

Dritte Gesundheitsmesse in der Freisinger Luitpoldhalle

## Gute Tipps und Aktionen zum Mitmachen

Ein bisschen Entertainment hält die Besucher bei Laune, aber Informationen stehen im Vordergrund

Von Sabina Dannoura

**Freising** ■ Mehr als 40 Aussteller haben am vergangenen Wochenende in der Luitpoldhalle Besuchern gezeigt, wie sie sich am besten fit halten können. Und dabei blieb es nicht bei theoretischen Ratschlägen: In der benachbarten Sporthalle standen animierende Mitmach-Aktionen auf dem Programm. Schon zum dritten Mal hat nun die Freisinger Gesundheitsmesse stattgefunden.

Einem Gesundheitstest unterzogen sich die Besucher am Stand des Klinikums Wartenberg. Thomas Widmann ließ sich in den Finger pieksen, um zu erfahren, dass sein Blutzucker-Gehalt viel zu niedrig sei. „Ist ihnen schwindlig?“, fragte Stefanie Scheibe sofort besorgt und verabreichte dem 61-Jährigen aus Mauern einen Traubenzucker. Die charmante Antwort „nur bei ihrem Anblick“ nahm die junge Krankenschwester errötend entgegen – und empfahl Widmann, mehr zu trinken.

Es war viel los in der Halle, in der mehr Informationen als Entertainment geboten wurden. Wobei sich die Aussteller viel Mühe gaben, nicht nur Broschüren an den Mann und die Frau zu bringen. Sie nahmen sich für ausführliche Beratungsgespräche Zeit: wie Gloria Agola-Comel von einem physiologischen Kosmetikstudio aus Hallbergmoos, die ihre Kunden außerdem mit einer Hand- und Gesichtsmassage verwöhnte.

Naturheilpraxen, Physiotherapeuten, Zahntechniker, Optiker oder Krankenkassen waren ebenso vertreten wie Wohlfahrtsverbände. Das Therapiezentrum Lerchenfeld hatte zwei Geräte aufgebaut, an denen die Körperkoordination geprüft werden konnte. Die sechsjährige Stefania aus Freising wagte sich auf den Apparat mit zwei Platten, die sich unabhängig voneinander bewegen. Während es ruckelte, versuchte das Mädchen, in die Knie zu gehen und ruhig stehen zu bleiben. „Das ist wie beim Skifahren“, ermutigte Radi Jedinak die neugierige Kleine. Das Gerät, erklärte der Sportwissenschaftler, werde bei hyperaktiven Kindern eingesetzt



Seinen Blutdruck lässt sich Rainer Werner auf der Gesundheitsmesse von Christina Seidel messen. Sein Sohn Sascha sieht neugierig dabei zu. Foto: Marco Einfeldt

und bei Erwachsenen, um beide Gehirnhälften anzuregen.

Ganz konkrete Probleme führten eine Frau zum Stand des Seniorenbüros der Heiliggeist-Spitalstiftung. „Mir war ganz flau“, sagte sie, was bei dem niedrigen Blutdruck, der festgestellt wurde, nicht verwunderte. Essen, Bewegung und Ausspannen wurde der Frau als Gegenmittel ans Herz gelegt.

Mit einer originellen Idee lockte das Freisinger Klinikum die Besucher an: An einer Übungspuppe durfte mit einem echten Endoskop eine Magenspiegelung nachgespielt werden: um leckere Gummibärchen zu „bergen“. Dass Bier – in Maßen genossen – sehr gesund ist, wies das Hofbrauhaus nach. „Bier enthält Vitamine und Mineralstoffe, Weißbier ist isotonisch“, erklärte Roland Debudey.



Mit einem Endoskop können Kinder mittels Magenspiegelung im Körper einer Puppe nach Gummibärchen suchen. Im Bild von links: Johannes, Michael Burzin und Marie-Luise Dreke. Foto: Einfeldt