

ORTHOpress®

www.orthopress.de

**BIOLOGISCHE
REGENERATION**

Scannen und
online lesen!



HALLUX RIGIDUS



REVISIONSENDOPROTHETIK

Abnehmen durch Luftkompression im Magen **DIE EFE®-BANDAGE**



Wer sein Übergewicht loswerden möchte, der kennt das größte Problem dabei: Die meisten Diäten erfordern, die zugeführte Nahrungsmenge drastisch zu reduzieren. Das ist oft schwierig, weil wir gewohnt sind, so lange weiterzuesen, bis wir uns „satt“ fühlen. Mit der vom Kölner Arzt Dr. Fevzi Cebe entwickelten EFE®-Bandage kann diese Hürde auf dem Weg zum Wunschgewicht jetzt überwunden werden.

Wie entsteht eigentlich das Sättigungsgefühl?

Dr. Cebe: „Wenn wir etwas essen, so merkt unser Körper das. Die Insulinpro-

duktion steigt. Gleichzeitig ‚befiehlt‘ die sinkende Konzentration des Hormons Ghrelin im Blut das Ende der Mahlzeit. Dieser Prozess benötigt jedoch Zeit. In dem wir meist jedoch schnell essen, setzen wir auf das ebenfalls als Sättigung empfundene Völlegefühl, also den Druckreiz der Nahrung auf die Magenwände. Er entsteht dadurch, dass die im Magen ankommende Nahrungsmenge die dort befindliche Luft komprimiert. Ganz deutlich wird das, wenn wir zu viel essen: Wir müssen aufstoßen. Das bedeutet nichts anderes, als dass stark komprimierte Luft nicht mehr im Magen festgehalten werden kann und durch die Speiseröhre nach oben entweicht.“

Kompression von außen mit der EFE®-Bandage

„Die Kompression der im Magen befindlichen Luft kann aber auch von außen erfolgen, zum Beispiel mit der EFE®-Bandage.“ Diese ist für eine gezielte Druckausübung auf den Magen mit einer Pelotte ausgestattet, welche einem Negativabdruck des Rippenbogens entspricht. So wird der radiale Druck auf ein Minimum reduziert, was zu einem natürlichen, nicht als unangenehm empfundenen Tragegefühl führt. Die EFE®-Bandage ist in sechs verschiedenen Größen (XS–XXL) erhältlich. Die eigentliche Druckkraft kann darüber hinaus fein abgestuft justiert werden. So wird die Luft auf sanfte Art und Weise komprimiert,

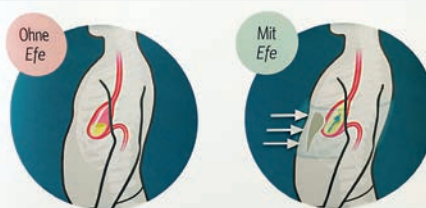
was in einer Reduktion des Magenvolumens resultiert. Es kommt beim Essen zu einem schnelleren Sättigungsgefühl, so dass insgesamt weniger Nahrung aufgenommen werden muss.

Im Mittel über 10 Prozent Gewichtsverlust innerhalb von sechs Wochen

Eine auf dem Deutschen Adipositas-Kongress in Leipzig 2020 vorgestellte Beobachtungsstudie konnte jetzt zeigen, dass insgesamt 62 im Rahmen einer konservativen Adipositas-Therapie mit der EFE®-Bandage versorgte Patienten innerhalb von sechs Wochen im Mittel 10,6 Prozent ihres Gewichts verloren. Die Anwendung erfolgte dabei von morgens vor dem Frühstück bis abends vor dem Schlafengehen, ein Tragen der Bandage während der Nacht war nicht erforderlich. Inzwischen ist das zertifizierte Medizinprodukt (PZN 13925811 in Größe L) in allen Apotheken in Deutschland und unter <https://efe-compression.com> in den Größen XS–XXL erhältlich. Die einfache Anwendung macht die EFE®-Bandage dabei auch zum idealen Instrument für das schnelle Abnehmen „zwischen durch“, auch für mäßig Übergewichtige. Bei Vorliegen der medizinischen Notwendigkeit und der tariflichen Gegebenheiten wird sie nach Einzelfallprüfung sogar von bestimmten Krankenkassen (z. B. Barmenia) erstattet.

Warum die EFE®-Bandage funktioniert

„Luft existiert im Bauchraum nur im Magen und im Dickdarm“, erläutert Dr. Cebe. „Im Gegensatz zu Flüssigkeiten lässt sich diese komprimieren – das ist ein physikalisches Gesetz. Alle anderen Organe und Gewebe bestehen aus flüssigkeitsgefüllten Zellen ohne Luft. Die Bandage macht sich zunutze, dass diese Kompression der Luft im Bauchraum auch von außen stattfinden kann. Der Effekt, nämlich das erzielte Völlegefühl, ist der gleiche wie bei einer Kompression von innen – also durch Nahrungsaufnahme.“



0221 / 97 13 62 73

www.efe-compression.de



liebe Leserin, lieber Leser,

in den letzten Jahren hat die biologische Regeneration einen enormen Fortschritt gemacht. Innovative Technologien eröffnen uns die Möglichkeit, unser körperliches Wohlbefinden und unsere Gesundheit auf eine ganz neue Art und Weise zu verbessern. Von der regenerativen Medizin bis hin zur Stammzelltherapie gibt es heute zahlreiche Behandlungsmöglichkeiten, die uns dabei helfen, gesünder und vitaler zu leben.

In ORTHOpess finden Sie spannende Beiträge zu diesem Thema. Wir stellen Ihnen die neuesten Erkenntnisse und Entwicklungen aus der medizinischen Forschung vor und zeigen Ihnen, wie Sie diese für sich nutzen können. So erfahren Sie beispielsweise, wie die biologische Regeneration dazu beitragen kann, Gelenkerkrankungen zu behandeln.

Ein weiteres Thema unserer aktuellen Ausgabe ist die Revisionsendoprothetik. Zwar halten künstliche Hüft- und Kniegelenke immer länger, doch steigt auch die Lebenserwartung. Besonders jüngere Implantatempfänger müssen daher damit rechnen, mindestens eine Wechseloperation zu erleben. Warum das so ist und wie schon bei der ersten Operation die Weichen für eine möglichst lange Haltbarkeit der Endoprothese gestellt werden können, erfahren Sie in diesem Heft.

Zu den häufigsten Gründen, aus denen Patienten eine orthopädische Praxis aufsuchen, zählen Vorfußkrankungen. Diesmal widmen wir uns dem Hallux rigidus, einer direkten Folge der schmerzhaften Arthrose im Großzehengrundgelenk. Lesen Sie in ORTHOpess, wie moderne Operationsverfahren helfen können, ein kosmetisch ansprechendes und vor allem funktionell befriedigendes Ergebnis zu erreichen.

Wir freuen uns, Ihnen diese und viele weitere interessante Themen in unserer Zeitschrift präsentieren zu können – Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden stehen für uns an erster Stelle.

