

Deutschland den Rücken stärken

In der Oper, im Gasthaus: Beobachten Sie, wie die Gäste nach stundenlangem Sitzen aufstehen ... – stöhn! Vielen sieht man die Mühe an, manche greifen sich an den unteren Rücken, dort wo jetzt gerade die Lendenwirbel ächzen. Was glauben Sie, wie viele Menschen über Rückenschmerzen klagen? Man schätzt heute, dass es in Deutschland 20 Millionen sind. Gehören vielleicht auch Sie dazu?

Gründe, so sagen Ärzte und Therapeuten, gibt es viele. Doch die Untersuchungen des Experten-Netzwerks «FPZ: Deutschland den Rücken stärken» an über 34 000 Rückenpatienten führten zur Erkenntnis, dass 85% davon eine zu schwache Rückenmuskulatur aufwiesen. Nichts «Böses» also.

Dr. Achim Denner, Gründer und Leiter von «FPZ: Deutschland den Rücken stärken», sieht das als «Herausforderung». Denn solche muskulären Defizite lassen sich

verhältnismäßig schnell durch moderne Medizinische Trainingstherapie beseitigen. «Medical Wellness» nennen wir das heute, wenn – mit im Grunde angenehmen Mitteln – gesundheitliche Probleme beseitigt werden – oder überhaupt nicht entstehen.

In Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Manuelle Medizin und der Internationalen Gesellschaft für Orthopädische Schmerztherapie hat Dr. Denner von 1990 bis 2005 ein leistungsfähiges Konzept entwickelt, das «für



vorbildliche Qualitätssicherung in der Humanmedizin» mit dem renommierten Richard-Merten-Preis ausgezeichnet wurde.

Dieses Konzept ist so erfolgreich, dass sich heute bereits 77 FPZ-Rückenzentren von Berlin bis München darum bemühen, «den Deutschen den Rücken zu stärken». Voraussetzung ist immer eine 90-minütige Analyse der Rückenmuskulatur. Danach wird ein individuelles, wissenschaftlich fundiertes Aufbauprogramm erarbeitet, das 24 Trainingseinheiten à 60 Minuten beinhaltet. Zweimal pro Woche läuft dann der Schweiß, aber die Mühe lohnt: Kraft und Leistungsfähigkeit des Muskelkorsetts steigern sich um durchschnittlich 30%, Rückenschmerzen reduzieren sich bei 93 von 100 Personen deutlich, die Einnahme von Medikamenten verringert sich bei 70% der Patienten. Mehr Lebensfreude ist das Ergebnis für jene, die bisher leiden mussten.

Patienten berichten, dass das FPZ-Training nach der notwendigen «anfänglichen Überwindung des inneren Schweinehundes» richtig Spaß macht. Die meisten entschließen sich nach dem Aufbauprogramm, das dann angebotene nachfolgende Präventionstraining zu machen. Einmal pro Woche eine Stunde – das ist immer drin! Es verhindert, dass man schnell wieder in die alten Gewohnheiten zurück fällt: zu wenig Bewegung, zu viel Verspannung.

haasers Interview mit Dr. Achim Denner: Er wird die Welt verändern

haasers:

Sie haben das FPZ-Konzept entwickelt. Was darf man sich unter «FPZ: Deutschland den Rücken stärken» vorstellen?

Dr. Denner:

FPZ ist das Netzwerk der Rückenschmerzexperten in Deutschland. Und wir haben eine klare Vision: Wir lösen das Rückenproblem in Deutschland!

haasers:

Wir berichten ausführlich über Ihr Konzept, den Deutschen den Rücken zu stärken. Was kostet das unseren Leser, wenn er sich für Ihr Angebot entschließt?

Dr. Denner:

Die anfängliche Analyse des Rückens kostet 128,- €, das danach folgende 3-monatige Aufbauprogramm (24 Trainingseinheiten) inklusive Abschlussanalyse 848,- €.

haasers:

Sie wollen die Welt verändern, sagen sie in Ihrem Unternehmensleitbild. Das ist ein hoher Anspruch.

Dr. Denner:

Das ist nicht so kompliziert, wie es sich vielleicht anhört. Wir verfügen über das zur Zeit leistungsfähigste Konzept zur nachhaltigen Verhaltensänderung von modernen Menschen. Und wir verändern einen nach dem anderen. Wie? ▶

*«Jeder Mensch ist in der Lage,
sein persönliches Potenzial zu erschliessen
und auszuschöpfen.»*





«Gott hat zuerst den Menschen und erst dann den Arzt geschaffen.»

Indem wir Menschen in Bewegung bringen.

haasers:
Sie sagen, dass jeder «den besten Arzt in sich hat». Wie soll ich das verstehen? Kann ich meinem Hausarzt kündigen?

Dr. Denner:
Gott hat zuerst den Menschen und erst dann den Arzt geschaffen. Wir sind heute in der Lage, Rückenschmerzen nicht nur auf der körperlichen, sondern auch auf der geistigseelischen Ebene gezielt zu the-

rapieren. Wir vermitteln dieses Wissen in Form von Workshops, die wir in Köln anbieten.

haasers:
Jeder, sagen Sie, kann «der Beste werden», der er sein kann. Wie funktioniert das?

Dr. Denner:
Jeder Mensch ist in der Lage, sein persönliches Potenzial zu erschliessen und auszuschöpfen. Der Schlüssel hierzu ist «Leadership» – die Fähigkeit, sich selbst und andere zu führen. Wir lehren das erfolgreichste Leadershipmodell der letzten 2000 Jahre in Form von Workshops und Intensiv-Coachings.

haasers:
Sie schreiben, Sie übernehmen die Verantwortung für die Ergebnisse Ihrer Arbeit. Was heißt das für mich?

Dr. Denner:
Wir verstehen uns als Partner der Menschen, die sich uns anvertrauen und wir versuchen, ihnen so gut wie möglich zu dienen und ihre Interessen zu wahren. Und wir versprechen unseren Partner positive Veränderungen mit nachhaltiger langfristiger Wirksamkeit. Dieses Versprechen lösen wir ein.

haasers:
WDR, RTL, Toyota Deutschland, BMW, die DKV und viele andere gute Adressen benennen Sie als Referenzen. Was tun Sie für diese Unternehmen?

Dr. Denner:
Wir haben deren innerbetriebliches Rückenmanagement-Programm konzipiert und wir betreuen seit vielen Jahren die wertvollsten Mitarbeiter dieser bedeutenden Unternehmen.

haasers:
Haben Sie einen unerfüllten Wunsch?

Dr. Denner:
Nein. Ich habe jedoch eine Reihe von Zielen, die mir wirklich wichtig sind und an deren Realisierung ich sehr gerne arbeite.

Weitere Informationen erhalten Sie ...

INFO

mit der Liste aller europäischen
FPZ-Rückenzentren
www.fpz.de

1/3
ANZ.