



THEMEN

Rheumafit – Online-Videos gegen Rheuma

Ab sofort können Rheumabetroffene zuhause professionell angeleitete Bewegungsübungen machen.



Rückenschmerzen und rheumatische Erkrankungen gehören zu den grössten Volkskrankheiten. Viele Patienten leiden oft jahrelang, ohne zu wissen, was die Gründe für ihre Beschwerden sind. Mit «Rheumafit» hat die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew die erste Webseite mit Trainingsvideos für Betroffene von Morbus Bechterew und anderen rheumatischen Erkrankungen lanciert.

Dass Bewegung für Menschen mit Morbus Bechterew und anderen rheumatischen Erkrankungen wichtig ist, wird in wissenschaftlichen Studien immer wieder bestätigt. Bei vielen Betroffenen sind jedoch zeitliche und geographische Gründe ausschlaggebend dafür, dass sie nicht an einem

Therapiekurs teilnehmen. Die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew hat deshalb in Zusammenarbeit mit der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften das Projekt «Rheumafit» ins Leben gerufen.

Auf www.rheumafit.ch gibt es verschiedene Übungsprogramme für Menschen mit Morbus Bechterew und anderen rheumatischen Erkrankungen. Daneben findet man wichtige Tipps und Hinweise für das Training zuhause. Zu jedem Programm sind Dauer, Intensität, trainierte Körperpartien sowie Tipps und Übungsvarianten angegeben. Die Webseite schlägt automatisch jene Übungsprogramme vor, die zu den aktuellen Einschränkungen der Betroffenen passen. Die Programme können von jedem Gerät, das mit dem Internet verbunden ist, abgerufen werden.



Dieser Eintrag wurde veröffentlicht am 30.08.2018. Setzte ein Lesezeichen [permalink](#).

[KONTAKT](#) [IMPRESSUM](#) [DATENSCHUTZ](#) [WERBUNG](#) [AGB](#)

Copyright 2018 © UX Themes