Ein schönes Frühjahr wünscht Ihnen Ihr



Curt Findeisen

Herausgeber

dpv deutscher patienten verlag gmbh
Elisabeth-Breuer-Str. 9
D-51065 Köln
Tel.: 0221 / 940 82 - 10
Fax: 0221 / 940 82 - 11
info@dp-verlag.de
www.orthopress.de

Anzeigenverwaltung

dpv gmbh
Tel.: 0221 / 940 82 - 0
Fax: 0221 / 940 82 - 11

Einzelbezug

7,50 EUR

Einzelheftbestellung/Abonnenten-Service

Tel.: 0221 / 940 82 - 10
Fax: 0221 / 940 82 - 11
leserservice@orthopress.de

Chefredaktion

Curt Findeisen

Grafik

Nadine Birkenbusch
Antje Brüggemann
Julica Puls

Redaktionsleitung

Arne Wondracek

Lektorat/Korrektur

DACHL UG
Dr. Naide Findeisen

Bildnachweise

Autoren
Getty Images

Sanfte Dehnung von Nackenmuskulatur und Brustwirbeln zum Sparpreis:

Beide zusammen mit 10 Euro Sparvorteil*!

zusammen 188 €*
inkl. Versand

Yellow-Head Back
99,00 Euro

Yellow-Head Classic
99,00 Euro

* Bei gleichzeitigem Kauf 188 Euro statt 198 Euro. Portofrei. Gültig bis 31.12.2023.

yellow-head.de

Yellow-Head GmbH · Meckenh. Allee 158 · 53115 Bonn · 0228 629178-10

Sie möchten Ressourcen sparen und ORTHOpess online lesen:



- 26 Hallux rigidus
- 29 Endoprothetik und Revisionsendoprothetik
- 32 Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD)
- 34 Polyneuropathie
- 39 Biologische Regeneration
- 47 Das Makulapigment
- 03 Editorial / Impressum

- 05 Schmerzfrei dank der richtigen Matratze
- 06 Sensomotorische Einlagen bei Fußschmerzen
- 09 Feste Zähne an einem Tag
- 10 Bandscheibe – Wirbelgleiten – Wirbelkanalverengung
- 12 Ruhesessel der Sesselszentrale
- 13 Patienten-individuelle Knieendoprothetik
- 14 Sensomotorische Proprio-Einlagen
- 16 Knorpelschaden im Knie
- 18 Künstliches Hüftgelenk bei Arthrose
- 20 Osteoporose, Arthrose oder Rückenschmerzen?
- 23 Sanfte Druckentlastung mit der SpineMed®-Methode
- 24 Triggerpunkte – Schmerzursache Nr. 1
- 25 Handynacken und Verspannungen
- 28 Hallux-OP ohne Versteifung
- 36 Endoprothetik 4.0
- 38 Der Schmerzschrittmacher
- 42 Die Axomera-Therapie
- 44 Das Wohnstift Mozart
- 45 Rückenschmerzen durch Zahn- und Kieferfehlstellungen
- 46 Stoßwellentherapie und Elastografie bei chronischen Schmerzen
- 48 Aufrechte Haltung: Freier Atmen

Neue Frische für müde Sehzellen

mit Riboflavin.***



epacell®

EINFACH PERFEKTE AUGENBLICKE.

epacell® Augenkapseln verringern Augenmüdigkeit.***

Enthält MaquiBright® Maqui-beeren-Extrakt, Omega-3-Fettsäuren (DHA) und 100% des Tagesbedarfs von Vitamin A, B2, E und Zink.

*** Riboflavin (Vitamin B2) trägt zur Verringerung von Müdigkeit bei. Vitamin A, Vitamin B2, Zink und DHA unterstützen die normale Sehkraft.

MaquiBright® (Aristotelia Chilensis berry standardized extract) is a registered trademark of Maqui New Life S.A., Chile and Oryza Oil & Fat Chemical Co. Ltd., Japan.

Rückenschmerzen

Dank der richtigen Matratze sind schon viele Menschen schmerzfrei geworden

Die Matratze spielt bei Rückenschmerzen eine entscheidende Rolle. Ein Interview mit Heinrich Ellermann, langjähriger Leiter Physikalische Therapie eines Krankenhauses.



Herr Ellermann, in über 40 Berufsjahren haben Sie unzählige Fälle von Rückenbeschwerden behandelt. Welche Rolle spielt dabei die Matratze, und welche Produkte sind geeignet?

H. Ellermann: Für die Entspannung und Regeneration der Gelenke und der Muskulatur ist Schlaf sehr wichtig! Ein Test verschiedener Matratzen hat gezeigt, dass das Luft-Schlafsystem für die nächtliche Erholung ideal ist. Die Testperson fand schnell die optimale Liegeposition und hatte einen ruhigen Schlaf.

Warum empfehlen Sie das Schlafen auf dem Luft-Schlafsystem?

H. Ellermann: Das Luft-Schlafsystem wird über den Luftdruck genau auf den Körper eingestellt, sodass er gleichmäßig und drucklos gestützt wird. Denn im Liegen wird die Wirbelsäule quasi leicht auseinandergezogen, was die Bandscheiben völlig entlastet. So kann das Bandscheibengewebe die notwendige Nährflüssigkeit aufnehmen, um zu regenerieren. Das ist ein einzigartiger Vorteil der Luftlagerung – ideal besonders bei Wirbelsäulenproblemen.

Eignet sich das Luft-Schlafsystem auch bei schwereren Rückenbeschwerden?

H. Ellermann: Ja. Ich erinnere mich an einen Patienten der Intensivstation, der nach einer Bauch-OP über Schmerzen in

der Wirbelsäule klagte. Das Problem war die Deformierung seiner Brustwirbelsäule. Nachdem ich ihn auf eine Luftlagerung umgebettet hatte, ließen die Schmerzen nach.

Hat das Luft-Schlafsystem weitere Vorteile?

H. Ellermann: Ja, viele – zum Beispiel die lange Lebensdauer. Immerhin liegt die Materialermüdung einer normalen Matratze bei sechs bis sieben Jahren, dann ist eine neue Matratze fällig. Luft hat dagegen den Vorteil, dass sie nicht ermüden kann! Mein eigenes Luft-Schlafsystem ist ca. 20 Jahre alt, und es erfüllt seinen Dienst noch wie am ersten Tag. In dieser Zeit hätte ich drei

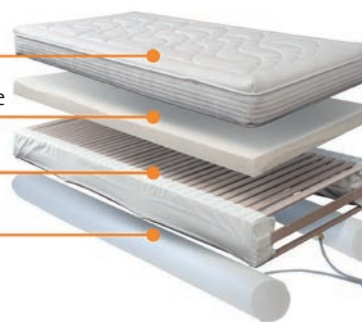
Matratzen kaufen müssen. Zudem ist das Luft-Schlafsystem sehr atmungsaktiv, und man schwitzt darin weniger.

Bezug

Komfortauflage

Holzlamellen

Luftkammern



► **ERGO VITALIS GmbH**
Am Altbach 11
67246 Dirmstein
Tel.: 06238 / 9899 260
www.ergofit24.de

Rückenschmerzen adé ...



Bei Rückenschmerzen: jetzt anrufen, testen und Leser-Rabatt von 150,- € bekommen!*

Testen Sie bei Rückenproblemen ERGOFITair, das ergonomische Schlafsystem mit dem weltweit einzigartigen Luft-Lamellen-Kern. Dank der individuell einstellbaren Luft-Lagerung passt sich ERGOFITair in jeder Liegeposition (Seiten-, Rücken-, Bauchlage) ideal an Ihren Körper an. So können Wirbelsäule und Bandscheiben über Nacht optimal regenerieren und Schmerzen gelindert werden.

ERGOFITair ist tausendfach bewährt und hat bereits nachweislich bei Rückenschmerzen geholfen.

