Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit, Pflege und Prävention

PRESSEMITTEILUNG
Nr.152/GP 17.06.2022

Holetschek wirbt für mehr Eigenverantwortung für die eigene Gesundheit - Bayerns Gesundheitsminister: Prävention ist das A und O

Bayerns Gesundheitsminister Klaus Holetschek hat beim Festakt zum 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp in Bad Wörishofen für mehr Eigenverantwortung für die eigene Gesundheit geworben. Der Minister betonte am Freitag: „Die letzten Jahre haben uns nochmal verdeutlicht, wie wichtig Gesundheit für jeden von uns ist. Dabei ist Prävention das A und O. Es besteht kein Zweifel daran, dass eine gesunde Lebensweise die beste Voraussetzung ist, das Immunsystem zu stärken und Krankheiten vorzubeugen."

Holetschek ergänzte: „Die meisten Menschen sterben an Erkrankungen, die mit ihrem Lebensstil zusammenhängen. Auch die Zahl chronisch kranker Patientinnen und Patienten, die an sogenannten Zivilisationskrankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes mellitus Typ 2 leiden, ist deutlich gestiegen. Umso wichtiger ist es, dass wir alle auf unsere körperliche und seelische Gesundheit achten."

Der Minister unterstrich: „Ich bin überzeugt davon, dass dazu auch die Anwendungen von Kneipp einen wichtigen Beitrag leisten können. Sebastian Kneipp war ein Visionär der Prävention und Gesundheitsvorsorge. Er war ein Pionier auf dem Gebiet der Naturheilkunde. Sein Ansatz ist aktueller denn je."

Der ganzheitliche Ansatz zur Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele von Kneipp beruht auf fünf Säulen: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung. Zielsetzung der seit ihren Anfängen stetig weiterentwickelten Lehre ist es, im Einklang von Mensch und Natur die Gesundheit zu erhalten und Krankheiten aktiv vorzubeugen. Der Minister erläuterte: „Hinter Kneipps Ansatz verbirgt sich die Erkenntnis, dass ein gut funktionierendes Immunsystem, körperliche Fitness und eine gute Stressresistenz wichtig sind, um gesund zu bleiben oder wieder zu werden. Das Behandlungsspektrum der fünf Elemente ist immens – neben dem Aspekt der Prävention können gesundheitliche Beschwerden auch geheilt oder Schmerzen gelindert werden. Dies betrifft insbesondere chronische Erkrankungen."

Holetschek betonte: „Vorsorge ist für mich ein Herzensanliegen. Wir setzen uns mit unserem Bayerischen Präventionsplan daher aktiv dafür ein, Bürgerinnen und Bürger bei ihrer Entscheidung für eine gesundheitsförderliche Lebensweise zu

Haidenauplatz 1
81667 München

Öffentliche Verkehrsmittel:
Buslinien 54 und 100
Haidenauplatz

Telefon: +49 89 95414-5550
Telefax: +49 89 95414-9550
E-Mail: pressestelle@stmgp.bayern.de
Internet: www.stmgp.bayern.de

Pressesprecher:
Jörg Säuberlich

unterstützen, gesunde Lebenswelten zu gestalten und die gesundheitliche Chancengleichheit zu fördern."

Der Minister ergänzte: „Mit unserer aktuellen Kampagne ‚Hand aufs Herz – Aktiv gegen Herzinfarkt' legen wir den Schwerpunkt in diesem Jahr auf die Prävention von Herzinfarkten. Wir wollen die Bürgerinnen und Bürger zu einem herzgesunden Lebensstil motivieren. Ausgewogene Ernährung, ausreichend Bewegung, Entspannung, Nichtrauchen, aber auch ein verantwortungsvoller Alkoholkonsum sind der beste Weg für ein gesundes Leben."

Haidenauplatz 1
81667 München

Öffentliche Verkehrsmittel:
Buslinien 54 und 100
Haidenauplatz

Telefon: +49 89 95414-5550
Telefax: +49 89 95414-9550
E-Mail: pressestelle@stmgp.bayern.de
Internet: www.stmgp.bayern.de

Pressesprecher:
Jörg Säuberlich