

Reha-Sport für die Psyche

Burn-Out, Depressionen, Stress: LTV will neues Angebot aus der Taufe heben

LIPPSTADT ■ Rehabilitations-Sportangebote (kurz Reha-Sport) gibt es in Lippstadt und Umgebung wie Sand am Meer. Bisher richten sich diese Kurse allerdings an Patienten mit physischen Erkrankungen. Es gibt demnach Angebote in den Bereichen Orthopädie, Innere Erkrankungen und Neurologie. Der LTV Lippstadt will jetzt neue Wege gehen. Dort versucht man gerade, eine Reha-Sportgruppe für Menschen mit psychischen Erkrankungen aufzubauen. Grund dafür ist laut der zweiten LTV-Vorsitzenden Diana Bohle auch die Aktualität des Themas.



Diana Bohle

„Die Fehlzeiten im Beruf aufgrund psychischer Erkrankungen nehmen zu“, erklärt die Gesundheitsmanagerin, „das wird zu einer großen Herausforderung für die Unternehmen.“ Dieser Entwicklung will der größte Lippstädter Sportverein jetzt Sorge tragen.

„Wir starten den Kurs,

wenn wir genug interessierte Teilnehmer gefunden haben“, so Diana Bohle, die deutlich macht, dass sich das Angebot sowohl an von der Krankheit bedrohte Menschen richtet als auch an bereits Betroffene. Sollen die Kurse zustande kommen, peilt der LTV Mittwochs-Termine um 9 und 18 Uhr an.

Zwar beschäftigt sich der

Fehlzeiten

Laut des Fehlzeiten-Reports der AOK-Krankenkasse berichten 58,7 Prozent der Befragten von körperlichen und 79 Prozent von psychischen Problemen durch Lebenskrisen. Mit 25,7 Tagen je Fall lagen die Ausfallzeiten bei psychischen Krankheiten an der Spitze aller erfassten Erkrankungen und dauerten mehr als doppelt so lange wie der Durchschnitt mit 11,7 Tagen je Fall.

Sportverein schön länger mit dem Gedanken, ein solches Angebot in Angriff zu nehmen, doch kam der finale Impuls von Iris Brand. „Wir hatten bisher keine Übungsleitung mit dem passenden Schein für diesen Kurs. Frau Brand ist dafür qualifiziert und auf uns zugekommen“, erklärt Bohle.

In den Kursen soll Sport für die Seele und neue Le-

bensenergie vermittelt werden: „Es geht wie bei den meisten Reha-Angeboten um das Gemeinschaftsgefühl. Viele Patienten mit psychischen Erkrankungen haben Probleme, wieder mit anderen Menschen in Kontakt zu treten und versuchen, den Körperkontakt bewusst zu vermeiden. Um damit umzugehen, dafür ist unsere Übungsleiterin ausgebildet.“

Im Vordergrund stehen Erkrankungen wie Burn-Out, Stress, Depressionen und Schlafstörungen. Demenz hat der LTV bewusst ausgeklammert: „Das passt nicht zusammen.“

Den Kurs können sich die Teilnehmer vom Arzt verordnen lassen, 120 Einheiten in drei Jahren sind möglich. Interessierte können sich in der Geschäftsstelle im Re-Aktiv-Forum des LTV, Harkortweg 2b, melden. Informationen gibt es zudem unter der Telefonnummer (0 29 41) 58 54 8. ■ rae