

Thema: Physiotherapie

Redakteur: Zenz

Mit Bewegung Kreuzschmerzen vorbeugen

Der Rücken trägt ordentliche Lasten - das wird einem meist erst bewusst, wenn der Rücken schmerzt. Wie man vorbeugen kann und was hilft, wenn es dann doch schon weh tut, das wissen Expertinnen für Physiotherapie von der Fachhochschule Joanneum in Graz.

O-Ton: Beate Salchinger (Leiterin des Instituts für Physiotherapie, FH Joanneum Graz)