

Vorsorge

# Fitnesscheck für die Staatsoper

Zwei Tage lang konnten die Mitarbeiter des Hauses am Ring im UNIQA VitalTruck ihren körperlichen Zustand testen lassen.

Es hätte schlimmer sein können. Durchaus zufrieden ist Staatsoperndirektor Ioan Holender mit dem Ergebnis seines Wirbelsäulen-Checks im blauen UNIQA VitalTruck, der die beiden vergangenen Tage neben der Wiener Oper Station machte. Seit mittlerweile vier Jahren ist das rollende Diagnosezentrum samt Arzt und Vitalcoaches in Österreich, aber auch im Ausland unterwegs. Für 9000 € pro Tag kann es von Firmen gemietet wer-

Albanien führte die mittlerweile 80.000 km lange Route des Trucks. Insgesamt nahmen bisher rund 24.000 Personen an dem 50-minütigen Test mit anschließendem Beratungsgespräch teil. Zuletzt in Wien waren es zirka 150 Mitarbeiter der Staatsoper, des Burgtheaters sowie Mitglieder der Philharmoniker. „Es wäre dumm, diese Möglichkeit, seinen ganzen Körper wie in einem Spiegel anzusehen, nicht zu nutzen“, erklärt Direktor Holender den Grund für seine Teilnahme.

**Bewegungsarme Städte** Die Auswertung der anonymisierten Tests liefert aber auch einen Überblick über den Gesundheitszustand der Gesamtbevölkerung: „Sehr häufig stellen wir Übergewicht und mangelnde Ausdauer fest. Besonders die städtischen Teilnehmer haben oft Probleme mit der Wirbelsäule. Ein Hinweis darauf, dass sie sich zu wenig bewegen“, sagt UNIQA-Einsatzleiter Josef Poisinger. Auch das berüchtigte Ost-West-Gefälle tritt bei den Tests zu Tage: „Die Unter-

suchten aus den westlichen Bundesländern sind viel fitter.“ Nicht selten werden auch bisher unentdeckte Krankheiten aufgespürt: „Dies gilt insbesondere für Bluthochdruck. Betroffen sind vor allem Männer“, erzählt Poisinger. Für die Firmen würde sich das Investment in die Gesundheit der Mitarbeiter auf alle Fälle lohnen: „Skandinavische Studien zeigen, dass man für einen dafür ausgegebenen Euro drei einspart.“

**INTERNET**  
www.uniqa.at



Voll in Balance: Staatsoperndirektor Holender beim Koordinationstest



150 Personen ließen sich im Truck neben der Oper testen

den, die ihren Mitarbeitern die Möglichkeit zu einem kostenlosen Fitness-Test geben wollen. Aufbauend auf den Ergebnissen stellen die Vitalcoaches auf Wunsch ein für den Betrieb ein maßgeschneidertes Trainingsprogramm zusammen. Von Alcatel über Erste Bank bis hin zur Verbund AG reicht der Bogen der Firmen, die bisher dieses Angebot genutzt haben. Hinzu kommen die Landesregierungen von Salzburg, Tirol und Oberösterreich sowie die Wirtschaftskammern Österreich, Wien und Burgenland. Bis nach Norddeutschland und

suchen aus den westlichen Bundesländern sind viel fitter.“ Nicht selten werden auch bisher unentdeckte Krankheiten aufgespürt: „Dies gilt insbesondere für Bluthochdruck. Betroffen sind vor allem Männer“, erzählt Poisinger. Für die Firmen würde sich das Investment in die Gesundheit der Mitarbeiter auf alle Fälle lohnen: „Skandinavische Studien zeigen, dass man für einen dafür ausgegebenen Euro drei einspart.“

## Schimmel-Allergien nehmen stark zu

**Belastung in Räumen** – Allergische Beschwerden, ausgelöst von Schimmelpilzen, nehmen zu: „Derzeit sind bis zu zehn Prozent unserer Patienten davon betroffen. Das hatten wir vor zehn Jahren noch nicht“, sagt Univ.-Prof. Beatrix Tichatschek vom Allergieambulatorium Wien-West. „Schimmelpilze gehören neben Pollen und Hausstaubmilben mittlerweile zu den häufigsten Allergieauslösern.“ Die Symptome betreffen jedoch im Gegensatz zu vielen Pollenallergien (tränenende Augen, rinnende Nase) vor allem die unteren Atemwege. „Die Patienten haben Husten und teilweise massive Atemnot, ohne zu wissen, warum“, betont Prim. Marcus Franz vom Wiener Hartmann-Spital.

Die Experten raten bei Beschwerden jedenfalls zu einer Allergieauswertung. Für zu Hause kann auch ein Schimmeltest (um 59,90 € in Postämtern und Drogerien erhältlich), der in einem Labor untersucht wird, erste Auskunft über eine mögliche Schimmelbelastung geben. Ist sie vorhanden, seien Sanierungsmaßnahmen unumgänglich, so die Fachleute.



