

PRESSEMITTEILUNG

KfH-Magazin aspekte:

Händetraining mit dem neuen KfH-Trainingsposter

Das KfH-Magazin „aspekte“ hatte im Jahr 2024 eine vierteilige Serie mit einem speziellen Trainingsprogramm für die Hände mit Entspannungsübungen sowie Übungen z. B. gegen Arthrose und das Karpaltunnelsyndrom veröffentlicht. Diese Übungen gibt es nun als Poster für das Training zu Hause.

Neu-Isenburg, 09.01.2025. Die menschliche Hand ist ein wahres Multitalent, das täglich hohen Belastungen ausgesetzt ist. Nicht selten kommt es daher zu Beschwerden, die unterschiedliche Ursachen haben können. Im vergangenen Jahr hatte das KfH-Magazin „aspekte“ in vier Ausgaben Handübungen vorgestellt, die von einer erfahrenen Physiotherapeutin entwickelt worden sind. Diese Übungen sind darauf ausgelegt, die Handbeweglichkeit zu erhalten, Schmerzen zu lindern und die Muskulatur zu stärken. Die Serie „Multitalent Hand“ kann in den Ausgaben des KfH-Magazins „aspekte“ unter kfh.de nachgelesen und heruntergeladen werden. Das neue Poster im DIN A1-Format können Interessierte bei aspekte@kfh.de bestellen.

Fotolink: [KfH-Trainingsposter Hände](#)

Bildunterschrift: Alles auf einen Blick: Das KfH-Trainingsposter bietet Übungen und Tipps, die bei typischen Handbeschwerden helfen.

Das KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. steht für eine qualitativ hochwertige und integrative nephrologische Versorgung nierenkranker Patientinnen und Patienten. Es wurde vor 55 Jahren gegründet und ist damit zugleich der älteste und größte Dialyseanbieter in Deutschland. In mehr als 200 KfH-Zentren bundesweit, darunter 17 KfH-Nierenzentren für Kinder und Jugendliche, werden etwa 18.000 Dialysepatientinnen und -patienten sowie aktuell rund 74.000 Sprechstundenpatientinnen und -patienten umfassend behandelt.

HERAUSGEBER

KfH Kuratorium für Dialyse und
Nierentransplantation e.V.
Martin-Behaim-Str. 20
63263 Neu-Isenburg

PRESSESTELLE

Ilja Stracke (Leitung)
Telefon: 06102/359-328

Claudia Brandt (Assistenz)
Telefon: 06102/359-464

presse@kfh.de
www.kfh.de