Ergovitalis GmbH | Am Altbach 11 | 67246 Dirmstein | Telefon: 06238 9899260 | www.ergofit24.de
Santec GmbH | Ernst-Leitz-Strasse 71-73 | 35578 Wetzlar | Telefon: 06441 210030

ERGOFIT
MACHT DEN RÜCKEN FIT

LESER-RABATT 150 €*



Dr. Michael Wittke

Privatpraxis f. umfassende Orthopädie,
Professional Applied Kinesiology,
Funktionelle Myodiagnostik
Sägemühlenstr. 3 • D-29221 Celle
Tel.: 05141-934 40 71
wittke.michael@t-online.de



Dr. med. Horst Darmstädter

FA für Orthopädie, Sportmedizin,
ganzheitliche Haltungs- & Bewegungs-
diagnostik, 4-D WS-Vermessung
Hessenring 3 • D-34260 Kaufungen
Tel.: 05605-704 41 • Fax: 05605-708 39
www.dr-darmstaedter.de • hdmst@gmx.ch



Dr. med. Bernd Ksinsik

Neurologie, Psychiatrie, Chirotherapie,
Neuroorthopädie, 4D-WS-Vermessung,
Akupunktur, Szenartherapeut, Sport-
traumatologe, Schlaflabor, Schlafmedizin,
psych. Gesprächstherapie, Fast-Track-Osteopathie
Am Münster. 9-11 • D-37154 Northeim
Tel.: 05551-20 63 • www.dr-ksinsik.de

„Ohne die Einlagen gehe ich nicht an den Start!“

Von wegen OP:

**Wie sensomotorische Einlagen
Sportlern bei Schmerzen im
Bewegungsapparat helfen**

Peter Santagati (28) ist Sportler aus Leidenschaft, sein Herz schlägt seit zehn Jahren für den Triathlon. Tägliches Training gehört ebenso zu seinem Alltag wie Wettkämpfe, bei denen der ehrgeizige Franke in der Regel einen der ersten Plätze belegt. Tatsächlich ist Peter schneller denn je. Das war nicht immer so: Vor ein paar Jahren litt er aufgrund des intensiven Trainings unter Beschwerden an der Achillessehne und Hüfte, konnte kaum mehr gehen. Anstelle einer geplanten Operation halfen ihm sensomotorische Einlagen von Medreflexx.

2013 kam bei Peter Santagati die Erleuchtung. Durch Zufall war er bei einem wichtigen Triathlon in seiner Heimat Roth, dem Challenge Roth. Damals stand der junge Mann, der zu diesem Zeitpunkt selbst kein Ziel vor Augen hatte, neben vielen begeisterten Zuschauern, die die Athleten wie Helden anfeuerten. „Das hat mich so geflasht, dass ich am nächsten Tag sofort ins Schwimmbad bin und angefangen habe zu trainieren. Ich wusste plötzlich, ich will Profi-Sportler werden.“ Seit diesem Schlüsselerlebnis hat sich sein Leben radikal verändert. Wöchentlich legte er bis zu 120 Trainingskilometer zurück. 2017 gewann er den Stadtlauf Nürnberg, die Woche darauf war er schon

Ausgebildete Spezialisten für Haltungs- und Bewegungsdiagnostik in Ihrer Nähe:



Dr. med. Ulrike Stier
Hessenring 6 • D-61267 Neu-Anspach
Tel.: 49(0)6081 965687
Fax: 06081 4496570
privatpraxis-dr.stier@t-online.de
www.privatpraxis-dr-stier.de



Dr. med. Wulf Schwietzer,
Dr. med. Christoph Seeger
Zentrum für Orthopädie und Sporttraumatologie
Röntgenstr. 6-8 • D-63225 Langen
Tel.: 06103-30 18 400
info@ofz.langen.de • www.ofz-langen.de



Dr. med. Marco Gassen
QIMOTO – Praxis für Sportmedizin & Orthopädie
Privat & Selbstzahler
Mainzer Straße 98 – 102 • D-65189 Wiesbaden
Tel.: 0611 / 44 76 15 - 100
psm@qimoto.de • www.qimoto.de



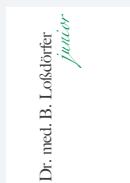
Tom Feibel
Arthroskopische Chirurgie,
Fußchirurgie und Schmerztherapie
Geistkircher Str. 10 • D-66386 St. Ingbert/Rohrbach
Tel.: 06894 / 966 84 40 • mail@orthopaedie-feibel.de
www.orthopaedie-feibel.de



Dr. med. Platon Kastriotis
FA für Orthopädie und Unfallchirurgie, Osteopathie
Sportmedizin, Chirotherapie, Akupunktur
Kaiserstraße 14 • D-66482 Zweibrücken
Tel.: 06332 / 471840 • Fax: 06332 / 471839
www.dr-kastriotis.de



ORTHOPAEDICUM Worms
Dr. med. Christian Sachs
Von-Steuben-Str. 17 • D-67549 Worms
info@orthopaedicum-worms.de
www.orthopaedicum-worms.de
Tel.: 06241 / 69 55 0 8



Dr. med. Bernd Loßdörfer
Privatpraxis für Orthopädie, Osteopathie
Haltungs- und Bewegungsheilkunde, Akupunktur
Heinrich-Lanz-Str. 14 • D-68165 Mannheim
Tel.: 0621-1250 86 96
www.ortho-time.de

wieder beim nächsten Wettkampf am Start. Das war sein Leben, bis die Schmerzen ihn ausbremsten: „Ich hatte sehr viele Beschwerden, angefangen bei Problemen am Schienbein und der Achillessehne, ein klassisches Runner's Knee, und zuletzt auch noch heftige Schmerzen an der Hüfte, dass ich kaum noch stehen konnte. Nach 15 Minuten Bewegung haben meine Füße gebrannt, an Sport war gar nicht mehr zu denken“, erinnert sich Peter Santagati. Der junge Sportler war verzweifelt, unternahm zahl-



reiche, erfolglose Therapieversuche bei verschiedenen Ärzten, keiner konnte ihm helfen. Als er nur noch an Krücken gehen konnte, schien 2018 eine Hüft-Operation die letzte Option. Der Termin stand bereits fest, der Preis auch: 11.000 Euro sollte die Operation kosten.



Die Einlagen als Glücksfall

Es war Zufall, ja ein wahrer Glücksfall, dass er einen letzten Versuch bei der Sportmedizinerin Katrin Kersberg in Fulda unternahm, wo er damals Gesundheitsmanagement studierte. Ihre Diagnose nach einem MRT: eine akute Überbelastung des Hüftkopfes, die aus einer Fehlbelastung aufgrund einer Fehlstatik resultierte. „Peter hat starke Plattfüße, deshalb stimmte der Angriffswinkel nicht und führte zu einer Fehlbelastung übers Knie zum Hüftkopf, im Schenkelhals hatte sich ein sogenanntes Knochenmarksödem (Bone Bruise) entwickelt. Durch die Einlagen, die ich ihm verordnet habe, konnten wir über eine bessere Ansteuerung der Muskelketten das Bewegungsmuster verändern. Gleichzeitig haben wir Peter auch begleitende Übungen gezeigt.“ Katrin Kersberg arbeitet seit über 15 Jahren mit den sensomotorischen Einlagen von MedReflexx und macht damit sehr gute Erfahrungen. „Alles im Körper hängt zusammen und ist auch in der Therapie als Ganzes zu betrachten“, weiß die Sportmedizinerin aus Fulda. „In den meisten Fällen streben wir eine multimodale Behandlung an, das heißt, dass es mehrere Behandlungsbausteine gibt. Einer davon ist oft die Versorgung mit sensomotorischen Einlagen.“

Für Peter Santagati haben die Sohlen sein Leben verändert: Einen Monat später konnte er bereits wieder an einem Wettkampf teilnehmen und wurde zweiter - nach acht Monaten ohne Training. Aber das Beste war: „Drei Monate später war ich so gut wie schmerzfrei, ganz ohne OP!“, freut sich Peter Santagati. Er ist bis heute absolut begeistert von den Einlagen. „Ich sehe anhand der Wirbelsäulenaufnahmen, wie sich meine Haltung verändert hat. Und bei meinen Leistungen spüre ich, was mir diese Veränderung bringt. Mal abgesehen davon, dass ich keine Schmerzen mehr habe und seither nicht mehr verletzt war, konnte ich meinen Laufstil optimieren. Ich habe meine aktuelle Bestzeit auf der Zehn-Kilometer-Distanz erreicht.“

