

PRESSEINFORMATION\_Basis

## **Kliniken, Therapeuten, Selbsthilfegruppen: Thüringer GesundheitsMesse mit großem Fachangebot**

**Größte Messe zum Thema Gesundheit in Thüringen vom 7. bis 8. März 2020 in der Erfurter Messe – 125 Aussteller informieren und beraten – umfangreiches Vortragsprogramm von Medizinern, Therapeuten, Gesundheitsexperten – 24 kostenlose Gesundheits-Checks und 30 besondere Standaktionen**

Erfurt, 2. März 2020. - Die „Thüringer GesundheitsMesse“ ist mit 125 Ausstellern die größte ihrer Art in Thüringen. Bei ihr dreht sich am 7. und 8. März 2020 in der Erfurter Messe alles ums Gesund-Sein, -Bleiben und -Werden. Die Aussteller informieren und beraten, sie stellen neue Therapieansätze und Produkte vor. Kliniken samt Ansprechpartner, medizinische Fachprodukte, Pflegeangebote oder naturheilkundliche und alternativmedizinische Ansätze: Bei der Thüringer GesundheitsMesse gibt es das gesamte Angebotsspektrum des Gesundheitsmarktes. Hinzu kommen 47 kostenlose Vorträge und erstmals eine Podiumsdiskussion, die den Besuchern Informationen aus erster Hand liefern. Und für die Überprüfung der eigenen Gesundheit lohnt ein Gang durch die Messe ebenfalls: In 24 kostenlosen Gesundheits-Checks lässt sie sich vom Kopf bis zu den Füßen überprüfen. 30 besondere Standaktionen bringen den Besuchern zusätzlichen Nutzen.

Von den drei Säulen, die die Thüringer GesundheitsMesse ausmachen – Aussteller, Expertenvorträge und Gesundheits-Checks – sind die Aussteller die Basis. Mehr als 120 von ihnen präsentieren sich bei der 13. Thüringer GesundheitsMesse. 27 davon sind Kliniken, darunter die meisten in Thüringen gelegen. Sie versorgen allgemein wie das Sophien- und Hufelandklinikum Weimar oder die KMG-Kliniken in Thüringen. Oder sie punkten mit einer Spezialausrichtung – die Waldkliniken Eisenberg mit einem orthopädischen Schwerpunkt, die Paracelsus-Elena-Klinik (Kassel) als neurologische Spezialklinik mit Fokus auf die Parkinson-Behandlung, die Klinik an der Weißenburg mit ihrem Schwerpunkt auf Rheuma oder das Herz-Kreislaufzentrum Rotenburg, das dem Namen entsprechend seinen Fokus auf Herz- und Kreislauferkrankungen legt.

Bei den Kliniken geht es um Informationen zum Behandlungsangebot, bei anderen Ausstellern um ihr Wissen: Seien es die Landeszahnärztekammer und die

Patientenberatungsstelle der Thüringer Zahnärzte, denen die Zahngesundheit besonders am Herzen liegt, oder sei es die Augenoptikerinnung Thüringen, die ihr geballtes Fachwissen zum Thema Augen vorstellt. Die Unfallkasse Thüringen berät an ihrem Gemeinschaftsstand mit der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft und dem Deutschen Verkehrssicherheitsrat zum übergreifenden Thema „Sicherheit auf allen Wegen“.

Die Verbraucherzentrale vermittelt aktuelle Informationen rund um Ernährung und Gesundheit. Und informiert zum Beispiel darüber, dass Alufolie nicht um Nahrungsmittel gehört – gerade saures Essen greift die Folierung an und man isst anschließend Teile des Aluminiums mit.

Das Aussteller-Spektrum ist breit, kein Wunder, ist doch auch Gesunderhaltung und Wohlfühlen mit und ohne Krankheit ein weites Feld. So bietet die Heller Medizintechnik Elektrotherapie an, das Fachzentrum für Treppenlifte in Ilmenau stellt seine Lifte vor, die Menschen, denen das Treppensteigen unmöglich wird, ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden ermöglichen. Jüttner Orthopädie präsentiert Umbaumöglichkeiten, die den persönlichen Bedürfnissen angepasst sind und präsentiert auch die ganz praktische Umsetzung. Oder Lofty, der Perückenhersteller, der Menschen mit Haarausfall mit seinem Angebot viel Selbstbewusstsein zurückgibt. Selbstbestimmung und im vertrauten Umfeld zu bleiben, sind Punkte, die bei einer beginnenden Pflegenotwendigkeit aufkommen. Die häusliche Pflege ist dann bei vielen Menschen das Mittel der Wahl – darüber informiert das Erfurter Unternehmen Pflege mit Leidenschaft.

