

# Balance halten – Rücken stärken!

Tag der Rückengesundheit 2017



FPZ Rückenzentren locken bundesweit mit speziellen Einsteiger-Tests

01.03.2017 12:34 CET

## Am 15. März ist Tag der Rückengesundheit - FPZ Rückenzentren locken bundesweit mit speziellen Einsteiger-Tests

**Köln, 01. März 2017** - Der 16. Tag der Rückengesundheit steht unter dem Motto "**Balance halten – Rücken stärken**". Deutschlandweit öffnen auch die FPZ Rückenzentren an diesem Tag ihre Türen für Interessierte. Besucher können sowohl an Aktionen und Workshops teilnehmen als auch Informationen rund um die besonderen Therapiemöglichkeiten und Erfolgsaussichten bekommen. Getreu dem diesjährigen Motto können die FPZ

Rückenzentrum durch spezielle Rückenanalysen Ungleichgewichte in der Rückenmuskulatur so umfassend und präzise feststellen, dass nachfolgende Therapiemaßnahmen ganz gezielt die Balance wieder herstellen können.

Folgende Aktionen erwarten die Besucher:

- **Am Mittwoch, den 15.03.2017**, gibt es abends spannende Vorträge zum Thema "Rückenschmerzen und Lösungsansätze".
- **Am Samstag, den 18.03.2017**, bieten teilnehmende FPZ Rückenzentren Beratungsgespräche, Workshops, Analysen der Rückenmuskulatur u.v.m.

Somit können Interessierte an beiden Tagen den Ursachen für ihren Rückenschmerz auf den Grund gehen sowie Maßnahmen gegen die Beschwerden kennenlernen und anschließend gleich ausprobieren.

**Fakt ist:** 85 Prozent der Deutschen leiden mindestens einmal im Leben unter Rückenschmerzen<sup>[1]</sup> – Tendenz steigend. Zu den Ursachen zählt oftmals Bewegungsmangel, der auf direktem Wege zu Rückenschmerz und anderen Erkrankungen führt. Das Motto des diesjährigen Tages der Rückengesundheit „Balance halten – Rücken stärken“ soll daher auch dazu auffordern, das eigene Leben aktiv zu gestalten und auf ein gesundes Gleichgewicht zu achten. Mit der Teilnahme leisten die FPZ Rückenzentren ihren Teil zu einer besseren Rückengesundheit in Deutschland.

Der bundesweite Aktionstag wird in enger Zusammenarbeit zwischen dem Bundesverband der deutschen Rückenschulen (BdR) e.V. und der Aktion Gesunder Rücken (AGR) e.V. organisiert.

Unter [www.tag-der-rückengesundheit.de](http://www.tag-der-rückengesundheit.de) ist das komplette Angebot aller FPZ Rückenzentren in Deutschland aufgelistet.

<sup>[1]</sup> Hildebrandt J., Pflingsten M.: Rückenschmerz. Diagnostik, Therapie und Prognose. In: Z Ärztl. Fortb Qualitätssich (ZaeFQ) 92, (1998).

Präventions- und Therapieprogramme zur individuellen Verbesserung der durch Bewegungsmangel verursachten Funktionsverluste und zur Steigerung der Lebensqualität von Menschen mit Rückenschmerzen.

Mit ihren kooperierenden Ärzten, Rückenzentren und Kostenträgern bildet die FPZ GmbH mit Zentralsitz in Köln ein bundesweites *Netzwerk der Rückenexperten* unter der Leitung des Sozialwissenschaftlers Dr. Frank Schifferdecker-Hoch. Bereits 1990 wurde mit der Entwicklung der analyse- und gerätegestützten Rückenschmerztherapie – FPZ Therapie – für Patienten mit chronischen oder wiederkehrenden Rücken- und/oder Nackenschmerzen begonnen. 1993 wurde das damalige Forschungs- und Präventionszentrum (FPZ) gegründet. Die dort entwickelte, individuelle Therapie wird von Ärzten verordnet, von Therapeuten in FPZ Rückenzentren persönlich betreut und von aktuell mehr als 50 Kostenträgern erstattet. Das FPZ unterhält inzwischen eine einmalige Datenbank wissenschaftlicher Auswertungen zum Thema Rückenschmerz.

## Kontaktpersonen



### **Catharina Kern**

Pressekontakt

Marketing & PR

[catharina.kern@fpz.de](mailto:catharina.kern@fpz.de)

+49 221 99530651