Eine aktivierte Muskulatur bringt den Körper ins Gleichgewicht

Ursachen der funktionellen Störungen im Bewegungsapparat, wie sie bei Peter auftraten, können sowohl eine mangelhafte Ausbildung der Fußmuskulatur als auch angeborene Fehlstellungen oder Dysbalancen durch Über- und Fehlbelastungen sein. Sensomotorische Einlagen stimulieren bestimmte Areale der Fußsohle und setzen damit neue Reize, die über die Muskelketten und das Faszien-Gewebe bis ins zentrale Nervensystem übermittelt werden. Das Gehirn leitet eine ent-

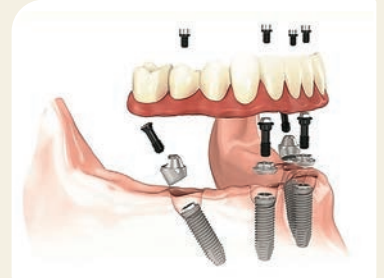
sprechende Rückkopplung ein und steuert die benötigte Muskulatur an. Im Unterschied zu rein stützenden Einlagen aktivieren sensomotorische Einlagen die Muskulatur und setzen eine bessere Selbstregulierung in Gang. Lasten werden umverteilt, Dysbalancen ausgeglichen, Fehlbelastungen behoben - bis hin zur Schmerzfreiheit. Das Besondere an den Einlagen von MedReflexx: Sie können nur von speziell ausgebildeten Ärzten verordnet und direkt in der Praxis angepasst werden. Individuell befüllbare Therapieareale der Sohlen steuern die Muskulatur gezielt an. Ein weiterer Vorteil: Patienten können die Einlagen im Therapieverlauf an veränderte Bedürfnisse anpassen lassen.

Keine Schmerzen, verbesserte Leistung, neue Ziele

Auch Peter hat seine Einlagen inzwischen adaptieren lassen und spürt nun noch mehr Power! Der Sportler lebt und trainiert inzwischen auf der Kanaren-Insel Teneriffa: „Die Berge, das Meer - das ist genau meine Insel, wo meine Seele sich daheim fühlt.“ Sein großer Traum ist es, in diesem Jahr den Challenge Roth zu gewinnen - jenen Wettkampf, der ihn vor zehn Jahren zu einer Karriere als Profisportler inspiriert hat. Für Peter waren die Einlagen ein Gamechanger: „Ich würde keinen Lauf mehr ohne die Einlagen machen.“



Kraftvoll in einen Apfel oder ein Brötchen zu beißen – für viele Menschen jenseits der 60 ist das oft nur noch ein Traum. Nur selten halten die „Dritten“, was die Werbung uns suggeriert. Oft machen sie aufgrund der mangelnden Funktionalität sogar richtiggehend einsam, weiß der Frankfurter Zahnarzt P. Tomovic. Mit einer neuartigen Implantattechnik verhilft er jetzt an nur einem Tag auch solchen Patienten zu feststehendem Zahnersatz, welche die unangenehme Prothese und die lästige Haftcreme nicht mehr sehen können.



Feste Zähne an einem Tag

Wenn die natürlichen Zähne verloren gegangen sind, folgt auch heute noch bei den meisten Menschen eine Versorgung mit herausnehmbaren Prothesen, obwohl die Versorgung mit Zahnimplantaten inzwischen eine funktionell und ästhetisch perfekte Alternative darstellt. Dass ein Gebiss nur für einen kurzen Moment einen guten Sitz hat, ist vielen nicht bewusst. „Die Prothesen werden ja an einen Zustand angepasst, der sich ständig ändert“, erläutert der erfahrene Implantologe P. Tomovic: „Im Laufe nur weniger Monate weicht der Kieferknochen immer weiter zurück. So entstehen Abweichungen und Hohlräume, die zu ganz unterschiedlichen Nebenerscheinungen führen.“ Oft liegt das Gebiss schon nach kurzer Zeit nicht mehr vollständig auf, sodass Druckstellen entstehen. Auch Polster und Haftcremes können hieran nur wenig ändern. P. Tomovic: „An ein natürliches Zubeißen wie mit echten Zähnen ist dann praktisch nicht mehr zu denken.“

Sozialer Rückzug auf Raten

Dazu kommen Probleme mit der Lautbildung. Nicht wenige Gebisssträger entwickeln durch die an mehreren Stellen unkontrolliert ausströmende Atemluft ein charakteristisches Zischeln beim Sprechen. Aus Angst, dass sich die Prothesen lösen, schränken die meisten ihre Mimik im Gespräch mit anderen unbewusst ein. P. Tomovic kennt die Problematik nur zu

gut: „Gebisssträger werden häufig einsilbig und lachen nicht mehr – auf Dauer ist der soziale Rückzug vorprogrammiert.“

Mit „Fast and Fixed“ die Sicherheit zurückgewinnen

Mit der neuen „Fast and Fixed“-Implantationstechnik gehört das jetzt glücklicherweise der Vergangenheit an. Anders als bei herkömmlichen Implantaten muss dabei weder ein aufwendiger Knochenaufbau durchgeführt noch eine monatelange Einheilung abgewartet werden. „Die ‚Fast-and-Fixed‘-Technik nutzt optimal den noch zur Verfügung stehenden Knochen“, erklärt P. Tomovic das innovative Verfahren. „Die seitlichen Implantatwurzeln werden bei dieser Methode nicht senkrecht eingebracht, sondern mit einem Neigungswinkel von etwa 30°. So ist man zur Verankerung der Implantate weniger auf den Knochen im Seitenbereich angewiesen, der meist besonders stark zurückweicht und deshalb einen Knochenaufbau notwendig macht. Auf sechs Implantatwurzeln im Oberkiefer und vier Implantatwurzeln im Unterkiefer kann so ein feststehender Zahnersatz verankert werden – selbst dann, wenn bereits jahrelang ein Gebiss getragen wurde.“

Normal zubeißen bereits am nächsten Tag

„Fast and Fixed“ – das bedeutet, dass die Patienten am Tag nach dem Eingriff wie-

der mit eigenen feststehenden Zähnen essen können. Und nicht nur das: Grinsen, Lachen, Küssen – all das, was die natürliche Lebensqualität ausmacht, kehrt mit einem Schlag zurück. Dadurch, dass die Implantate komplett in den vorhandenen festen Kieferknochen gesetzt werden, ist das Verfahren nicht nur sicher und schonend, sondern auch fast immer schmerzlos. „Das schönste Erfolgserlebnis für mich als Zahnarzt ist, dass ich mitbekomme, dass für meine Patienten mit der ‚Fast-and-Fixed‘-Technik nochmals ein völlig neuer, unbeschwerter Lebensabschnitt beginnt“, so P. Tomovic.



Der Zahnarzt und Zahntechniker P. Tomovic, Ästhetische Zahnheilkunde in Frankfurt Westend, setzt auf die neuartige „Fast-and-Fixed“-Technik.



