

Wohlfühlen trotz mehr Kilos

Mehr als die Hälfte der Bevölkerung ist mit ihrem Gewicht unzufrieden. Doch nicht jede Form des Übergewichts ist gesundheitsgefährdend. Leichtes Übergewicht kann sogar gesund sein! Sich damit auch wohlfühlen, ist wieder eine andere Sache. Wie das gelingen kann, erfahren Besucher am 18. März um 19 Uhr von Primar Georg Galvan im SN Saal.

SALZBURG. Ein „gesundes Übergewicht“ – gibt es das? Übergewicht gilt seit vielen Jahrzehnten als wichtiger Risikofaktor für Zivilisationserkrankungen wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Zuckerkrankheit oder verschiedene Krebsarten.

Primar Dr. Georg Galvan meint dazu: „Übergewicht ist nicht gleich Übergewicht“. Im Rahmen der Vortragsreihe Ge-

sundes Salzburg des GIZ der Salzburger Gebietskrankenkasse und des Kuratoriums für psychische Gesundheit, der „Salzburger Nachrichten“ und der „Salzburger Woche“ geben Experten konkret darüber Auskunft, warum Übergewicht nicht generell ein Gesundheitsrisiko und ein Ausdruck von mangelnder Disziplin ist. Dass ein hohes Körpergewicht auch

günstig wirken kann, zeigen Untersuchungen bei kranken Menschen: Patienten an der Dialyse („Blutwäsche“), mit Herzschwäche, Bewohner von Pflegeheimen und Patienten auf Intensivstationen profitieren ganz klar davon. Für sie sind Energiereserven ein wichtiger Gesundheitsfaktor. „In Zukunft wird zur Beurteilung der Gesundheit das Körpergewicht eine geringere Rolle spielen als heute“, erklärt Primar Galvan. Wie es gelingen kann, sich in und mit seinem Körper wohlfühlen? Darüber infor-



Georg Galvan

Bild: SW/privat

miert der Experte in seinem Vortrag. Im Anschluss daran werden die Fragen der Besucher beantwortet. Der Eintritt ist frei.