



## Pressemitteilung

### Freude am Sport mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen

*Neue Broschüre „Sport und Bewegung mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen“ von Abbott unterstützt Patienten bei der Freizeitplanung*

Medienkontakt:  
**Julia Heinz**  
T.: 06122 – 583305

**Wiesbaden, 25. Februar 2009** – Ist Sport mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen (CED) überhaupt möglich und sinnvoll? Grundsätzlich sind sportlichen Aktivitäten durch CED keine Grenzen gesetzt. Ganz im Gegenteil, denn aktuellen Forschungsergebnissen zufolge kann sich Bewegung positiv auf den Krankheitsverlauf auswirken. Wichtig ist, dass jeder Patient für sich ein individuelles Sportprogramm findet, mit dem er sich wohl fühlt. Denn regelmäßige Bewegung hilft nicht nur CED-Patienten, die körperliche und mentale Leistungsfähigkeit zu fördern und damit die Lebensqualität zu verbessern. Mit der neuen Broschüre **„Sport und Bewegung mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen“** möchte das globale Gesundheitsunternehmen Abbott Patienten mit CED helfen, sich umfassend über das Thema Fitness und Entspannung zu informieren. Der Leser erhält kompakt und übersichtlich viele Informationen zu unterschiedlichen Bewegungsformen. Der Inhalt umfasst Themen wie:

- „Das individuelle Sportprogramm“
- „Wenn der Körper Ruhe braucht“
- „Sport nach Operationen und Stoma\*\*“
- „Medikamente und Sport“
- „Welche Sportart passt zu mir?“

Die Broschüre enthält darüber hinaus Informationen zu einzelnen Sport- und Entspannungsarten von „A wie Autogenes Training“, über „I wie Inlineskating“ bis hin zu „Y wie Yoga“. Kurz und übersichtlich werden sie auf ihre Tauglichkeit für CED-Patienten überprüft und vorgestellt.

„Wichtig ist die individuelle Ausrichtung jeder sportlichen Aktivität“, betont Prof. Dr. med. Wolfgang Fischbach, Aschaffenburg. „Dabei sollte der Spaß immer an erster Stelle stehen, um einen positiven Effekt auf das Allgemeinbefinden und damit auf

\* künstlicher Darmausgang

## Seite 2

den Krankheitsverlauf zu erreichen“, so der an der Broschüre mitwirkende Gastroenterologe.

Die neue Sport-Broschüre kann unter **www.abbott-care.de** oder beim Abbott-Care Servicetelefon unter der Nummer **08000 - 48 64 72** (Montag bis Freitag von 8.00 bis 20.00 Uhr) kostenlos bestellt werden.

### **Website für CED-Patienten: [www.abbott-care.de](http://www.abbott-care.de)**

Menschen mit CED stehen unter [www.abbott-care.de](http://www.abbott-care.de) im Bereich „Morbus Crohn“ weitere Informationen zu ihrer Erkrankung zur Verfügung. Interessierte finden hier ein großes Informationsangebot rund um Morbus Crohn von der Entstehung über den Krankheitsverlauf bis hin zu modernen Behandlungsmöglichkeiten.

### **Was Patienten mit chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen beim Sport nicht vergessen sollten:**

- Ohne **Spaß** läuft nichts! Finden Sie die Sportart, die Ihnen **Freude** bereitet.
- Auf die **Einstellung** kommt es an: Lassen Sie sich nicht überreden, seien Sie überzeugt!
- Setzen Sie Ihre sportlichen **Ziele** realistisch.
- Hören Sie auf Ihren Körper und akzeptieren Sie Ihre **Leistungsgrenzen**.
- Gemeinsam bewegen motiviert, suchen Sie sich **Trainingspartner**.
- Beginnen Sie **langsam** mit dem Training und **steigern** Sie sich Schritt für Schritt.
- Denken Sie **positiv**: Nicht „Ich muss mich mehr bewegen“, sondern „Ich will etwas für meine Fitness tun“.

### **Über Morbus Crohn**

Morbus Crohn ist eine bisher nicht heilbare, chronisch-entzündliche Darmerkrankung, die den gesamten Verdauungstrakt vom Mund bis zum After betreffen kann. Am häufigsten findet sich die Entzündung aber im Dün- und Dickdarm. Sie kann in jedem Alter auftreten, beginnt jedoch typischerweise vor dem 40. Lebensjahr. Nach heutigem Kenntnisstand entsteht Morbus Crohn auf Grund einer Fehlregulation des Immunsystems, die durch genetische Veranlagung und Umweltfaktoren begünstigt bzw. ausgelöst werden kann. Die Entzündung der Darmschleimhaut äußert sich in häufigen Durchfällen, Schmerzen und Krämpfen im Unterbauch, Fieber und Gewichtsverlust sowie einem Gefühl der

Abgeschlagenheit. Oft verläuft die Krankheit schubweise, d.h. zwischen Zeiten mit höherer Krankheitsaktivität liegen Intervalle relativer Beschwerdefreiheit. Zu den Folgekomplikationen gehören Verengungen des Darms, Fistelbildung (d.h. Ausbildung von entzündlichen Gängen von einem betroffenen Darmabschnitt zur Haut, zu angrenzenden Darmschlingen oder benachbarten Hohlorganen), und eine Mangelernährung. Im Verlauf der Erkrankung müssen sich etwa 80 Prozent der Patienten auf Grund von Komplikationen wenigstens einem operativen Eingriff unterziehen. Neben den körperlichen Beeinträchtigungen durch die Erkrankung kann Morbus Crohn auch psychisch sehr belastend sein. Da viele Betroffene in ihren täglichen Aktivitäten deutlich eingeschränkt sind, leidet zumeist das Selbstbewusstsein der Patienten, was zu Schwierigkeiten im sozialen Umfeld führen kann.

### **Über Abbott**

Abbott ist ein vielseitiges, weltweit tätiges Gesundheitsunternehmen, das sich mit der Erforschung, Entwicklung, Herstellung und Vermarktung von Arzneimitteln und medizinischen Produkten, einschließlich medizinischer Ernährung, Medizingeräten und Diagnostika befasst. Weltweit beschäftigt Abbott mehr als 69.000 Mitarbeiter und vertreibt seine Produkte in über 130 Ländern.

### **Über Abbott Deutschland**

Abbott Deutschland hat seinen Hauptsitz in Wiesbaden. Das Unternehmen beschäftigt rund 4.100 Mitarbeiter an den Standorten Wiesbaden, Ludwigshafen, Rangendingen und Wetzlar in den Bereichen Forschung und Entwicklung, Produktion und Verkauf.

Presseinformationen von Abbott und weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.abbott.de](http://www.abbott.de) und [www.abbott.com](http://www.abbott.com).

### **Weitere Informationen erhalten Sie bei:**

Abbott GmbH & Co. KG  
Julia Heinz  
Max-Planck-Ring 2  
65205 Wiesbaden  
T.: 06122 – 58-3305  
F.: 06122 – 58-1220  
Email: [.heinz@abbott.com](mailto:.heinz@abbott.com)