Zahnarzt P. Tomovic

Ästhetische Zahnheilkunde
in Frankfurt Westend
Bettinastr. 35 – 37
60325 Frankfurt am Main
Tel.: 069 / 90 74 48 00
www.zahnarzt-frankfurt-tomovic.de



Fachlicher Austausch. Von links nach rechts: Neurologin K. Wiseman, FA für Radiologie Dr. Y. Helo, Neurochirurg Dr. F. Sommer, Orthopäde und Schmerztherapeut Dr. R. Schneiderhan, Neurochirurg Dr. Z. A. Hadi

Das einzigartige Konzept. „Individuell wie jeder Mensch muss die Wirbelsäulentherapie sein“, so Dr. R. Schneiderhan. Drei Punkte sind hierfür entscheidend:

1. Eine außergewöhnliche Erfahrung
 2. Eine hohe Spezialisierung in einem interdisziplinären Expertenteam
 3. Ein alles umfassendes Therapiespektrum
- Mit über hunderttausend behandelten Patienten und mehr als vierzigtausend durchgeführten minimalinvasiven und operativen Eingriffen an der Wirbelsäule zählt die Praxisgemeinschaft Dr. Schneiderhan zu den erfahrensten in Europa.

Bandscheibe – Wirbelgleiten – Wirbelkanalverengung

Das einzigartige Diagnostik- und Therapiekonzept für eine individuelle Lösung Ihrer Rückenschmerzen!

Die besten Therapien – so vermeiden Sie offene Operationen oder Versteifungen

Patienten aus aller Welt lassen sich in der Praxisklinik Dr. Schneiderhan und Kollegen in München-Taufkirchen behandeln oder holen sich eine zweite Meinung ein. Bis zu fünf Ärzte unterschiedlicher Fachrichtungen untersuchen und befragen die Patienten zu ihrer Schmerzentwicklung und den bisherigen Therapieverläufen. Das Besondere des Zentrums: Innerhalb nur eines einzigen Tages werden die genaue Diagnose und die persönliche Therapieempfehlung erstellt. Dr. Reinhard Schneiderhan: „Unser Grundsatz als interdisziplinäre Praxisklinik lautet: So viel wie nötig, so wenig und schonend wie möglich. Das heißt, dass wir alle Möglichkeiten ausschöpfen, um auf Rückenleiden eine andere Antwort als die offene Operation zu finden.“

Endlich einkaufen. In den letzten Monaten gehörte der tägliche Besuch im Supermarkt zu den Highlights in Sabine Ohls Leben. „Dort konnte ich mich auf den Einkaufswagen stützen und nahezu schmerzfrei bewegen“, erinnert sich die 52-jährige Krankenschwester aus Bonn. Denn grausame Schmerzen, die vom Kreuz bis tief in ihr Bein ausstrahlten, machten ihr sonst jeden Schritt zur Qual. Nur bei Aldi, Rewe oder Edeka machte das Leben wieder Spaß: „Dank der praktischen Einkaufswagen tat das Gehen nicht mehr weh. In meinem Alter wollte ich noch keinen Rollator benutzen.“ Den braucht Sabine Ohl heute auch gar nicht mehr. Denn eine moderne und besonders schonende Therapie hat sie von ihren Schmerzen befreit: „Ich litt unter einem verengten Wirbelkanal. Mehrere Ärzte rieten mir deshalb schon zu einer großen Versteifungsoperation. Doch die wollte ich auf jeden Fall vermeiden. In der Physiotherapie hatte ich gleich mehrere Leidensgenossen kennengelernt, die solche Eingriffe bereits über sich ergehen ließen und trotzdem immer noch unter Schmerzen litten. Davor hatte ich Angst. Das wollte ich mir ersparen. Ein endoskopischer Eingriff in der Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen in München machte mich tatsächlich wieder schmerzfrei. Und zwar ohne meine

Wirbelsäule zu versteifen.“ Doch bis es endlich so weit war, verschlechterte sich Sabine Ohls Zustand immer weiter: „Nur drei Jahre zuvor konnte ich noch problemlos Sport treiben und joggen“, erzählt sie. „Vor zwei Jahren schaffte ich mit Mühe und Not gerade noch tausend Meter und vor einem Jahr nicht mal mehr die Hälfte. Dann wurden die ausstrahlenden Schmerzen im Bein zu stark. Zuletzt musste ich mich schon nach hundert Metern nach vorn beugen oder mich hinsetzen, damit die Qualen nachließen.“

Kompetente Zweitmeinung

So konnte es nicht weitergehen. Weil Sabine Ohl mit den OP-Empfehlungen ihrer Ärzte nicht zufrieden war, recherchierte sie selbst im Internet. Auf der Webseite www.orthopaede.com fand sie die Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen mit ihrem einzigartigen Konzept in München: „Ich fuhr mit meinen Vorbefunden hin und wollte mir eigentlich nur eine Zweitmeinung holen. Doch dieses einmalige Spezial-Zentrum mit den verschiedenen Fachärzten hat mich völlig überrascht. Innerhalb nur eines einzigen Tages wurde ich von einem Neurochirurgen, einem Neurologen und einer Röntgenärztin ein-

gehend untersucht und erhielt bereits am Nachmittag in einem ausführlichen Fachgespräch nicht nur eine viel genauere Diagnose als bisher, sondern gleich auch eine auf mich maßgeschneiderte Therapie-Empfehlung. Die habe ich dann befolgt. Seitdem kann ich wieder schmerzfrei gehen.“

Erfahrung und Kompetenz schützt vor Versteifungsoperation

Schicksale wie das seiner Patientin Sabine Ohl erlebt Dr. Reinhard Schneiderhan jeden Tag. Der Münchner Orthopäde, Rückenspezialist und Leiter der Praxisklinik klagt, dass selbst in Fachkreisen noch viel zu wenig über das Krankheitsbild des verengten Wirbelkanals bekannt ist: „Obwohl es sich hier um eine mittlerweile weitverbreitete Volkskrankheit handelt, kommen die meisten Patienten mit einer nur sehr ungenauen Diagnose zu uns. Oft heißt es nur „Wirbelkanalverengung“, und den Betroffenen wird zur großen Versteifungsoperation geraten. Dabei muss man hier sehr genau zwischen verschiedenen Arten der Einengung unterscheiden. Für jedes Stadium kommen unterschiedliche Therapien in Betracht. Viele von ihnen sind minimalinvasiv oder endo-

skopisch möglich. Doch diese umfangreiche Diagnostik und Therapieviefalt kann ein einzelner Arzt heute gar nicht mehr ausreichend überblicken. Dazu braucht man ein großes Ärzte-Team wie in einer Uniklinik. Nur mit dem Unterschied, dass sich alle beteiligten Kollegen auf die Diagnostik und Behandlung von Wirbelsäulenleiden und Rückenschmerzen spezialisiert haben sollten.“

Einzigartiges Konzept

Deshalb gilt die Praxisklinik Dr. Schneiderhan & Kollegen auf diesem Gebiet als Modellfall. Hier untersucht, berät und betreut ein Team von mehreren erfahrenen Experten aus Orthopädie, Neurochirurgie, Neurologie und Radiologie jeden Patienten gemeinsam unter einem Dach. Gleichzeitig müssen diese Spezialisten auch die neuen Therapien und Operationsverfahren beherrschen. Doch diese Anforderung erfüllen Dr. Schneiderhan und seine Kollegen mit über 25.000 Untersuchungen und Behandlungen pro Jahr mehr als genug. Davon profitierte auch Patientin Sabine Ohl: „Bei mir stellte Neurochirurg Z. A. Hadi eine Wirbelkanalverengung vom Grad 4a fest. Mehrere kleine knöcherne Anlagerungen drückten von innen auf die Nerven. Die konnte der Spezialist aber endoskopisch mit einer Mikrofräse entfernen.“



Minimalinvasiv bei Wirbelkanalverengung: Deutschlands bekanntester Rückenspezialist Dr. Reinhard Schneiderhan zeigt am Modell, wie der Wirbelsäulen-Katheter an die betroffene Stelle platziert wird.

