

17.04.2007

Training repariert kranke Gefäße

[zur Originalnachricht mit Bild](#)

Training repariert kranke Gefäße! Im Rahmen der 73. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie in Mannheim wies Prof. Dr. Rainer Hambrecht (Herzzentrum Bremen) darauf, dass körperliche Aktivität günstige Effekte auf die Innenschicht der Blutgefäße sowie auf die Reparatur und Neubildung von Gefäßen habe. Deshalb wird sportliches Training zunehmend gezielt zur Vorbeugung und Behandlung von Herz-Kreislauf-Krankheiten eingesetzt. Die gefäßschützende Funktion ist vor allem auf eine Zunahme des HDL-Cholesterin zurückzuführen. Untersuchungen zeigen, dass regelmäßiges Training eine durchschnittliche HDL-Zunahme von etwa 10 Prozent bringt.

spoteo - Sporttechnologie online

<http://www.spoteo.de/>

Kontakt: kontakt@spoteo.de