

Prävention ist die Lösung - Ein Appell

02.06.2026, 10:46 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Physiozentrum Salto*



Während die Kosten im Gesundheitswesen steigen und aktuell über Einsparungen bei Gesundheitsausgaben diskutiert wird, gerät ein wichtiger Bereich immer wieder unter Druck: die Prävention. Dabei zeigen Studien und Erfahrungen seit Jahren, dass jeder Euro, der in Prävention investiert wird, langfristig deutlich höhere Behandlungskosten vermeiden kann. Gleichzeitig werden aktuell verschiedene Sparmaßnahmen im Gesundheitssystem geprüft, während Experten weiterhin mehr Investitionen in Gesundheitsförderung fordern.

Die eigentliche Frage lautet daher nicht: „Wie können wir bei Prävention sparen?“, sondern: „Wie können wir verhindern, dass Menschen überhaupt krank werden?“

Rückenbeschwerden, Nackenschmerzen, Gelenkprobleme oder Bewegungsmangel entstehen selten über Nacht. Meist entwickeln sie sich über Jahre durch sitzende Tätigkeiten, einseitige Belastungen oder fehlende Bewegung. Werden diese

Ursachen früh erkannt, lassen sich viele Beschwerden vermeiden, bevor sie zu längeren Ausfallzeiten oder aufwendigen Therapien führen.

Genau hier setzt moderne Physiotherapie an. Prävention bedeutet, Risiken frühzeitig zu erkennen, Bewegungsabläufe zu optimieren und den Körper belastbarer zu machen. Das schützt nicht nur die Gesundheit, sondern erhält auch Lebensqualität, Leistungsfähigkeit und Selbstständigkeit bis ins hohe Alter.

Physiotherapeut:innen begleiten Menschen aus Hamburg, dabei, aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun. Unser Ziel ist es nicht nur, Schmerzen zu behandeln, sondern sie möglichst gar nicht erst entstehen zu lassen.

Denn am Ende bleibt eine einfache Wahrheit: Die beste Therapie ist oft die, die gar nicht erst notwendig wird. Prävention ist deshalb keine Ausgabe – sie ist eine Investition in Gesundheit.

Salto - Zentrum für Physiotherapie GmbH

Gasstraße 6
22761 Hamburg
Deutschland

NiklasJanßen (Therapeutische Leitung)

040 21066853

info@physiozentrum-salto.de

www.physiozentrum-salto.de/

Portrait

Salto - Zentrum für Physiotherapie GmbH ist eine neue moderne Praxis zentral in Hamburg-Bahrenfeld gelegen. Unser Team aus erfahrenen Therapeuten arbeitet mit modernsten Methoden und individuell angepassten Therapiekonzepten.

Wir glauben an einen ganzheitlichen Ansatz, der nicht nur die Symptome behandelt, sondern die Ursachen identifiziert und nachhaltige Lösungen bietet.

Unsere Werte

Individuelle, patientenzentrierte Betreuung
Kontinuierliche Weiterbildung und Qualitätssicherung
Respektvoller und einfühlsamer Umgang
Transparente Kommunikation und Aufklärung