

Thema: Physiotherapie

Redakteur: Reisenbauer

Folgen des Bewegungsmangels

Sieben Wochen Ausgangsbeschränkungen hinterlassen ihre Spuren, vor allem bei älteren Personen, die zu Hause bleiben mussten. Fehlende Bewegung und Aktivität lassen je nach Alter die Muskeln rasch schwinden. Der Muskelschwund im menschlichen Körper bei Nichtbewegung ist enorm und stellt die Menschen nach den letzten sieben Wochen vor Probleme. Viele Menschen mit Vorschäden sind nicht zum Arzt gegangen aus Angst vor Corona. Neben Muskelschwund wird auch die Koordination zum Problem, deshalb empfiehlt die Physiotherapeutin Cecile Ganz-Studer wieder langsam in den Alltag einzusteigen.

O-Ton: Karin Sollinger (Patientin), Georg Neubauer (Orthopäde), Herbert Müller (Patient), Cecile Ganz-Studer (Physiotherapeutin)