

10 Jahre Endo – Sport



Die Feier zum 10-jährigen Bestehen der **Endo-Sport – Gruppe** fand am 30. Juni d.J. statt und wurde mit Grillen festlich begangen !

Das Organisationsteam hatte alle Hebel in Bewegung gesetzt, um den Nachmittag zu einem vollen Erfolg werden zu lassen. Dem gesamten Team ein herzliches Dankeschön.

Wie üblich bei solchen gemeinsamen Veranstaltungen hatte **Marianne** wieder ein Gedicht gefertigt, aus dem hier einige Verse wiedergegeben werden.

Nach der Melodie „ Auf der schwäbschen Eisenbahne....“ wurde gesungen :

Unser **Klaus** hatt` einst beschlossen, Endoleute – unverdrossen -
Soll`n was für die Fitness tun, nicht nach der OP ausruh`n!
Krankenkassen spielten mit, klar, wir sollten werden fit,
und sie sparten dabei Geld, weil der Klaus „KG“ abhält.

Nun musste Klaus die Schulbank drücken, lernte Tricks nicht zum Entzücken
von uns armen „Endos“ hier ; denn auf Pezzies mussten wir.
Durch **Peter Filter**, - welch ein Segen, war garantiert flottes Bewegen,
kam er doch vom Militär und nahm uns ganz schön zackig her.

Peter nahm die Leitung nun, Doch da war viel zu tun
Gerhard Stellmach bot sich an, welchein Glück, dass der viel kann.
Bei so guten, schönen Männern müssen wir nun auch bekennen:
Prima Frauen war`n im Spiel und da sind der Namen viel.

Ganz vorweg die **Heike Plonka** ,sie war schon zu Anfang da.
Meggi kam und **Ingrid** dann und **Beate** ist jetzt dran.
Für zwei von ihnen zum ersten Mal, gibt`s jetzt den 10 – Jahrespokal;
Uns ist inzwischen allen klar, dass **Endo – Sport** ist wunderbar !

Und im Anschluss an dieses „Loblied“ überreichte
Annegret je einen Pokal an **Peter Filter** und
Klaus Hilbig.

Die Vorsitzende des TSVK, **Dagmar Wessels-
Waschkowski** , sagte im Namen des Vorstandes
und der Mitglieder des TSVK ebenfalls Dank.

Hier nun noch einige Anmerkungen zu dieser
Sportgruppe:

Im Januar 1999 fand im **Hörsaal der
Chirurgischen Universitätsklinik** eine
Veranstaltung zum Thema :Sport für
Endoprothesenträger“ unter Leitung des
Chefarztes , **Herrn Prof.Dr.med.J.Hassenpflug**,
statt. Ein überwältigendes Programm wurden den



mehr als 300 Teilnehmern geboten.

Der damalige Oberarzt, **Dr.Th. Gerke**, referierte z.B. über die Entstehung und Ursachen des Gelenkverschleißes, der Physiotherapeut **Herr Wesselowski** referierte über ein krankengymnastisches Therapiekonzept. Und **Herr Dr.Prymka** setzte die Veranstaltung mit seinem Referat „Sport mit Kunstgelenk fort.

Es wurde festgestellt :**„Die Übungsabende sind deshalb so wichtig, weil einerseits durch die sportliche Betätigung eine Verbesserung der Beweglichkeit erreicht wird, andererseits hilft die Gemeinschaft in der Sportgruppe die Lebensqualität zu verbessern.!**

So konnte dann eine gemischte Sportgruppe sehr schnell eingerichtet werden. Zunächst nur an einem Tag , aber schon bald war die Nachfrage so groß, dass an zwei Tagen Sportstunden angeboten werden mussten.Und inzwischen sind die Gruppen so gewachsen, dass momentan keine neuen Mitglieder aufgenommen werden können.

Warum überhaupt eine derartige Sportgruppe?

Dem Patienten soll ein erhebliches Maß an Lebensqualität nach der großen Operation wiedergegeben werden, sowohl in physischer, aber auch in psychischer Hinsicht. Durch das Sporttreiben in der Gruppe und die damit verbundenen sozialen Gesichtspunkte wird ihm das Gefühl genommen, behindert zu sein, und die soziale Integration wird verbessert.

Grundsätzlich sollte die Auswahl der Sportart individuell mit dem behandelnden Arzt abgesprochen werden. So ist zum Beispiel von großer Bedeutung, welche Sportart der Patient vor der Operation ausgeübt hat. Zudem muss das betroffenen Gelenk (Hüfte, Knie, Schulter) das Ausmaß und die Dauer der Gelenkerkrankung und der implantierte Prothesentyp sowie der operative Zugangsweg zum Gelenk berücksichtigt werden.Es gilt allgemein, die Sportart, die man vor der OP betrieben hat, kann man nachher in gleichem Umfang betreiben wie vorher.

Geeignete Sportarten allgemein aber sind : **Gymnastik, Radfahren, Schwimmen, Skilanglauf, Wandern,Paddeln.**

Wenig geeignet sind : **Squash, Sprungdisziplinen,Surfen,Wasserski,Reiten,Alpiner Skilauf.**

Wenn in der **REHA-GS** mehr Übungsleiter und mehr Räumlichkeiten zur Verfügung stünden, könnten noch mehr Teilnehmer / Innen betreut werden.

Allen Sportlern / Innen aus den Endo-Gruppen weiterhin viel Freude beim Sport, Dank für die bisherige Treue und alles Gute für die Zukunft.

Übungszeiten: Dienstag 15.00 – 16.30 Uhr Aulahalle der Eichendorff-Schule

Mittwoch 18.00 – 19.15 Uhr Aulahalle der Eichendorff-Schule

Ansprechpartner : Peter Filter, Tel.: 0431 / 54 84 91

KHi 07/09