

PRESSE

INFORMATION



LANDESAPOTHEKERKAMMER
R H E I N L A N D - P F A L Z

**Rheinland-Pfalz muss den Gürtel enger schnallen
Mehr als die Hälfte der Rheinland-Pfälzer ist zu dick**

Mainz (10.06.2010) Wie das statistische Landesamt gestern mitteilte, hat mehr als jeder zweite Rheinland-Pfälzer Übergewicht. 62 Prozent der Männer haben einen Body-Mass-Index (BMI) von mehr als 25. Bei Frauen sind 44,5 Prozent betroffen.

„Übergewicht wird zunehmend zum gesellschaftlichen Problem. Zu seinen Begleiterscheinungen und gesundheitlichen Risiken gehören Diabetes, Fettstoffwechselstörungen und Bluthochdruck bis hin zu Herzerkrankungen. Deshalb sollte niemand sein Übergewicht auf die leichte Schulter nehmen,“ bewertet Dr. Andres Kiefer, Präsident der Landesapothekerkammer Rheinland-Pfalz die Ergebnisse.

„Nur eine konsequente Umstellung der Lebensführung mit bewussterem Essen und mehr Bewegung bringt langfristigen Erfolg. Dabei kann die Apotheke helfen.“

Die Apotheker empfehlen nach einer Analyse des Speiseplans, welche Nahrungsmittel ausgetauscht oder anders zubereitet werden sollten. Ziel ist, eine Änderung der Essgewohnheiten und ein damit verbundenes langsames Abnehmen zu erreichen.

In manchen Apotheken werden seit vielen Jahren unter dem Motto „Leichter leben in Deutschland“ auch Gesundheits- und Abnehmaktionen für Gruppen angeboten

„Abnehmen mit vollen Tellern“ lautet die Devise. Ergänzt durch sinnvolle Bewegung z. B. in Walking und Nordic Walking Kursen, purzeln die Pfunde.

6000 Teilnehmer aus Rheinland-Pfalz verloren im letzten Jahr im Schnitt 5,7 kg Gewicht. Personen mit Bluthochdruck oder Diabetes profitierten zusätzlich durch Verbesserung Ihrer Blutwerte.

Weitere Informationen: Ursula Kreis, Tel.: 06 13 1/2 70 12 16

Landesapothekerkammer
Rheinland-Pfalz
Am Gautor 15, 55131 Mainz,
☎ 06131-27012-0
☎ 06131-27012-31
geschaeftsstelle@lak-rp.de
www.lak-rp.de;