Pilzsporen gelangen tief in die Lunge

## Schweinegrippe: Mehr Impfungen

**Zweite Immunisierung** – Aufzeichnungen des Gesundheitsministeriums zeigen, dass sich bisher 201.565 Österreicher gegen die Schweinegrippe impfen ließen. Allein in der Vorwoche hatten sich 38.656 Erwachsene und Kinder immunisieren lassen. Diese nun wieder etwas stärkere Nachfrage wird mit dem Start der zweiten Teilimpfung, die in der Vorwoche begann, in Zusammenhang gesehen. Laut einer Hochrechnung hatten sich in der Vorwoche insgesamt 30.000 bis 45.000 Österreicher mit Neue Grippe angesteckt.

Eine am Donnerstag im *British Medical Journal* publizierte Studie kam indes zum Schluss, dass die Sterberate geringer ist als befürchtet. Es starben 0,026 Prozent der britischen Grippepatienten. Bei der Spanischen Grippe 1918/19 lag die Sterblichkeit bei zwei bis drei Prozent.

### ► Untersuchungen

## Die sieben Tests im Lkw-Anhänger

Rund 100 Personen können pro Tag im UNIQA VitalTruck untersucht werden. Die Tests im Detail:  
– **Ruhe-EKG** Dabei wird der elektrische Erregungsablauf des Herzens gemessen. Hinzu kommt ein Stresstest.

– **Körperfettanteil** Wird mit einem Infrarot-Check ermittelt.  
– **Koordination** Untersuchung der wichtigsten Koordinations- und Beweglichkeitskriterien, Feinmotorik und Balance.  
– **Wirbelsäule** Die Mediomouse zeichnet durch Ab-

tasten Form und Lage der Wirbel auf.  
– **Kreislauf** Abklärung mittels Stufentest.  
– **Beweglichkeit** Suche nach Einschränkungen und Muskelverkürzungen.  
– **Rumpfkraft** Computergesteuerte Analyse diverser Muskeln.



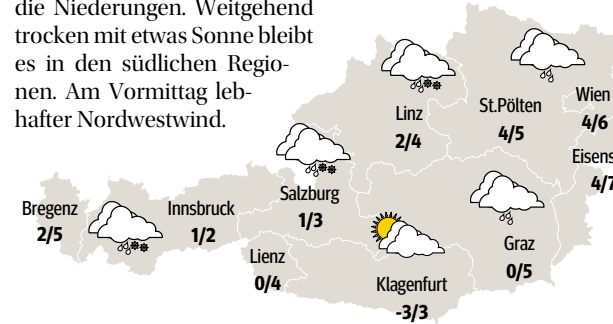
Die Teststation des LKW ist 42 Quadratmeter groß

### WETTER

#### Zum Wochenende hin wird es winterlich

**Wetterlage:** Aus Nord erreicht polare Luft den Alpenraum.  
**Aussichten:** Bei dichter Bewölkung breiten sich Schneefall und Regen entlang der Alpen Nordseite bis in den äußersten Osten aus. Der meiste Niederschlag fällt vom Bregenzer Wald bis zum Salzkammergut. Die Schneefallgrenze sinkt bis zum Abend verbreitet bis in die Niederungen. Weitgehend trocken mit etwas Sonne bleibt es in den südlichen Regionen. Am Vormittag lebhafter Nordwestwind.

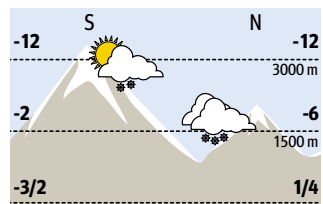
**Vorschau auf Samstag:** Vor allem entlang der Alpennordseite schneit es verbreitet, teils auch länger anhaltend. Sonst sind bis zum Abend nur vereinzelte Schneeschauer möglich. Im Süden und Südosten bleibt es weitgehend trocken und zeitweise kommt die Sonne hervor. Schwacher nördlicher Wind.



#### Biowetter

Von dem Störungseinfluss sind besonders Menschen mit rheumatischen Beschwerden sowie Personen mit chronischen und akuten Atemwegserkrankungen betroffen. Das feuchtrübe Wetter kann bei sensiblen Personen depressive Verstimmungen hervorrufen. Außerdem ist die Erkältungsgefahr sehr hoch.

#### Bergwetter



Alpensüdseitig teils aufgelockert, sonst Berge in Wolken, Schneefall und lebhafter Wind.

#### Sonne / Mond

Bezugsort Wien (Salzburg ca. +14, Bregenz ca. +28 Minuten)  
☾ abnehmender Mond  
07.35 ☀ 02.11 ☾  
☀ 16.00 ☾ 12.41

#### Vorschau

Samstag ☀  
-1/1 ☀  
60% ☁  
Sonntag ☀  
-3/0 ☀  
60% ☁  
Montag ☀  
-5/-1 ☀  
40% ☁  
Dienstag ☀  
-9/-2 ☀  
30% ☁  
Niederschlagswahrscheinlichkeit in Prozent

#### Europa