Das Spannende an der Thüringer Gesundheitsmesse sind auch die Entdeckungen, die man hier machen kann: Sei es die reine Rapsmargarine, die der Geraer Hersteller OTHÜNA mitbringt und die man verkosten kann. Seien es die Barfußschuhe von Sole Runner, mit denen man auf dem aufgebauten Barfußschuhpfad gern Probeschritte machen kann. Denn Barfußschuhe liegen bei Gesundheitsbewussten seit einigen Jahren im Trend, da sich immer mehr Menschen wünschen, ihre Füße aus dem Korsett gängiger – und damit enger – Schuhe zu befreien, um jeden Schritt spüren zu können und die Hochleistungsträger ihres Alltags – ihre Füßen eben – dadurch zu entlasten. Bei Herzblick(k) kann man einen Blick auf sein inneres Kind werfen, eine Methode, um Erlebnisse und seelische Wunden der Kindheit zu betrachten und durch Aufmerksamkeit zu überwinden.

Selbstbestimmung gilt mehr und mehr auch für die letzten Schritte im Leben – hier setzt das Messe-Angebot von Horst Walther Bestattungen an. Das Erfurter Unternehmen informiert zur Vorsorge für den Krankheits- und Trauerfall – zum Beispiel eine Patientenverfügung, die im Ernstfall auch beachtet wird. Während der Anbieter FriedWald den in Bad Berka eröffneten Friedwald betreut, der einzige Platz in Thüringen, wo man im Schatten alter Bäume und ohne klassischen Friedhof seine letzte Ruhestätte finden kann.

## **20 Selbsthilfegruppen bieten Ansprechpartner**

Selbsthilfegruppen sind für Betroffene und ihre Angehörigen oft eine wichtige Stütze bei der Suche nach Hilfe und Tipps für den Umgang mit einer Erkrankung. Denn in Selbsthilfegruppen finden sich Menschen zusammen, die das Gleiche erleben und sich mit ihrer Erfahrung gegenseitig unterstützen bei Therapie und Behörden-Themen. 20 von ihnen präsentieren sich bei der Thüringer Gesundheitsmesse. Ihnen stellt der Messeveranstalter RAM Regio Ausstellungen GmbH die Stände kostenlos zur Verfügung. Unter ihnen der ANAT, die Diabetes-Gesellschaft Thüringen, die Lymphselbsthilfe Thüringen oder die Selbsthilfegruppe Schädel-Hirnpatienten.

## **Kostenloses Fach-Vortragsprogramm**

Die für Besucher kostenlosen Expertenvorträge sind der zweite Baustein der Thüringer Gesundheitsmesse. Hier geben Mediziner, Therapeuten, Experten ihres Bereichs Informationen aus erster Hand weiter – und die werden von den Besuchern gern angenommen, wie die vollen Vortragsforen immer wieder zeigen. In der 13. Auflage der Gesundheitsmesse sind es 47 Vorträge und eine Podiumsdiskussion zu neuen medizinischen Erkenntnissen und fachlichen Entwicklungen. Themen sind unter anderem: Arthrose, Diabetes, Schlaganfall, Wirbelsäulen-Behandlung, Senioren-Assistenz, Sodbrennen, Schulterschmerzen oder Arzneimittelunverträglichkeit (siehe Presseinformation „Vortragsprogramm“).

## **So viele kostenlose Gesundheits-Checks wie noch nie**

Allgemeine Informationen zu erhalten ist wichtig – genau dort anzusetzen, wo es der eigene Körper verlangt, mindestens ebenso. Auch diese Ansatzpunkte zu finden, lohnt den Besuch der Thüringer Gesundheitsmesse: In 24 kostenlosen Gesundheits-Checks (siehe „Gesundheits-Checks & Standaktionen“) kann man sich von ganz oben, per Seh-Test oder Augeninnendruck-Messung, bis unten, beispielsweise den Fuß-TÜV, richtig durch-checken lassen. Hör- oder Diabetes-Test, Haut-Typ-Test, Rücken-Check, Körperfettanalyse oder der Hand-Hygiene-Test. Am Sonntag zwischen 10 und 14.30 Uhr führt die Deutsche Gesellschaft für Mann und Gesundheit einen Testosterontest durch.