Das Stadium ist entscheidend

Um die verschiedenen Grade und ihre unterschiedlichen Behandlungsmöglichkeiten besser verständlich zu machen, hat sie Dr. Schneiderhan in einer Tabelle zusammengefasst.

Versteifungsoperation nur selten erforderlich

„Diese Tabelle zeigt, dass die so häufig empfohlenen Stabilisierungsoperationen nur bei dem besonders weit fortgeschrittenen Stadium 5 nötig sind“, erklärt Dr. Schneiderhan. „Bei allen anderen Stadien kommen wir mit minimalinvasiven und endoskopischen Techniken gut zurecht, ohne die Wirbelsäule versteifen zu müssen. Allein mit dem nur 1,4mm

dünnen Wirbelsäulenkatheter können wir Bandscheibenvorwölbungen und -vorfälle sowie Narbengewebe nach Operationen besonders sanft beseitigen (siehe Orthopress 2/22 S. 8-9, S.36).

Endoskopische OP

So war es auch bei Sabine Ohl. Neurochirurg Z.A. Hadi entfernte das überschüssige Knorpelgewebe im Wirbelkanal, das die Schmerzen auslöste, ohne offene OP und Versteifung über ein Endoskop: „Unter Vollnarkose führen wir dazu ein nur sieben Millimeter dünnes Endoskop von der Seite ein und schieben es unter direkter Sicht über die eingebaute Optik bis an die Wirbelsäule vor. Dabei müssen Muskeln, Bänder und Sehnen nicht mehr abgelöst oder durchtrennt werden und es entstehen später auch keine Narben mehr.“ Der Erfolg war verblüffend. „Schon nach kurzer Zeit konnte ich schon wieder ohne Schmerzen gehen“, freut sich Sabine Ohl. „Und zum Einkaufen im Supermarkt brauche ich keinen Wagen mehr.“

► MVZ Praxisklinik

Dr. Schneiderhan und Kollegen
München-Taufkirchen
Eschenstraße 2
82024 Taufkirchen b. München
Tel.: 089 / 614 51 00
info@orthopaede.com
www.orthopaede.com
Online-Terminbuchung unter:
www.orthopaede.com/termin

Stadium	Art der Wirbelkanalverengung	Therapie	Alter
1	Anlagebedingte WK-Verengung Die Durchtrittsstellen der Nervenwurzeln sind seit Geburt kleiner. Jede kleine Bandscheibenvorwölbung, kann dann bereits starke Schmerzen auslösen.	1. Konservative Behandlung 2. Minimalinvasiv mit dem Wirbelsäulen-Katheter (s. Orthopress 2/22 S.8-9, S.36)	alle Altersstufen
2	Bandscheiben- bzw. weichteilbedingte WK-Verengung Kleine Bandscheibenvorfälle oder Entzündungen, Verklebungen oder Narben nach Bandscheiben-OP engen den Kanal ein.	1. Konservative Behandlung 2. Minimalinvasiv mit dem Wirbelsäulen-Katheter 3. Minimalinvasiv mit Bandscheibenlaser (s. Orthopress 1/21 S.28-29)	alle Altersstufen häufig bis 45
3	Kombinierte WK-Verengung Der Kanal wird gleichzeitig durch Bandscheibenvorfall von vorn, als auch durch knöcherne Anlagerungen von hinten eingeengt, z. B. durch Verschleiß an den Wirbelgelenken.	1. Bei überwiegend Bandscheiben Einengung: Wirbelsäulen-Katheter 2. Bei überwiegend knöcherner Einengung: Intraspine® (s.Orthopress 2/21 S.33)	alle Altersstufen
4a	WK-Verengung mit überwiegend kleinen knöchernen Einengungen	1. Intraspine® (s. Orthopress 1/19 S.34-35) 2. Endoskopisches Entfernen mit Mikro-Fräse (s.Orthopress 3/22 S.31)	bis 55
4b	WK-Verengung mit überwiegend großen und massiven knöchernen Einengungen	Offene OP mit Entfernung größerer Knochenabschnitte in mikrochirurgischer Technik (s. Orthopress 2/16)	ab 55
5	WK-Verengung durch starken Verschleiß mit Verschiebung der Wirbelkörper und Wirbelgleiten	OP mit Bandscheiben-Entfernung, Einsetzen eines Cage-Implantates als Platzhalter und Stabilisierung mit Schrauben und Stäben, auch als dynamische Stabilisierung möglich (s. Orthopress 1/20 S. 34-35)	ab 45



25 Jahre
Kompetenz für
Ihre Wirbelsäule

Darum sollten sich Patienten nach einer Empfehlung zu einer Wirbelsäulenoperation und bei chronischen Rückenschmerzen immer eine Zweitmeinung einholen.

Ruhesessel der Sesselzentrale



Wie kann falsches Sitzen Rückenschmerzen begünstigen?

Rückenschmerzen sind eine der häufigsten Ursachen für eine Erwerbsunfähigkeit oder Frührente. In Ihrem neuen Sessel sollten Sie daher rückschonend und ergonomisch gesund sitzen. Wichtig ist, dass er Ihrer individuellen Rückenform gerecht wird und sie ausreichend unterstützt. Der komplette Rücken sollte daher vom Nacken bis in den Lendenwirbelsäulenbereich denkbar gut am Sessel anliegen. Dabei sollten möglichst wenig Hohlräume durch mangelnde Stütze entstehen. Wirbelsäule und Schulterbereich dürfen nicht nach vorne gedrückt werden, sodass keine Fehlhaltung im Sessel provoziert wird. Wir helfen Ihnen gerne, den für Sie passenden Sessel zu finden.

Ergonomie der Sitz- und Rückenfläche

Ein guter Sessel sollte Ihren persönlichen Sitzbedürfnissen optimal entsprechen. Aus diesem Grund bieten wir unterschiedliche Modelle für verschiedene Sitzbedürfnisse an. Jeder Sessel hat seine ganz bestimmte Sitzeigenschaft. So hat der eine Sessel zum Beispiel mehr Lendenwirbelstütze als der andere, während dieser vielleicht ein dominanteres Nackenkissen besitzt. Nacken und Schulter sollten nicht durch die eigene Muskulatur gerade gehalten werden müssen

und stattdessen aufgrund der Stütze im Nacken entlastet werden. Falscher oder zu wenig Schaum kann zu einer unzureichenden Unterstützung führen und möglicherweise Verspannungen auslösen.

Rückenlehne, Fußstütze und Nackenstütze müssen separat einstellbar sein!

Es macht wenig Sinn, wenn Sie bei der Einstellung Ihres Sessels an starre Vorgaben gebunden sind. Müssen Sie zum Beispiel jedes Mal, wenn Sie das Fußteil herausfahren möchten, das Rückenteil nach hinten drücken, bedeutet dies, dass Sie immer nur liegen können, wenn Sie das Fußteil ausgeklappt haben. Dementsprechend sind Sie gezwungen, immer dann, wenn Sie die Beine hochlegen möchten, zu liegen. Was aber, wenn Sie in aufrechter Position die Beine hochlegen möchten? Da man in halb liegender Position dazu neigt, den Kopf anzuheben, sollte die Nackenstütze separat einstellbar sein. Ansonsten riskiert man Verspannungen im Hals-/ Schulterbereich. Sowohl bei den manuellen als auch den elektrischen Varianten können Sie bei unseren Sesseln alle Teile separat bedienen.

