

Medicinium Lech 2018

Genuss – Sucht – Gesundheit

Über die vielfältige Kunst, richtig und gesund zu genießen

5. bis 8. Juli 2018

Die hochkarätige Public Health-Veranstaltung in Lech am Arlberg widmet sich heuer dem großen Spannungsfeld zwischen gesundheitsförderndem Genuss und krankmachender Sucht. Interdisziplinär, informativ und praxisnah wird der Schlüssel zu Lebensqualität und Wohlbefinden breit und anregend diskutiert.

Richtig zu genießen ist eine Kunst und fördert die Gesundheit. Nicht zuletzt wirkt der gesunde Genuss dem Gegenteil entgegen – der Sucht, die in vielerlei Ausprägung eine weitverbreitete Erkrankung und gesellschaftliche Problematik darstellt. Unter dem Titel „Genuss – Sucht – Gesundheit“ thematisiert das diesjährige Medicinium Lech das diesbezügliche Spannungsfeld und damit eine Schlüsselfrage, die elementar für die individuelle Lebensqualität wie auch die öffentliche Gesundheit ist. Aufgrund des interdisziplinären Charakters der Public Health-Veranstaltung ist eine vielschichtige Erörterung der Thematik garantiert. Zahlreiche Vorträge renommierter Experten versprechen dank allgemein verständlicher Vermittlung und Praxisnähe in Kombination mit dem attraktiven Rahmenprogramm spannende Tage am Arlberg. Anmeldungen unter www.medicinium.at

Vom **05. – 08. Juli 2018** lädt das Medicinium Lech bereits zum fünften Mal nach Lech am Arlberg, um sich in einem so inspirierenden wie angenehmen Rahmen einem grundlegenden Gesundheitsthema zu widmen. Wie sich in den vergangenen Jahren zeigte, schätzen die Teilnehmer nicht zuletzt die gelungene Verbindung von abwechslungsreichen Fachvorträgen ausgewiesener Experten und dem thematisch darauf abgestimmten Rahmenprogramm. Letzteres fördert den Praxisbezug wie auch den Erholungs- und Erlebniswert der Tage in Lech. Die Kombination von breiter, fachübergreifender Information, anregendem Austausch unter allen Teilnehmern und dem Urlaubserlebnis in der nachweislich gesundheitsfördernden Höhenregion bilden das Erfolgsrezept der gehobenen Public Health-Veranstaltung.

Heuer rückt das Medicinium Lech ein Thema in den Fokus, das hinsichtlich seiner gesundheitlichen Bedeutung oft unterschätzt wird: den richtigen Genuss. Richtig zu

genießen ist eine Kunst, die in den unterschiedlichen Kulturen, Religionen und Regionen jeweils eigene Ausprägungen erfährt: von der Ernährungs- über die Wein- bis zur Körperkultur, von der Askese bis zum Hochgenuss. „Richtig zu genießen heißt zugleich gesund zu genießen. Es fördert nicht nur das Wohlfühl, sondern auch die Gesundheit“, wie der wissenschaftliche Leiter des Medicinicum Prof. Dr. **Markus M. Metka** betont und darin auch einen Schlüssel zum Lebensglück sieht.

Im Gegensatz zum gesunden Genuss steht die Sucht. Ins Maßlose und Zwanghafte führend ist sie eine Erkrankung, die das Leben beeinträchtigt und verkürzt. Zur körperlichen Abhängigkeit gesellt sich die psychische, wobei letztere auch sogenannte substanzunabhängige Süchte betrifft, wie Internet-, Shopping-, Spiel-, Sexsucht etc. Auch diese Themen werden beim Medicinicum behandelt, um der weitreichenden Problematik mit enormer Bedeutung für die Gesundheitsvorsorge gerecht zu werden. Der Sucht vorbeugend ist nicht zuletzt der bewusste Genuss.

International und interdisziplinär – Auftakt zum vielfältigen Vortragsprogramm

Für eine ebenso umfassende wie tiefgreifende Erörterung des Spannungsfeldes von Genuss und Sucht garantiert der interdisziplinäre Charakter des Medicinicum Lech. So finden sich unter den über die Fachwelt hinaus geschätzten Vortragenden Ärzte, Heilpraktiker, Gesundheits- und Ernährungswissenschaftler wie auch Psychiater und Philosophen. Zusätzliche Internationalisierung erfährt das gehobene Public Health-Symposium heuer aufgrund einer neuen Kooperation: Zusammen mit dem internationalen Studienprogramm *Erasmus School of Health Policy and Management* findet im Vorfeld die *EU-HEM Summer School* in Lech am Arlberg statt. Über 60 internationale Studierende arbeiten ab dem 30. Juni 2018 gemeinsam mit der lokalen Bevölkerung an Themen der Gesundheitspolitik, bevor die Summer School und das Medicinicum Lech am Donnerstagvormittag miteinander verschmelzen.

