Medien-Information

07.09.2026

Welttag der Physiotherapie am 8. September 2026: Bewegung stärkt Herz und Gesundheit – Gesundheitsstaatssekretär Olaf Tauras besuchte Praxis

KIEL. Im Mittelpunkt des diesjährigen Welttags der Physiotherapie am 08. September steht die Rolle der Physiotherapie und körperlicher Aktivität bei der Prävention, Behandlung und Rehabilitation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Schlaganfällen.

Gesundheitsstaatssekretär Olaf Tauras besuchte im Vorfeld des diesjährigen Aktionstages auf Einladung des deutschen Verbandes für Physiotherapie, Physio Deutschland, die Physiotherapiepraxis Sport-REHA Kiel und machte sich ein Bild von der wichtigen Arbeit. „Regelmäßige Bewegung ist ein wichtiger Baustein für ein gesundes Leben. Physiotherapie kann Menschen dabei unterstützen, körperlich aktiv zu bleiben, nach einer Erkrankung wieder Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit zu gewinnen und ihre Lebensqualität zu verbessern**“**, betont Staatssekretär Dr. Olaf Tauras. „Gerade bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen zeigt sich, wie wichtig es ist, Prävention und Rehabilitation zusammen zu denken. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten leisten dabei einen sehr wichtigen Beitrag.“

Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehören weltweit zu den häufigsten Todesursachen. Nach Angaben des Weltverbands für Physiotherapie sind jährlich rund 20,5 Millionen Todesfälle auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen zurückzuführen; etwa 85 Prozent davon stehen im Zusammenhang mit Herzinfarkten und Schlaganfällen. Viele Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind beeinflussbar. Dazu gehören unter anderem Bewegungsmangel, ungesunde Ernährung und Adipositas sowie Tabak- und schädlicher Alkoholkonsum. Als besonders wichtiger Risikofaktor wird Bluthochdruck hervorgehoben.

„Herzgesundheit beginnt mit Bewegung. Doch vielen Menschen fällt es schwer, nach einer Erkrankung, mit zunehmendem Alter oder aufgrund bestehender Risikofaktoren körperlich aktiv zu werden oder zu bleiben. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten sind die Expertinnen und Experten für Bewegung. Sie unterstützen Menschen dabei, einen sicheren und individuellen Weg zu mehr Aktivität zu finden und Bewegung dauerhaft in ihren Alltag zu integrieren. Genau darin liegt ein wichtiger Schlüssel für mehr Gesundheit und Lebensqualität“, sagt Dr. Minettchen Herchenröder, Generalsekretärin bei Physio Deutschland.

Physiotherapie setzt dabei individuell an. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten können die körperliche Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit beurteilen, individuelle Bewegungs- und Trainingsprogramme entwickeln und Menschen dabei unterstützen, Bewegung dauerhaft in ihren Alltag zu integrieren. Gleichzeitig können sie dazu beitragen, Ängste vor körperlicher Aktivität abzubauen und gesundheitsfördernde Veränderungen des Lebensstils zu unterstützen. Auch nach einer Herz-Kreislauf-Erkrankung oder einem Schlaganfall kommt der Physiotherapie eine wichtige Bedeutung zu. Ziel ist es, die körperliche Fitness zu verbessern, die selbstständige Bewältigung der Erkrankung zu fördern und damit auch die Lebensqualität zu steigern. Dabei kommt es nicht auf ein „Mehr“ an Bewegung um jeden Preis an, sondern auf passende und sichere Bewegung. Ausdauertraining kann das Herz-Kreislauf-System stärken und unter anderem dabei helfen, alltägliche Aktivitäten leichter zu bewältigen. Krafttraining unterstützt den Erhalt und Aufbau der Muskulatur. Gleichgewichts- und Beweglichkeitstraining fördern sichere Bewegungsabläufe und können beispielsweise dazu beitragen, Stürze zu vermeiden.

„Der Welttag der Physiotherapie macht deutlich, dass Physiotherapie weit mehr ist als die Behandlung von Beschwerden. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten leisten jeden Tag einen wichtigen Beitrag zur Prävention, Gesundheitsförderung und Rehabilitation. Sie befähigen Menschen, ihre Gesundheit aktiv mitzugestalten und langfristig selbstständig zu bleiben“, ergänzt Herchenröder.

„Gesundheitsförderung beginnt häufig im Alltag – mit mehr Bewegung, einem aktiven Lebensstil und dem Wissen, was dem eigenen Körper gut tut**“**, so Tauras. „Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten bringen dafür eine besondere fachliche Kompetenz mit. Der Welttag der Physiotherapie bietet eine gute Gelegenheit, auf diesen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsversorgung aufmerksam zu machen.“

Hintergrund: Der Welttag der Physiotherapie wird jährlich am 8. September begangen. Das diesjährige internationale Motto stellt die Bedeutung von Physiotherapie für die Herz-Kreislauf-Gesundheit in den Mittelpunkt. Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten unterstützen Menschen dabei, aktiv zu bleiben, Risikofaktoren zu reduzieren und nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Schlaganfällen wieder mehr Selbstständigkeit und Lebensqualität zu gewinnen. Weitere Informationen zum Welt-PT-Tag finden Interessierte auf der Internetseite von Physio Deutschland unter:
https://www.physio-deutschland.de/thema/welt-pt-tag.html

Verantwortlich für diesen Pressetext: Christian Kohl / Oliver Breuer | Ministerium für Justiz und Gesundheit | Lorentzendamm 35, 24103 Kiel | Telefon 0431 988-2654 | E-Mail: pressestelle@jumi.landsh.de | Medien-Informationen der Landesregierung finden Sie aktuell und archiviert im Internet unter www.schleswig-holstein.de | Das Ministerium finden Sie im Internet unter www.schleswig-holstein.de/mjg

Diese PM entstand in Kooperation mit Physio Deutschland: Dr. Minettchen Herchenröder / Nadine Baltes | Physio Deutschland - Deutscher Verband für Physiotherapie e. V., Bonner Straße 143, 50968 Köln | Tel.: 0221 - 981027-0 |
E-Mail: info@physio-deutschland.de | Physio Deutschland finden Sie im Internet unter www.physio-deutschland.de