

# Yoga statt Pillen

EvK weihet neuen Gebäudetrakt ein und setzt auf Komplementärmedizin

Von Daniel Roeschies

„Hattingen – Stadt der Komplementärmedizin“, so heißt ein neuer Slogan, den die Wirtschaftsförderung der Stadt gesetzt hat. Im Vordergrund steht dabei das Evangelische Krankenhaus (EvK), das sich in der jüngeren Vergangenheit immer mehr zu einem Zentrum der Komplementärmedizin und des Ayurveda entwickelt habe. Was man anstrebt, sei eine neue Ausrichtung des Hauses, sagt EvK-Geschäftsführer Ulrich Froese.

## Steigender Platzbedarf

Mit dem gerade vollendeten Erweiterungsbau (Baukosten: 2,5 Millionen Euro) stelle man sich nicht nur einem steigenden Bedarf an Bettenplätzen, sondern auch einem Bedarf an medizinischen Alternativen. „Zu sehen, wo medizinischer Bedarf ist, heißt auch zu sehen, wo nicht mehr so viel Bedarf ist“, sagt Froese. Der neurologische Komplementärbereich sei ein großer Kompetenzbereich des Krankenhauses. Ein zentrales Thema sei der menschliche Bewegungsapparat. Darum finden sich in dem Neubau auf rund 1100 Quadratmetern nicht nur die Räume der Ambulanz der Klinik für Neurologische Komplementärmedizin, sondern auch ein Yoga-Raum. „Bei Yoga handelt es sich um einen wichtigen Zweig der nicht-medikamentösen Therapie“, stellt Prof. Horst Przuntek, Chefarzt der Neurologischen Komplementärmedizin, fest.

## Yoga gegen Angst und Stress

Die Gesellschaft sei heute großenteils angst- und stressgeplagt. „Yoga kann für Stressminderung sorgen.“ Als Therapie sei Yoga zudem äußerst nachhaltig, da man die gelernten Übungen gut zu Hause nachmachen könne. Die Volkshochschule werde die neuen Räu-



Bürgermeisterin Dr. Dagmar Goch (2.v.l.) hält sich seit mehr als zehn Jahren mit Yoga-Übungen fit.

FOTO: JOACHIM HAENISCH

## Yoga-Kurse der Volkshochschule im Evangelischen Krankenhaus

■ **Yoga soll einen Ausgleich zu den Belastungen im Alltag schaffen.** Im VHS-Grundkurs geht es darum, den Alltag loszulassen und zu lernen, sich wieder zu entspannen. Anmeldungen bei der VHS unter ☎ 204 3511 bis -13.

■ **Der Yoga-Anfängerkurs** beginnt ab dem 30. Oktober und findet an zehn Dienstagen von 10.15 bis 11.30 Uhr statt. Kosten: 56 Euro. Ort: Yoga-Raum in der Neurologischen Ambulanz im EvK, Bredenscheider Straße 54.

■ **Für Yoga-Interessierte**, die die Übungen aus gesundheitlichen Gründen nicht im Stehen ausführen können, gibt es einen Yoga-Kurs im Sitzen. Beginn: 29. Oktober. Immer montags von 10.15 bis 11.30 Uhr. Kosten: 56 Euro.

me des EvK künftig für Yoga-Kurse nutzen (siehe Info-Kasten).

Bürgermeisterin Dagmar Goch, die selbst regelmäßig Yoga-Kurse besucht, zeigte sich begeistert von den VHS-Angeboten im EvK. „Es ist ein guter Beitrag, um Hattingen weiter als Gesundheitsstandort zu fördern“, so Goch. Wachsende Be-

reiche der neurologischen Komplementärmedizin sind die Neurogastroenterologie und die Neurourologie. „Praktisch alle Bereiche mit ‚Neuro‘ davor entwickeln sich derzeit“, sagt Chefarzt Przuntek. „Das Nervensystem durchdringt nun einmal den gesamten Körper.“

Worauf der Neurologe darüber

hinaus schwört, ist die Ayurveda-Medizin. Mit der traditionellen indischen Heilkunst habe man schon zahlreichen Patienten helfen können. Was noch fehlt, um den Bereich der Komplementärmedizin weiter auszubauen: „Mehr Menschenkraft und Fördermittel“, so Przuntek.