Dank der Kooperation erweitert sich der Vortragsreigen um drei öffentliche Referate in englischer Sprache zum Thema „Becoming your own doctor“, gehalten von international renommierten Experten der an EU-HEM beteiligten Universitäten. Den Auftakt am Donnerstag, den 05. Juli um 09.00 Uhr gibt Dr. **Bente Mikkelsen** – Head of the Secretary for the WHO Global Coordination Mechanism on the Prevention and Control of NCDs, Kopenhagen –, die sich unter dem Titel „Health Literacy - How bad choices destroy the world“ mit globalen Fehlentwicklungen auseinandersetzt.

Anschließend widmet sich Prof. **Antoinette de Bont** von der Erasmus University Rotterdam der Frage „Whom do you trust to take care of your own health?“. Den Donnerstagvormittag abschließend referiert **Oddvar Kaarboe**, Professor an der

University of Oslo, zur weitreichenden Fragestellung „Rewarding good choices. How can you contribute to a healthier world?“.

Am Donnerstagnachmittag um 15.00 Uhr erfolgt schließlich die offizielle Begrüßung und Eröffnung des Medicinicum Lech 2018 durch den Bürgermeister von Lech **Ludwig Muxel** sowie Tourismusdirektor **Hermann Fercher**. Beim darauf folgenden Eröffnungsvortrag führt der wissenschaftliche Leiter Markus M. Metka in das Thema ein und präsentiert einen ersten Überblick. Die beiden weiteren Referate am ersten Tag des Medicinicum Lech schlagen bereits einen Spannungsbogen vom Genuss zur Sucht. Zunächst referiert der prominente deutsche Philosoph und Bestsellerautor Prof. Dr. **Wilhelm Schmid** zum Titel „Von der Kunst das Leben zu genießen - Kaviar oder Askese?“, bevor sich der renommierte Psychiater, Neurologe und Psychotherapeut Prof. Dr. **Reinhard Haller** einer Kernfrage des heurigen Public Health-Symposiums widmet: „Kultur der Süchtigkeit – Schützt uns der Genuss vor der Sucht?“ Bei der darauf folgenden Podiumsdiskussion erzählen Gastronomen, Köche und Feinschmecker von ihren genussvollsten kulinarischen Entdeckungen.

Über die Schule des Genusses und die vielen Gesichter der Sucht

Die Vorträge am Freitag beleuchten unter dem Motto „Ich genieße, also bin ich!“ die gesundheitsfördernden Dimensionen des Genusses. Einleitend referiert der zweite wissenschaftliche Leiter des Medicinicum Lech Prof. DDr. **Johannes Huber** über „Genuss und Gehirn“. Es folgt der Vortrag des Philosophen und Psychotherapeuten Dr. **Markus Poltrum**, Univ.-Doz. an der Sigmund Freud PrivatUniversität Wien, über „Orpheus Prinzip: Ars Medica – Wie wichtig die Aktivierung der Sinne ist“. Des Weiteren wird von Metka als wesentlicher Aspekt „Der Genuss als Verzicht“ thematisiert. Am Nachmittag widmet sich dann die bekannte Ernährungsberaterin und Bestsellerautorin **Ulli Zika** dem breiten Spektrum einer „Schule des Genusses“, und schließlich wird das Thema Genuss bei einer Podiumsdiskussion facettenreich debattiert: vom Essen als Genuss-Kulturgut über die kulturelle Identität von Genussländern wie Frankreich oder Italien bis hin zu „Genuss in der Kunst“ sowie der Natur als Genussressource.

Am Samstag rückt dann unter dem Titel „Sucht – ihre vielen Gesichter“ das krankhafte Verlangen in unterschiedlichsten Ausprägungen in den Fokus. Reinhard Haller behandelt zunächst auf Grundlage seiner profunden wissenschaftlichen Expertise die Frage „Lust, Frust oder Suche – Was ist Sucht eigentlich?“, woraufhin der Journalist Dr. **Martin Tauss**, mit Sachkompetenz im Bereich Suchtprävention

und Drogenforschung, über „Das Leiden an der Gier – die Gier als Wurzel allen Übels“ referiert. Abgeschlossen wird der Vormittag mit dem Vortrag von **Martin Poltrum** zu „Rausch, Ekstase, Sucht im Spielfilm“. Der Nachmittag startet mit Ausführungen über „Zucker, Salz und Fette – die gefährlichsten Suchtmittel unserer Zeit“ von Markus M. Metka als international anerkannter Experte auf diesem Gebiet. Weitere Vorträge zu Themen wie Kauf-, Spiel- und Geltungssucht oder auch Sucht im Zeitalter der Digitalisierung (Internet, Handy & Co) sind ebenso in Planung wie eine Podiumsdiskussion zum Spannungsfeld: Ökonomie – Ökologie – Gesundheit. Namhafte Persönlichkeiten aus Medizin, Handel, Politik und Gastronomie werden über brisante Fragen wie die Folgen von transnationalen Handelsabkommen, Glyphosat und die Gefährdung der Artenvielfalt, ... bis hin zur Notwendigkeit einer Agrarwende debattieren. Das laufend aktualisierte Programm findet sich online.

