



Bayerischer Heilbäder-Verband: Neues Projekt „Wald und Gesundheit“

Beitrag

Die bayerischen Heilbäder und Kurorte wollen den Wald im Freistaat künftig als Heil- und Kurwald nutzen und ihren Gästen dort neue Therapien und Naturerlebnisse bieten. Das Thema „Wald und Gesundheit“ werde 2019 ein neues Projekt des Bayerischen Heilbäder-Verbandes, erklärte der Vorsitzende Klaus Holetschek. „Internationale Studien belegen: Wald tut der Gesundheit gut“, so Holetschek. „Unser Ziel ist es deshalb, die in Bayern großzügig vorhandene, natürliche Ressource Wald zum Heil- und Kurwald weiter zu entwickeln. Der Wald ist ein wertvoller Bestandteil der Gesundheitsvorsorge, den wir in Deutschland bislang vernachlässigt haben.“

Waldtherapien sind seit 1982 in Asien bekannt. Allein in Japan gibt es 63 Waldtherapie-Stützpunkte. Auch in Finnland und Schweden wird der Wald als Therapieort genutzt. Internationalen Studien zufolge wirken sich Waldtherapien positiv auf Körper und Seele auswirken. Walderlebnisse hellen die psychische Stimmung auf, wecken positive Emotionen, reduzieren Stress, senken den Blutdruck und verbessern die Schlafqualität.

In Bayern gibt es 2,6 Millionen Hektar Wald – ein wahrer Schatz für die Entwicklung neuer Therapie- und Präventionsangebote für die bayerischen Heilbäder und Kurorte. „Wir möchten im Rahmen des Projektes ‚Wald und Gesundheit‘ das Makroklima und die Geländestruktur des Waldes therapeutisch nutzen“, betont Holetschek. „Der Wald eignet sich als Therapieort bei vielen Indikationen. Beispielsweise bei Erkrankungen der Atemwege und des Bewegungsapparates sowie bei neurologischen und psychischen Erkrankungen.“ Ein Waldbesuch ist auch mit körperlicher Aktivität verbunden. „Das Laufen auf unterschiedlichen Untergründen kommt dem Bewegungsapparat zugute. Die Waldluft enthält so genannte Terpene. Diese Substanzen haben laut einer Studie aus Japan eine stärkende Wirkung auf unser Immunsystem.“ Die Heilbäder und Kurorte wollen deshalb vor allem auf aktivierende Angebote zur eigenen Gesunderhaltung setzen.

„Wir könnten die Pflanzen- und Tierwelt den Patienten auf Führungen und auf Lehrpfaden greifbar machen. Wir können waldpädagogische Angebote in unsere Produktentwicklung aufnehmen und so die Waldressourcen analog zu unseren ortsgebundenen Heilmitteln wie Moor, Sole oder Thermalquellen nutzen“, so Holetschek. „Insgesamt können die Heilbäder und Kurorte damit ein neues Alleinstellungsmerkmal für Gesundheit, Wohlfühlen und für Lebensqualität entwickeln.“

2019 will der BHV das Projekt „Wald und Gesundheit“ gezielt auf den Weg bringen. Geplant ist eine begleitende wissenschaftliche Studie. Exzellente Vorarbeiten zu diesem Thema gibt es bereits von Prof. Dr. Angela Schuh vom Lehrstuhl für Public Health und Versorgungsforschung der Ludwig-Maximilians-Universität München. Die Studie soll unter Einbindung des Förderprogramms der Bayerischen Staatsregierung zur Steigerung der medizinischen Qualität in bayerischen Heilbädern und Kurorten erfolgen. Der Bayerische Heilbäder-Verband hat bereits erste Gespräche mit den Staatsforsten und der Bayerischen Staatsregierung geführt. Diese Gespräche will der Verband intensivieren.

Text: PR-Agentur Rosi Raab

Foto: Roland Schraut – **Bildunterschrift:** Der Vorsitzende des Bayerischen Heilbäder-Verbandes Klaus Holetschek, MdL.

Zahnarztpraxis Dr. Christine Schlehuber



Am Marktplatz 5 in Prien

www.zahnarzt-prien.de
08051-9634060

Kategorie

1. Allgemein

Schlagworte

1. Bayern
2. Heilbäder-Verband