Die Armlehnen bewegen sich analog zur Rückenlehne

Wenn die Armlehnen bei einem Sessel feststehend sind und sich nicht analog

zur Rückenlehne nach unten bewegen, liegen die Arme nicht in einer entspannten Haltung seitlich am Körper, sondern in einer unnatürlichen Haltung etwa 10 bis 15 Zentimeter zu hoch. Dadurch wird der Blutfluss in den Händen beeinträchtigt, sodass Ihre Hände einschlafen könnten. Idealerweise sollten die Hände immer parallel zur Hüfte liegen, sodass die Durchblutung gewährleistet bleibt und die Muskulatur entlastet ist. Die Armlehnen unserer Sessel bewegen sich analog zur Rückenlehne, sodass beide Faktoren berücksichtigt werden.

Die Lage der Beine

Die Fußstütze sollte minimal höher als das Becken liegen, sodass die Rückenhaltung entspannt und der Blutfluss in den Beinen optimal ist. Sind die Beine dauerhaft deutlich höher als das Becken oder liegen sie zu tief, kann sich dies ungünstig auf die Durchblutung und die Muskulatur auswirken, sodass die Beine schwer, dick und müde werden. Eine integrierte Fußstütze bringt Entlastung in die Beine und die Knie hängen nicht durch. Nach Möglichkeit sollte die Ferse nicht auf der Fußstütze aufliegen, sodass die Beinrückseite nicht unter Spannung steht und die Beine in ihrer neutralen und natürlichen Form aufliegen. Die Füße können also entspannt und locker über das Ende der Fußstütze herausragen. Für größere Menschen ist eine Fußstützenverlängerung sinnvoll.

NEUE METHODE FÜR EINE PATIENTEN-INDIVIDUELLE KNIE-ENDOPROTHETIK

Von Professor Dr. Heiko Graichen

Unser Anspruch: Es geht immer um das best-mögliche Ergebnis für die Patienten. Wir wollen ihnen das Maximale an Gesundheit, Sicherheit und Lebensqualität bieten.

Aber: Dies war bislang weltweit auch in Spitzen-Zentren in der Knie-Endoprothetik nur zu 85 bis 90 Prozent der Fälle möglich.

Die Lösung: Eine neue patientenspezifische Technik zur individuellen Rekonstruktion der knöchernen, aber auch der weichteiligen Anatomie des Kniegelenkes.

Der Reihe nach: Alle Menschen sind einzigartig, dies betrifft auch die Kniegelenke. Das bisherige Ziel in der Knie-Endoprothetik war aber, am Ende einer Operation alle Kniegelenke gleich gemacht und eine mechanische Ideal-Achse erreicht zu haben. Wenn deshalb Unter- und/oder Oberschenkel von der geraden Gelenklinie abweichen, stellte man im Rahmen der Operation das Gelenk gerade und „sägte“ es sowohl unten als auch oben auf 0 Grad.

In der Natur ist aber bei mehr als 75% der Menschen die sogenannte Gelenklinie leicht schräg und auch die Gelenkebenen des Unter- und Oberschenkel weichen um mehrere Grad von der senkrechten Gerade ab. Diese individuell knöcherne Ausrichtung eines jeden Menschen geht auch mit einer angepassten weichteiligen Anatomie (Bänder und Sehnen) einher.

Dies bedeutet im Umkehrschluss: Eine bei einer Operation zwanghaft hergestellte horizontale Gelenklinie ist nicht unbedingt die beste Lösung – da sie weder die knöcherne noch die weichteilige Situation individuell rekonstruiert. Diese individuelle Rekonstruktion kann aber das Geheimnis verbesserter Patientenzufriedenheit erbringen.

Das Prinzip: Wenn man die individuelle Anatomie berücksichtigt, das Implantat entsprechend angepasst positioniert sowie mit Hilfe moderner Technik präzise justiert, dann kann man eine Abweichung der Beinachse von 1 bis 5 Grad belassen, ja man sollte sie belassen. Diese individuelle Position bedeutet für das Kniegelenk und die umliegenden Bänder weniger Stress, was dem Patienten dabei hilft, schneller mobil zu werden. Wichtig dabei auch, dass die Patientenzufriedenheit mit ihrem Knie höher ist.

Das können wir nach mittlerweile Hunderten dieser patientenspezifischen Operationen an unserer Klinik im vergangenen Jahr auch belegen. Eine überraschte Rückmeldung gibt es hin und wieder im Nachgang der Operation, denn: Wenn ein anderer Arzt das postoperative Röntgenbild des künstlichen Kniegelenks zu sehen bekommt, ist mancher irritiert, denn die Beinachse ist eben nicht gerade, wie er es bisher gewohnt war, sondern sie ist jetzt Patienten-individuell, d.h. in den meisten Fällen leicht schräg. Durch die navigierte OP Technik ist die dafür notwendige Präzision sichergestellt und die neue Position geht nicht auf Kosten der Prothesen-Haltbarkeit.



PROFESSOR DR. HEIKO GRAICHEN

Der Ärztliche Direktor der Asklepios Orthopädischen Klinik Lindenlohe leitet mit dem zertifizierten Endoprothesen-Zentrum der Maximalversorgung/Allgemeine Orthopädie/Sportorthopädie die größte der drei Klinik-Abteilungen. Als erster Operateur in Europa setzte Prof. Dr. Graichen zum Beispiel ein neu entwickeltes Knie-Revisions-System in Kombination mit einer OP-Software zur Optimierung ein, an deren Entwicklung er beteiligt war. Auch in die Entwicklung der modernsten Navigations-Software war er federführend miteingebunden. Er ist nicht nur als außerordentlicher Professor an der Johann-Wolfgang-Goethe-Universität Frankfurt tätig, sondern u.a. in den USA und in Asien ein gefragter Experte.

MIT ERFAHRUNG IN DIE ZUKUNFT

Ob Knie, Schulter oder Hüfte: Durch die hohen medizinischen Standards, die Verwendung moderner Techniken sowie zukunftsweisender Implantate können in Lindenlohe die verschiedensten Probleme individuell gelöst werden. Jährlich werden hier über 1.500 endoprothetische Eingriffe durchgeführt.



ASKLEPIOS
KLINIK LINDENLOHE

www.asklepios.com/lindenlohe

Lindenlohe 18 • 92421 Schwandorf

Tel. +49 9431 888-0 • lindenlohe@asklepios.com



proprio

Die sensomotorischen Einlagen
mit aktivem Wirkprinzip für mehr
Leistung und Sicherheit bei Sport
und Bewegung.

Gute Sportschuhe alleine reichen oft nicht!

Jeder Mensch weiß, dass Bewegung für die Gesundheit und das Wohlbefinden unverzichtbar ist. Besser noch: Sie verzögert altersbedingte Verschleißerscheinungen im gesamten Muskel- und Skelettsystem. Leider sind trotz modernster Schuh-Dämpfungssysteme viele aktive Menschen irgendwann von Knieschmerzen, Wadenverhärtungen, Achillessehnenreizungen oder Fußschmerzen betroffen.

Die Ursache für diese Beschwerden liegt häufig in einer Instabilität der Sprunggelenke, bedingt durch einen Knickfuß, Senkfuß, Hohlfuß oder Plattfuß. Diese macht sich besonders beim Auftreten der Ferse bemerkbar: In dem Moment, wenn die volle Körperlast auf den Fuß einwirkt, schaffen es Fußmuskeln und Schuhe oft nicht, den Fuß zu stabilisieren. Es entsteht eine Knickbewegung im Sprunggelenk und ein vermehrter Zug auf die Bänder. Das Schienbein dreht nach innen, das Knie wird nicht mehr richtig im Gleitlager geführt – eine Kettenreaktion, die alle Gelenkbereiche des Körpers betreffen kann. Dadurch laufen viele Hobbysportler und -sportlerinnen oftmals über einen längeren Zeitraum in den Schmerz hinein.

