Liebe Leser,

2015 ist ein besonderes Jahr für uns: Die Aktion gesunder Rücken (AGR) e. V. feiert ihr 20-jähriges Jubiläum. Wir haben in den vergangenen beiden Jahrzehnten viel erreicht und dennoch gibt es noch viel zu tun, denn Rückenschmerzen sind nach wie vor eine Volkskrankheit. Wir möchten auch in Zukunft darüber aufklären, wie die Rückenprobleme entstehen und Betroffenen dabei helfen, ihre Schmerzen in den Griff zu bekommen.

Diese Ausgabe der r&p medizin news „Der neue Rücken-Coach – Alltagstipps für einen gesunden Rücken“ erklärt, wie kleine Veränderungen der täglichen Gewohnheiten Schmerzen vorbeugen können und welche AGR-zertifizierten Produkte zu einem rückenfreundlichen Lebensstil beitragen.

Die Experten Dr. Prümel-Philippsen (Geschäftsführer der Bundesvereinigung Prävention & Gesundheitsförderung e. V.) und Ulrich Kuhnt (Vorstandsmitglied im Bundesverband deutscher Rückenschulen (BdR) e. V. und Leiter der Rückenschule Hannover) erklären, welche Kriterien ein Alltagsgegenstand erfüllen muss, um als wirklich „rückengerecht“ eingestuft zu werden und wie die Prävention von Rückenbeschwerden nun endlich auch auf politischer Ebene Beachtung finden soll.

Ihr Detlef Detjen