



Auflage: 529618
Gewicht: "Kleinere" Story

25. Oktober 2013
[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

WISSEN, SEITE 27

Gartenarbeit lindert chronische Schmerzen

BAD ZURZACH. Einen Garten hegen und pflegen tut nicht nur den Pflanzen gut, sondern auch dem Menschen. Das haben Forscher der Zürcher Fachhochschule in Wädenswil und der Reha-Klinik in Bad Zurzach herausgefunden. Sie haben die Wirkung von Gartenarbeit auf Patienten mit chronischen Schmerzen untersucht. Befund: Die Betroffenen konnten sich nach vier Wochen Gartentherapie leichter bewegen, hatten weniger Angst und gingen mit ihren Schmerzen besser um als Patienten, die keine Gartenarbeit verrichtet hatten.

André Aeschlimann, ein an der Studie beteiligter Facharzt für Rehabilitation, vermutet, dass die Patienten während der Beschäftigung im Freien ihre Schmerzen einfach vergessen. Für diese Arbeit ist das Forscherteam mit dem Charles A. Lewis Excellence in Research Award 2013 ausgezeichnet worden. DVW

© **20 Minuten**