Genussvoller Abschluss und attraktives Rahmenprogramm

Spannende Betrachtungen mit anschließender Publikumsdiskussion sind auch am Sonntag über „Die Philosophie von Genuss und Sucht“ zu erwarten. So stellt der als Querdenker bekannte Philosoph und Kulturwissenschaftler Prof. Dr. **Robert Pfaller** die Frage „Genießen wir nur, was uns schadet?“. Danach referiert Dr. **Christian Denker**, international geschätzt für seinen Brückenschlag zwischen Gastrosophie und Philosophie, über „Genuss der Liebe als Rezept für Glück – Der Arzneien Beste ist die Liebe“. Abgerundet wird die viertägige Vortragsreihe vom wissenschaftlichen Leiter Markus M. Metka mit dem Appell „Genieße das Leben!“. Ein Aufforderung, der die Teilnehmer anschließend beim gemütlichen Vorarlberg Brunch gerne Folge leisten werden – als überaus stimmiger Ausklang des Medicinicum Lech 2018.

Der festliche kulinarische Abschluss der Public Health-Veranstaltung ist nur eines der Angebote des auch heuer wieder abwechslungsreichen und höchst attraktiven Rahmenprogramms. Dieses reicht von einer zweistündigen Bergyoga-Wanderung am Arlberg über die beliebte Weinverkostung presented by „Arlberg Weinberg“ mit edlen Tropfen von ausgesuchten Winzern bis hin zur Kneippwanderung am Lech. An dem Gebirgsbach, im schönen Zugertal, findet auch ein alljährliches Highlight, die Anti-Stress-Kräuterwanderung mit der heimischen Kräuterexpertin **Veronika Walch** und der Lecher Kräuterrunde statt, mit anschließender Verköstigung des Zuger Saiblings. Als weiterer Glanzpunkt gilt das legendäre Showkochen „I EAT FROM AUSTRIA“, bei dem Lecher Haubenköche in Zusammenarbeit mit den Ärzten Markus M. Metka und Dr. **Wolfgang Graf** Heilkunst und Kochkunst vereinen.

Zusatzangebote und Zielpublikum

Am Veranstaltungsort sport.park.lech bietet sich den Teilnehmern unter dem Aspekt gesunde Ernährung & nachhaltiger Genuss eine Auswahl an Präsentationen und Probierständen. Darunter jene vom größten heimischen Lebensmittelhändler **SPAR**, der als Hauptsponsor das Medicinium Lech seit Beginn an tatkräftig unterstützt – überzeugt von der Philosophie des Public Health-Forums, bei dem sich die Bereiche Anti-Aging sowie Präventiv- und Ernährungsmedizin stets wie ein roter Faden durch die Veranstaltung ziehen. „Genussvoll gesundes Essen und Trinken ist ein wesentlicher Aspekt in der alterspräventiven Medizin“, wie Metka dazu anmerkt.

Gesundheitsfördernd ist auch der Aufenthalt in der Bergregion von Lech, was das Publikum zu schätzen weiß. Mit dem heurigen Thema bietet sich ein Schlüssel zur körperlichen und geistigen Gesundheit – und zugleich elementarer Aspekt der „Art of Aging“, des Savoir-vivre und Lebensglücks. Für allgemein Interessierte aus nah und fern wie auch für das Fachpublikum – von Ärztinnen und Ärzten über Vertreter anderer Wissenschaftsdisziplinen und der Wirtschaft, insbesondere der Bereiche Gesundheit & Wellness, Pharmazie und Nahrungsmittel, bis hin zu Heilpraktikern und Alternativmedizinerinnen – bietet sich Anfang Juli wieder die einmalige Gelegenheit, reichhaltigen Informations- und Erkenntnisgewinn mit dem Genuss des vielfältigen Angebots von Lech am Arlberg zu verbinden.

Kontakt und Anmeldung

Es wird eine frühzeitige Anmeldung unter www.medicinium.at empfohlen, wo sich auch das detaillierte Programm 2018 und weitere Infos finden. Speziell für Berufstätige sei auf die attraktiven Halbtageskarten ab 69 Euro hingewiesen.