"Für Prävention ist es nie zu spät"

Interview mit dem Präventions-Experten Lars Jessen

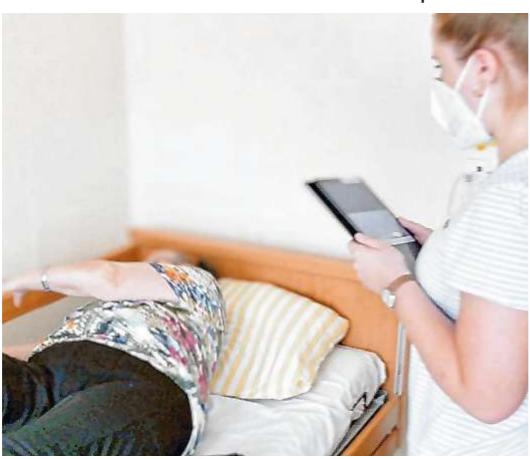
LANDKREIS/BÜCKEBURG (bb). Das Bückeburger Unternehmen EMB-Leuchten organisiert mit "Raum 3" eine "etwas andere Pflegemesse". Dabei werden am 18. und 19. September wegweisende Pflegelösungen anschaulich und "zum Anfassen" präsen-

Das Geschäftsführer-Duo von "EMB-Leuchten" Detlef und Dieter Meier, hat die zweitägige Messe initiiert, die in Bückeburg auf dem Unternehmensgelände (Steinberger Straße 13B) umfangreiche Informationen rund um das Thema Pflege vermitteln wird (18. und 19. September, jeweils 9 Uhr bis 17 Uhr).

Dort wird auch Lars Mathiesen Jessen von "DigeRehab" vortragen, zudem mit einer Vorführung einen Eindruck davon geben, wie Präventionsmaßnahmen "am Pflegebett" vorgenommen werden können. Jesse gab dem Schaumburger Wochenblatt ein Interview. Nach dem ersten Teil in der des Interviews, in dem das Thema Prävention im hohen Muskeltraining auf Senioren SW: Sie haben mit "DigiRe- spiel benennen. Weil sich dort Alter im Mittelpunkt steht.

nie zu spät. Aber gilt das wiesen, dass es nie zu spät für therapeutischen auch bis ins hohe Alter, für Krafttraining ist. den 90-Jährigen?

wie positiv sich zum Beispiel qualität verbessern.



Vorwoche hier der zweite Teil Präventionstraining ist für Menschen bis ins hohe Alter förderlich.

auwirkt. Dies wurde in den hab"

Ich kann bis ins hohe Alter meine Muskeln stärken und so Jessen: Da würde ich tatsäch- Rumpfmuskulatur zu stärken. übungen. Das Bewusstsein ei- ren können, bei ausreichender Jessen: Viele Studien zeigen, meine Mobilität und Lebens- lich auch das Evangelische Al- Dies wird von diesen als sehr gener körperlicher Gesundheit Netzinfrastruktur ist auch ein

tersheim in Bückeburg als Bei- positiv wahrgenommen, weil soll gestärkt werden.

dies auch ihre Selbstwirksam- SW: Wer zahlt dieses denn? keit stärkt. Sie können in Situationen wie dem Wechseln von Jessen: Leider fällt man mit Se-

ckenmuskulatur ist ja ein zen- für die Mitarbeiter. trales Problem?

die Ursache, nicht das Symp- Und welche Unterstützung betom. Das Problem liegt darin, komme ich dabei? dass die Mitarbeiter die Belastung bei der Arbeit haben. Dass Jessen: Wir haben genau für die diese so hoch ist, liegt daran, Senioren, die zu Hause leben, eidass es keine Hilfsmittel gibt, nen über das Internet abrufbanicht den Kollegen, der unter- ren Kurs entwickelt, der auch stützt, oder weil die Bewohner von der BKK24 unterstützt wird. so immobil werden, wenn sie Wir haben in den Alltag einfach erst einmal in der Langzeitpfle- zu integrierende Übungen zu-

ren, dass die körperliche Fähig- ein Leben daheim aufrechtzuerkeit der Mitarbeiter geschwächt halten. wird. Mit der Einrichtung in Bü- Charmant am Kurs ist, dass es ckeburg und in Kürze mit der fast zu 100 Prozent eine Rücker-Einrichtung Sonnenhof in stattung von den Kassen gibt. Präventionsangebote gezeigt hat, dass durch unsere Obernkirchen, werden wir Maß- Wir arbeiten jetzt auch an einer letzten Jahren auch für Men- selbst für bettlägerige Bewoh- Übungen bettlägerige Perso- nahmen durchführen, wo wir neuen Funktion, die wir in einem SW: Ein Kernsatz von Ihnen schen in hohem Alter unter- ner von Pflegeeinrichtungen nen, erhebliche Verbesserun- unseren Schwerpunkt auf die zukünftigen Projekt testen werlautet: Für Prävention ist es sucht. Dabei wurde nachge- entwickelt. Was bewirken Ihre gen erreicht haben. Wir haben körperliche Gesundheitsförde- den. Maßnah- in Bückeburg gesehen, dass wir rung der Mitarbeiter legen. So Darüber werden die Nutzer mit die Bewohner befähigen kön- werden wir ihnen Mikropausen einem Therapeuten oder einer nen, z.B. ihre Rücken- und anbieten, kleinere Bewegungs- Betreuungskraft virtuell trainie-

Stützstrümpfen oder Vorlagen kundärprävention in eine Lücke oder der Vorbereitung eines in Deutschland. Wir haben das Transfers die Pflegekräfte un- Glück, das Krankenkassen wie die BKK24 oder die mkk, solche Maßnahmen fördern. So kön-SW: Das könnte ja ein Win-Win- nen wir unseren Kunden eine Effekt sein, weil pflegende Per- bis zu 80-prozentige Förderung sonen doch häufig unter der anbieten, für die Verwirklichung körperlichen Belastung leiden, solcher Präventionsprogramgerade die Überlastung der Rü- me, für die Bewohner als auch

SW: Kann ich ihre Trainingsmo-Jessen: Ganz genau. Bekämpfe dule auch zu Hause nutzen?

sammengestellt, die helfen, die Das kann dann nur dahin füh- Funktionalität und Mobilität für

Video-Call möglich. Foto: privat