

**Thema:** Physiotherapie**Redakteur:**

---

## **Neue Tipps für die Rückengesundheit**

Die Oberösterreichische Gebietskrankenkasse hat ihre Tipps für Rückenübungen neu aufgelegt. Laut Umfragen leidet ein Viertel der Österreicher ab 15 an chronischen Rückenschmerzen, und mehr als jeder fünfte Krankenstandtag sei auf solche Beschwerden zurückzuführen. Viele Rückenleiden, die mit dem Alter zunehmen, ließen sich durch Übungen vermeiden oder lindern, und da setzt die Rückenfibel der Gebietskrankenkasse an. In Zusammenarbeit mit Physiotherapeuten wurde ein kostenloses und professionelles Mitmachprogramm für die tägliche Rückengesundheit entwickelt.