

Pressemitteilung

((Titel))

Kostenlose Gesundheitschecks im Hauptbahnhof Zürich

((Lead))

Zum bereits 14. Mal findet in der Haupthalle des Hauptbahnhofs Zürich die Präventionsmesse *precura* statt. Die Veranstaltung zeigt auf, dass Vorbeugen besser ist als Heilen. Die Besucher kommen in den Genuss von zahlreichen kostenlosen Gesundheitschecks und persönlichen Beratungen. Die Messe findet vom 2. - 4. November 2018 statt und ist von 11 bis 19 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei.

((Text))

Prävention ist der Schlüssel zu einer besseren Lebensqualität und hilft mit, die Gesundheitskosten zu senken. Die *precura* will zeigen, welche Möglichkeiten jeder Einzelne hat, Krankheit, Sucht und Fehlernährung frühzeitig zu erkennen und zu vermeiden. Auch dieses Jahr werden mehr als 30'000 Besucher erwartet, welche die Möglichkeit haben, sich auf Herz und Nieren prüfen zu lassen. Unter anderem werden Cholesterinspiegel-Messungen, COPD-Risikotest, Parkinson-Beratung, Früherkennung von Brust- und Darmkrebs, Beratung zu Migräne und Spannungskopfschmerzen, Rauchstopp, Schlafapnoe, Zahnpflege, Hörtests, Blutdruck- und Blutzuckermessungen angeboten.

Einer der Schwerpunkte des Anlasses 2018 sind die Früherkennung von Brust- und Darmkrebs sowie die Angebote der Krebsliga für Betroffene und Angehörige. Besucher haben auch die Möglichkeit sich am Stand des Apothekerverband des Kantons Zürich sowie am Stand von Axapharm AG kostenlos die Blutzuckerwerte messen zu lassen. Zudem stehen allen Interessierten im Bereich der Blutdruckmessung auch Fachpersonen zur Seite. Am Stand von Emmi können sich die Besucher den Cholesterinspiegel messen lassen. Eine wichtige Anlaufstelle ist die *precura* auch für alle, die unter Migräne leiden. Eine weitere wichtige Thematik an der Messe ist der Umgang mit Stress. Für alle Fragen rund um Burnout, Mobbing und Depressionen sind Fachkräfte vor Ort, die kompetent beraten.

Im Messe-Forum finden täglich zehn Vorträge zu verschiedenen Themen rund um Prävention und Gesundheit statt. Hier erfahren Besucher unter anderem was in unserem Körper bei Übergewicht stattfindet und wie man eben jenes verhindern kann. Auch wird darüber informiert, wie wichtig eine gut funktionierende Durchblutung ist und wie man die Symptome einer Durchblutungsstörung erkennt. Schlafapnoe, Blasenschwäche, Parkinson und die Angebote zur Unterstützung von Krebsbetroffenen sind weitere wichtige Themen, die ebenfalls zur Sprache im Messe-Forum gebracht werden.

Der Messebesucher wird kompetent beraten

Der *elmex*-Info-Bus ist ein mobiles Informationszentrum in Sachen Zahngesundheit und das ganze Jahr hindurch in vielen Städten in der Schweiz zu Gast. Auch im Hauptbahnhof steht der 11 Meter lange Bus mit ausgebildetem Fachpersonal, das jegliche Fragen zur Mund- und Zahngesundheit beantwortet. Besucher können ausserdem in Lernprogrammen ihre persönlichen Zahnpflegegewohnheiten testen. In der Schweiz leben fast eine halbe Million Menschen mit Diabetes. Mit der Aktion «Früherkennung schafft Klarheit» bietet die Axapharm AG an ihrem Stand kostenlose Blutzuckermessungen an. Auf Wunsch kann auch der Langzeitzucker-Wert (HbA1c) getestet werden. Am Stand von ParaMediForm erfahren die Besucher alles im Bereich der Ernährung und über das Wohlfühlgewicht. Der Slogan heisst „Essen Sie genügend und werden Sie schlank“.

Ebenfalls vor Ort ist die Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich. Fachpersonen orientieren über gesunde Ernährung und gesundes Altern. Weiter werden Beratungen zu den Themen Alkohol und Sturzprävention angeboten.

Eine kostenlose Blutdruckmessung bieten die TopPharm Apotheken an. Jeder Besucher erfährt mehr über den Einsatz von diversen digitalen Messgeräten, welche Vitalwerte aufzeichnen. Diese Werte können jederzeit gemeinsam mit dem eigenen Hausarzt oder einem Gesundheits-Coach der TopPharm Apotheken beurteilt werden.

Schlafstörungen und Tagesschläfrigkeit gehören heute zu den häufigsten Ursachen reduzierter Lebensqualität und eingeschränkter Leistungsfähigkeit. Mehr als 25% der Bevölkerung leidet zeitweise unter Problemen im Zusammenhang mit dem Schlaf und knapp 10% klagen über chronisch gestörten Schlaf. Infolge schläfrigkeitsbedingter Unfälle, Erschöpfung und reduzierter Arbeitsleistung verursachen unbehandelte Schlafstörungen dem Gesundheitswesen und der Gesellschaft hohe Kosten. Dennoch wird dem Schlaf in der Medizin und in unserer ruhelosen Gesellschaft nur wenig Beachtung geschenkt. Das Zentrum für Schlafmedizin informiert über spezifische und wirksame Therapien.

Bio-Strath offeriert allen Besuchern ein kostenloses Muster „Strath Vitality“. Zu beziehen beim Info-Center, solange Vorrat. Anhand eines begehbaren Brustmodells können Besucher alles Wissenswerte über Brustkrebs und die entsprechenden Präventionsmöglichkeiten erfahren. Die Vereinigung Parkinson Schweiz unterstützt und verbessert die Lebensqualität von Parkinsonbetroffenen. An ihrem Messestand werden alle Fragen rund um Morbus Parkinson beantwortet und auf die kostenlosen Beratungen, Kurse und Seminare aufmerksam gemacht. Im Präventionsbus LuftiBus empfängt Lunge Zürich die Messebesucher zu einem kostenlosen Lungenfunktionstest und informiert über Lungenkrankheiten. Anlässlich des 111-Jahre-Jubiläums wird ein Wettbewerb mit Überraschungspreis veranstaltet.

Der grosse Vorteil für jeden Messebesucher besteht darin, sich an Ort und Stelle umfassend über sein Anliegen informieren zu können. Die kompetenten Berater können sich im Hauptbahnhof Zürich mehr Zeit nehmen, als dies bei einer telefonischen Beratung möglich wäre. Gleichzeitig mit der precura findet die expo-50plus statt, die ebenfalls von der apv communications ltd. organisiert wird. Dieser Event richtet sich an Personen ab fünfzig, die ihre künftige kostbare Lebensphase vor oder nach der Pensionierung planen möchten. Der Messeveranstalter offeriert traditionell jedem Messebesucher eine Portion Gratis-Marroni.

Weitere Auskünfte erteilt Ihnen gerne:

apv communications ltd.
Herr Thomas Angerer
Englischviertelstrasse 56
CH-8032 Zürich

Telefon +41 56 442 02 70
E-Mail info@apv.ch
Web www.apv.ch oder www.precura.ch