

Gesundheit und Lebensqualität

Die im Herbst 2006 ins Leben gerufene Herzgruppe Fürstenland entwickelt sich erfreulich gut. Das kam an der Jahresversammlung zum Ausdruck, bei der die Aktivitäten der Gruppierung besprochen wurden.

ERNST INAUEN

UZWIL. «Wer nicht handelt, wird behandelt.» Mit diesem zutreffenden Zitat eröffnete der Uzwiller Herztherapeut und Turnlehrer Urban Wirth die Versammlung. Er wies damit auf die Notwendigkeit hin, gegen erneute Ereignisse bei Herzpatienten aktiv geeignete Massnahmen zu treffen. Zusammen mit den beiden ausgebildeten Herz- und Physiotherapeutinnen Manuela Widmer und Daniela Niedermann war Wirth auch im vergangenen Jahr verantwortlich für ein zielgerichtetes, abwechslungsreiches Programm. In seinem Rückblick streifte er einige gesellige Aktivitäten und Ereignisse im therapeutischen Bereich. Er rief die Mitglieder auf, ihre eigenen Möglichkeiten selber abzuschätzen und auf den Körper zu hören.

Grosses Interesse

21 der 26 eingeschriebenen Mitglieder nahmen an der Zusammenkunft teil. Auch ein Mitbegründer der Herzgruppe, der Wiler Kardiologe Dr. Werner Eugster, zeigte sein Interesse. Nach der Gründung vor zwei Jahren entwickelte sich die regionale Herzgruppe Fürstenland kontinuierlich, so dass bei weiterem Wachstum gar eine Unterteilung in zwei Gruppen ins Auge gefasst wird. Ein vor der Versammlung versandter Fragebogen erzielte einen guten Rücklauf, was auf das grosse Interesse der Mitglieder schliessen lässt, wie die administrative Leiterin Daniela Niedermann betonte. Die Auswertung habe durchwegs eine positive Beurteilung der angebotenen Turn-, Wassergymnastik- und Fitnesslektionen ergeben, berichtete sie. Leider gab die Leiterin aus familiären Gründen ihren Rücktritt be-



Mitgründer Dr. Werner Eugster mit den Herztherapeuten Urban Wirth, Manuela Widmer und Daniela Niedermann.

Bild: ei.

kannt. Eine neue Leiterin wird in Kürze ihre Nachfolge antreten.

Weiterentwicklung

Im Ausblick auf die nächsten Monate wurden verschiedene Anregungen in den Raum gestellt. So übernimmt Alois Ottiger die Organisation einer Wanderung zum Bäckereibetrieb in Lanterswil des Mitglieds Andreas Lehmann, der zu einem Pizzaessen einlädt. Als weitere gesellschaftliche Anlässe sind ein Ausflug ins Freizeitzentrum Niederbüren und ein Chlausabend geplant. Ebenso sind einige fachliche Vorträge vor-

gesehen mit Themen, welche von den Herzpatienten gewünscht sind. Auf ihren Wunsch soll auch der Übungsabend für lebensrettende Sofortmassnahmen jährlich wiederholt werden. Der Sportlehrer Urban Wirth gestaltete für das Fitnesstraining im Update eine neue Trainingskontrolle, in der auch zusätzliche Informationen enthalten sind. Um die persönlichen Beziehungen weiter zu fördern, übernimmt Vreni Rieder die Aufgabe, allfällige Krankenbesuche zu organisieren und an die Geburtstage der Mitglieder zu denken. Dr. Werner

Eugster gab bekannt, dass seit einigen Monaten in Wil eine ambulante Rehabilitation für Herzpatienten angeboten werde.

Zielsetzung erreicht

Er erwähnte die Hauptziele, welche die Gründung der Herzgruppe Fürstenland bewirkten. Menschen mit Herz-Kreislauf-Ereignissen müssten einen veränderten Lebensstil anstreben. Dazu gehörten regelmässige körperliche Aktivitäten, die sie in der Herzgruppe finden. Dort würden sie durch repetitive Informationen über Krankheit, Medikamen-

te und andere Zusammenhänge aufgeklärt. Als weiteres Ziel stehe der Erfahrungsaustausch in einer Selbsthilfegruppe im Vordergrund. Letztlich hätten die Fachärzte auch die Selbstorganisation der Herzgruppe angestrebt, damit sie nur noch im fachlichen Bereich beratend tätig sein müssten. «Die Herzgruppe hat alle diese Ziele erreicht. Sie ist vorbildlich organisiert, und offensichtlich sind auch die Mitglieder motiviert», stellte der Arzt fest. Er dankte dem Leiterteam und ermunterte die Teilnehmenden zum Mitwirken in der Gruppe.