag (7. April). „Bewegung, Fitness und vor allem bewusste Ernährung sind nicht nur für die Gesundheit von besonderer Wichtigkeit, sie bestimmen vor allem Lebensqualität und Wohlbefinden“, so Niederösterreichs Gesundheitsreferentin, Landeshauptmannstellvertreterin Heidemaria Onodi. Ob Sport oder richtige Ernährung, immer mehr Österreicher hätten einen gesunden Körper nicht nur als Voraussetzung für ein hohes Alter, sondern vor allem auch für eine hohe Lebensqualität erkannt. So sei von 1995 bis heute die Zahl der regelmäßigen Jogger von 350.000 auf mittlerweile knapp eine Million gestiegen. 63 Prozent der Bevölkerung geben an, sich für ihre Fitness regelmäßig auf das Fahrrad zu schwingen, rund 50 Prozent schwimmen oder wandern, 17 Prozent der Menschen besuchen regelmäßig ein Fitnesscenter. Bereits von Kindesbeinen an soll regelmäßiger Sport und Bewegung zur Gewohnheit werden, damit man dieses Verhalten bis ins hohe Alter als gesunde Selbstverständlichkeit mitnimmt“, meinte Onodi.

Ausreichend Bewegung ist nicht nur gesund, sie schafft auch Kräfte für den Schulerfolg. Dies wird in Niederösterreichs Schulen im Rahmen des Projekts „Bewegte Klasse“ seit Jahren bewiesen. Die Erfahrungen zeigen, dass die Lernfreude, die Leistungen, aber auch das soziale Verhalten der Schüler durch die Bewegung deutlich besser sind als in Klassen, die sich an der Aktion noch nicht beteiligt haben.

Demnach mangelt es am Vorsorgeverhalten der Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher. Die Statistik des Hauptverbandes der österreichischen Sozialversicherungen weist Niederösterreich als Schlusslicht Österreichs aus, was die Gesundenuntersuchungen betrifft. Während die Zahl der für die Patienten kostenlosen Untersuchungen im bundesweiten Vergleich leicht ansteigt, ist sie in Niederösterreich rückläufig: 1999 gingen 58.000 NiederösterreicherInnen zur Vorsorgeuntersuchung, 2000 waren es nur 46.153 und im Vorjahr 52.972. Während in Vorarlberg beispielsweise 20 Prozent der Bevölkerung zur Gesundenuntersuchung gehen, sind es in Niederösterreich laut dieser Statistik nur vier bis fünf Prozent. Onodi: „Spätestens ab dem 30. Lebensjahr sollte man einmal im Jahr zur Vorsorgeuntersuchung gehen, die von allen praktischen Ärzten durchgeführt wird.“

Zu diesem Artikel gibt es eine unterstützende Audiodatei. Diese ist zum Download nicht mehr verfügbar. Bitte wenden Sie sich an: presse@noel.gv.at