So einen kompakten Überblick über die eigene körperliche Konstitution so vieler Bereiche, abgesichert durch klassische Tests findet man sonst nirgendwo.

Hinzu kommen besondere Standaktionen, von denen die Aussteller 30 bereithalten. Das kann ein Geschmackstest sein oder ein Barfußschuh-Parcours, das sind Probe-Massagen, Energiefeldmessung oder der richtige Einsatz der Zeckenzacke. Das Deutsche Rote Kreuz Thüringen bietet eine Auffrischung für Erste-Hilfe-Maßnahmen, während man bei der Unfallkasse Thüringen einen Rollstuhl- oder Rollator-Parcours testen kann. Hier gilt es, zu kosten und sich selbst zu erfahren, seine Kenntnisse bei dem einen oder anderen Quiz zu überprüfen oder der eigenen Neugier zu folgen. Alles für bleibende Gesundheit und Wohlergehen – und natürlich kostenlos.

Alle Gesundheits-Checks und besondere Standaktionen, die es bei der Thüringer GesundheitsMesse gibt, finden sich auch auf einem Hallenplan am Eingang zur Messe sowie in handlichen Flyern, die man mitnehmen kann und so ruck-zuck den richtigen Stand für seinen Bedarf findet.

### **Öffnungszeiten & Preise**

Die 13. Thüringer GesundheitsMesse findet von Samstag, 7. März, bis Sonntag, 8. März 2020 in der Erfurter Messe statt. Sie ist beide Tage von 10 bis 18 Uhr geöffnet, Einlassschluss ist 17 Uhr.

Der Eintritt liegt bei 10 Euro pro Person. Ermäßigt kostet er 8 Euro – die Ermäßigung gilt für Kinder zwischen 7 und 18 Jahren, Schüler, Studenten, Menschen mit Behinderung (Grad B), Gruppen ab 15 Personen, Soldaten mit Truppenausweis. Kinder bis einschließlich sechs Jahre haben freien Eintritt. Die Familienkarte für zwei Erwachsene und bis zu vier Kinder (bis 18 Jahre) liegt bei 22 Euro.

Sparen lässt sich beispielsweise mit dem Thüringen Ticket der Deutschen Bahn – damit kann man von zu Hause bis direkt bis vor die Messetür fahren. Das Ticket gilt in allen Regionalzügen sowie dem Stadtverkehr vieler Städte Thüringens, darunter Erfurt. Es kostet für die erste Person 25 Euro, jeder weitere Mitfahrer zahlt 8 Euro. Einfach am Einlass vorzeigen und zwei Euro auf den Normaleintritt sparen.

Besonders schnell zur Eintrittskarte und später in die Messe geht es mit dem Online-Ticket. Das kann man über den Button der Internetseite [www.thueringer-gesundheitsmesse.de](http://www.thueringer-gesundheitsmesse.de) kaufen. Nur dort gibt es beispielsweise das Fünf-Freunde-Ticket für 40 Euro.

Da die Thüringer GesundheitsMesse in die Thüringen Ausstellung integriert ist, kann man mit einem Ticket der Gesundheitsmesse auch die gleichzeitig stattfindende Thüringen Ausstellung, die größte ihrer Art im Freistaat, besuchen.

### **Service**

Mehr Informationen zur Thüringer GesundheitsMesse, das gesamte Vortragsprogramm sowie die Gesundheits-Checks und Standaktionen gibt es auf der Internetseite zur Messe: [www.thueringer-gesundheitsmesse.de](http://www.thueringer-gesundheitsmesse.de). Die Messe wird auch in den sozialen Medien begleitet: bei Facebook unter: [www.facebook.com/ThueringerGesundheitsmesse](https://www.facebook.com/ThueringerGesundheitsmesse) sowie bei Instagram [www.instagram.com/thueringergesundheitsmesse](https://www.instagram.com/thueringergesundheitsmesse).

Zeichenzahl inkl. Leerzeichen: 9.840

### **Medienkontakt:**

RAM Regio Ausstellungen GmbH Erfurt  
Constanze Kreuser (Geschäftsführerin)  
Julia Reinard (Presse)  
Cyriakstraße 27a  
99094 Erfurt

Telefon Messe: 0361/400 4003 & 0162/32 30 701  
Fax: 0361/56 555 10  
E-Mail: [presse@ram-gmbh.de](mailto:presse@ram-gmbh.de)