



Günter Slovacek (2.v.r.) ist ein großer Fan der Koronarsportgruppe. Ihm tut die Bewegung gut, und die Gespräche mit den Männern und Frauen möchte er nicht missen. —FOTO: HARALD STANBERGER

Von der „Himmelstür“ in die Turnhalle

Günter Slovacek ist seit 30 Jahren in der Koronarsportgruppe

VON HARALD STANBERGER

HERTEN. Möglicherweise verdankt er dem Koronarsport in Hertens den letzten dreißig Jahren seines Lebens. Ganz bestimmt aber hat dieser Sport nach Ansicht von Günter Slovacek wesentlich zur Verbesserung seiner Lebensqualität beigetragen.

Vor 30 Jahren erwischte es den heute 82-jährigen Scherlebecker: Herzinfarkt, entdeckt bei einer ärztlichen Untersuchung, der er sich unterzogen hatte, weil er sich „irgendwie schlecht fühlte“. Es folgten Intensivmedizin und Kur. Günter Slovacek: „Die

Ärzte in Krankenhaus und Kur wussten von einer Koronarsportgruppe in Hertens und meinten, ich sollte da unbedingt reingehen.“ Der nach dem Infarkt verrentete Fördermaschinist auf Schlägel & Eisen tat das, wandte sich an Ute Orłowski, die schon damals den Koronarsport organisierte, und wurde 1985 Mitglied. Heute sind einige der rund 200 Mitglieder des Vereins, die selbst von einem Infarkt getroffen wurden, älter als Slovacek, aber keiner ist länger dabei.

Im Jahr 1998 sah es zum zweiten Mal sehr schlecht für den damals 65-Jährigen aus: „Ich habe mich schlapp gefühlt. Vier Bypässe waren nö-

tig. Bei der Operation blieb ich weg. Ich stand schon vor der Himmelstür. Die haben mich aber wieder weggeschickt, weil kein Platz da war.“ Nach diesem Nahtoderlebnis packte man ihn in Watte: „Ich durfte keinen Sport mehr machen, kein Auto fahren und nicht einmal Treppen steigen.“

Nach einer kurzen intensiven Therapie gab ihm Prof. Dr. Gerhard Wambach vom St.-Elisabeth-Hospital erneut grünes Licht für den Koronarsport. Günter Slovacek stieg freudig wieder ein und blieb bis heute von weiteren Herzattacken und anderen gravierenden gesundheitlichen Problemen verschont.

„Der Verein hat mir 30 Jahre lang sehr gut getan, und ich möchte ihn auch heute nicht mehr missen. Selbst wenn ich nicht mehr aktiv mitmachen könnte, würde ich zum Training kommen und mich auf die Bank setzen“, ist sich der rüstige Rentner sicher. „Ich brauche einfach die Leute hier, die Gespräche, das Miteinander und die außersportlichen geselligen Aktivitäten.“ In dem Zusammenhang spart er nicht mit Lob für Ute Orłowski, die den Koronarsport, damals noch unter der Ägide vom TUS Hertens, ins Leben rief und seit der Gründung des eigenständigen Vereins dessen Vorsitzende ist.

Schwaches Herz wird stark mit Sport

Neue Gruppe trainiert ab 23. Februar am St.-Elisabeth-Hospital

VON DAGMAR HOJTYK

HERTEN. Wenn es ums Herz geht, geht es in diesen Tagen nicht immer nur um die Liebe und den Valentinstag. Es kann ausnahmsweise auch mal um Sport gehen. Der Koronarsportverein Herten und das St.-Elisabeth-Hospital arbeiten zusammen für ein neues Angebot. Am Montag, 23. Februar, startet eine neue Herzsportgruppe.

Die richtet sich speziell an Patienten mit einer schweren Herzschwäche (Herzinsuffizienz). Menschen mit dieser Erkrankung in kleinen Schritten Beweglichkeit und damit Lebensfreude wiederzugeben, ist ein Anliegen der Vorsitzenden des Koronarsportvereins, Ute Orlowski, und Dr. Horst Neubauer, Chef der Kardiologie am Elisabeth-Hospital. Gerade diese Gruppe sei besonders vorsichtig und ängstlich, sagen die Experten, aber gerade sie hätte durch den angeleiteten Sport auch wieder gute Chancen, den Alltag allein zu bewältigen. „In diesen Fällen hilft eine Gruppe ganz besonders“, weiß Ute Orlowski aus langjähriger Erfahrung.

Auch Dr. Neubauer macht den Patientinnen und Patienten Mut. „Sport ist das beste Medikament zur Vorbeugung und zur Steigerung des Allgemeinbefindens.“ Als hinder-



Das Herz im Griff haben Dr. Horst Neubauer, Leiter der Kardiologie, Übungsleiterin Leonie Schröder und die Vorsitzende des Koronarsportvereins, Ute Orlowski. —FOTO: HOJTYK

lich könne sich an dieser Stelle altes Wissen erweisen. Noch bis Mitte der 70er-Jahre des letzten Jahrhunderts galt nämlich in der Herzmedizin nach Erkrankungen die Devise: Der Körper braucht Ruhe.

Um 1975 revolutionierte der Sportmediziner Prof. Wildor Hollmann die Behandlungsformen. Dr. Horst Neubauer: „Jetzt geht es genau

andersherum. Inzwischen wissen wir, Sport ist die beste Medizin.“

Der Koronarsportverein, der in diesem Jahr bereits 30 Jahre besteht, bietet die neue Herzgruppe in der Physio-Abteilung des St.-Elisabeth-Hospitals an. „Das hat den Vorteil, dass immer Ärzte in der Nähe sind“, sagt Ute Orlowski. Mit der 25-jährigen Leo-

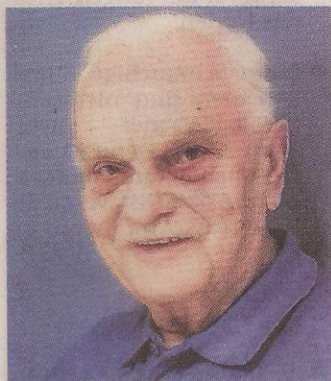
nie Schröder stellt der Koronarsportverein eine geschulte Übungsleiterin.

INFO Herzsportgruppe für Patienten mit starker Herzschwäche, montags von 16.30 Uhr bis 17.30 Uhr, Start am 23. Februar. Anmeldung bei Ute Orlowski, ☎ 0 23 66 / 8 44 33 @ uteorlowski@gmx.de

ZAHLE DES TAGES

30 Jahre lang ist Günter Slovacek Mitglied im Koronarsportverein. Den Kontakt zu seiner Gruppe möchte er auf keinen Fall missen – selbst wenn er nur auf der Bank sitzt. → Seite 4

30 Jahre fit mit Herzsport



Günter Slovacek.

—FOTO: STANBERGER

HERTEN. In unserer Berichterstattung über die Koronarsportgruppe am Samstag ist uns ein Fehler unterlaufen, den wir an dieser Stelle korrigieren möchten.

Unter der Überschrift „Von der ‚Himmelstür‘ in die Turnhalle“ erzählten wir die Geschichte von Günter Slovacek, der seit 30 Jahren Mitglied der Koronarsportgruppe ist. Auf dem Bild zu dieser Reportage war der 82-jährige nicht zu sehen, wie irrtümlich berichtet. Das Bild oben zeigt nun den rüstigen Senior, der sich mit Bewegung fit hält. Wir bitten, den Fehler zu entschuldigen.