



Rheuma-Liga Südtirol / PRESSEMITTEILUNG

Frangart, 06.08.2019

Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe Brixen: „Ernährung ist die beste Medizin“ – Vortrag des Ernährungstherapeuten Christian Thaler

Auf Einladung der Fibromyalgie- Selbsthilfegruppe Brixen hielt Ernährungstherapeut Christian Thaler aus Brixen vor kurzem einen Vortrag zum Thema: „Ernährung ist die beste Medizin“. Da bei Fibromyalgiepatienten der oxidative Stress erhöht sei, spielten Antioxidantien bei der Ernährung eine wichtige Rolle. Diese seien vor allem im Obst und im Gemüse vorhanden. Ebenfalls sei eine basische Ernährung von Vorteil. Sie schütze den Körper vor Übersäuerung, was sich wieder positiv auf die Schmerzen auswirke, führte Ernährungstherapeut Christian Thaler aus. Er empfahl zudem regelmäßige und moderate Bewegung, um dem Muskelabbau vorzubeugen. Im Anschluss an den Vortrag stand Ernährungstherapeut Christian Thaler den Anwesenden für weiterführende Fragen zur Verfügung. Die Leiterin der Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe Brixen, Marialuise Leitner, dankte am Ende der Veranstaltung Christian Thaler für die vielen Informationen und für die gewährte Unterstützung in Form eines kostenlosen Vortrages. „Wir sind sehr froh, dass es dank des großen Einsatzes von Marialuise Leitner gelungen ist, eine aktive Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe in Brixen aufzubauen. Die Selbsthilfegruppe wird von einer ausgebildeten Psychologin begleitet. Wir laden die Betroffenen des Eisacktales und des Wipptales ein, das neue Angebot anzunehmen.“, so abschließend der Präsident der Rheuma-Liga Günter Stolz und Geschäftsführer Andreas Varesco.

Mit der freundlichen Bitte um Veröffentlichung!

Günter Stolz
Präsident der Rheuma-Liga
348/2891935

Dr. Andreas Varesco
Geschäftsführer der Rheuma-Liga Südtirol
349/7119985