Aktiv gegen Schmerzen.

proprio SOLE verbessern wissenschaftlich erwiesen die Stabilität Ihrer Sprunggelenke. Je nach Laufstil und Beschwerde stimuliert die Einlage die Rezeptoren der Muskeln und Sehnen (Propriozeptoren) und löst damit gezielte Muskelreaktionen aus. Die Folge: Stabilere Sprunggelenke, gesunde Gelenkbelastung und ein entspannteres Lauf- und Gehgefühl. Statt den Fuß passiv zu stützen, trainieren proprio SOLE die Fußmuskulatur Schritt für Schritt.

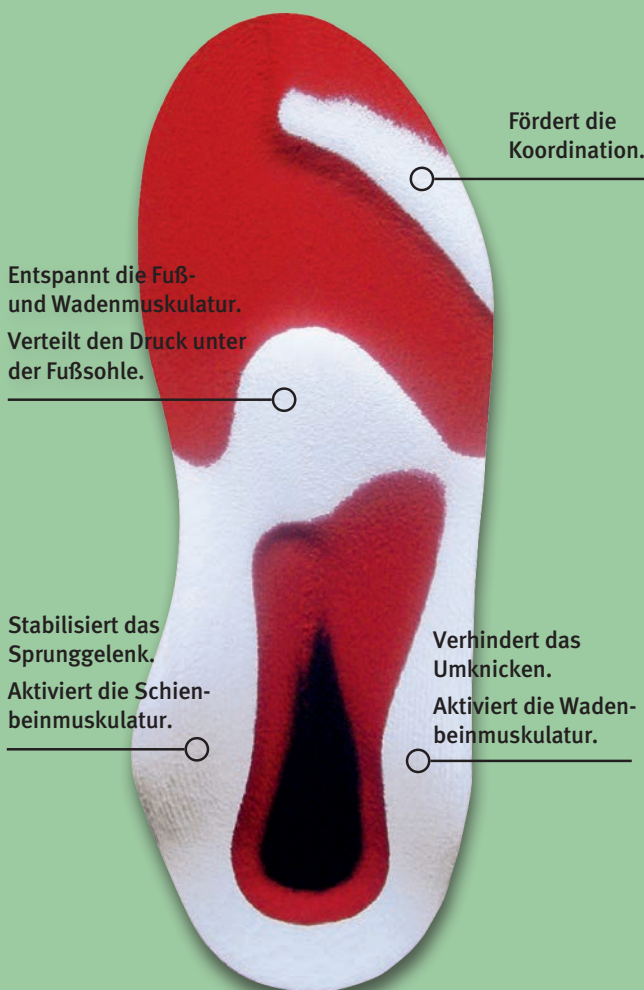
Das Abrollverhalten der Füße wird verbessert und die Rotation im Kniegelenk sowie die Belastung der Achillessehne nachhaltig reduziert. Das heißt: Sie bleiben aktiv und reduzieren Ihr Verletzungsrisiko.



Expertise, individuell auf Sie abgestimmt!

proprio SOLE werden auf Grundlage einer umfassenden Analyse Ihrer Füße – sowohl im Stand als auch in Bewegung – individuell für Sie passend angefertigt. Ihr Orthopädiehandwerker und Experte vor Ort kann selbst für verschiedene Schuhsituationen eine geeignete, handwerkliche Lösung finden.

proprio SOLE ist ein maßgefertigtes Trainingsgerät für Ihren gesamten Körper und genauso wichtig wie gutes Schuhwerk.



Weitere Informationen unter www.proprio.info

• Motioncheck Stefan Woltring

Mettinger Str. 50
49479 Ibbenbüren
Tel.: 05451 / 885 38
www.motioncheck.de

• Sanitätshaus Lay GmbH & Co. KG

Gutenbergstr. 3
65343 Eltville
Tel.: 06123 / 924 10
www.sanitaetshaus-lay.de

• Sensomotorik Zentrum Marburg

Orthopädie Baum
Frauenbergstr. 5
35039 Marburg
Tel.: 06421 / 214 96
www.sensomotorik-zentrum.de/marburg

• Orthopädie-Schuhtechnik

Sanitätshaus Dirk Bremer
Kohlseestr. 40
65428 Rüsselsheim am Main
Tel.: 06142 / 627 17
www.ost-bremer.de

• Fußorthopädie Bermes

Glockenstr. 5
54290 Trier
Tel.: 0651 / 750 97
www.orthopaediebermes.de

• Sanitätshaus Kern

Am Bahnhof 1
65510 Idstein
Tel.: 06126 / 505 79 00
www.sanitaetshaus-kern.com

• Raab Orthopädie-Schuhtechnik

Im Altdorf 2 a
55494 Rheinböllen
Tel.: 06764 / 25 56
www.raab-orthopaedie.de

• Jaeger-Jung-Orthopaedie.de

Heinrich-Köhl-Str. 19
66113 Saarbrücken
Tel.: 0681 / 970 32 30
www.jaeger-jung-orthopaedie.de

• Sensomotorik Zentrum Frankfurt

Sanitätshaus Förster OHG
Victor-Slotosch-Str. 19
60388 Frankfurt
Tel.: 06109 / 50 70 41
www.sensomotorik-zentrum.de/frankfurt

• Bruno Laufgut

Schankstraße 29
66663 Merzig
Tel.: 06861 / 762 45
www.laufgut-bruno.de

• Sensomotorik Zentrum Main-Kinzig-Kreis

Orthopädie Schuhtechnik Schmidt
Konrad-Adenauer-Allee 1
61130 Nidderau-Heldenbergen
Tel.: 06187 / 90 05 36
www.sensomotorik-zentrum.de/main-kinzig-kreis

• Sanitätshaus Kaufhold GmbH

Zimmerstr. 10
99310 Arnstadt
Tel.: 03628 / 60 26 12
www.sanitaetshaus-arnstadt.de

• Sanitätshaus/Orthopädietechnik

Woltersdorf
Westerbachstr. 23
61476 Kronberg im Taunus
Tel.: 06173 / 94 06 36
www.sanitaetshaus-woltersdorf.de

Knorpelschaden im Knie – was tun?

Kombination von konservativer und operativer Behandlung oft sinnvoll

Knorpelschäden im Knie entstehen unfallbedingt meist bei jungen Menschen, überwiegend beim Sport (Fußball, Skifahren etc.). Diese Schäden sind oft kombiniert mit Begleitverletzungen wie Meniskusverletzungen oder Brandverletzungen, meist das vordere Kreuzband betreffend. Aber auch durch chronische Überlastungen oder Fehlbelastungen können Knorpelschäden entstehen. Unbehandelt oder nicht adäquat behandelt können diese zum Entstehen einer Arthrose führen.



Das Problem besteht darin, dass unser Körper entstandene Knorpelschäden, anders als beispielsweise am Knochen, nicht selbst reparieren kann. Im günstigsten Fall entsteht eine Art Knorpelnarbe aus mechanisch minderwertigem Knorpelgewebe, das bereits bei alltäglicher Belastung rasch abgenutzt wird.

Eingeschränkte Lebensqualität

Wenn eine Arthrose des Gelenkes sich erst einmal ausgebildet hat und die Beschwerden – meist Schmerzen, Bewegungseinschränkungen oder Instabilität – die Lebensqualität des Betroffenen stark einschränken, stellt der Ersatz des Gelenkes durch ein Kunstgelenk, eine sogenannte Endoprothese, oft die einzig mögliche Behandlung dar. Ziel ist es, frühzeitig Knorpelschäden zu erkennen und zu behandeln, um dann möglichst eine Heilung des Schadens zu erreichen oder aber das Fortschreiten des Knorpelschadens deutlich zu verlangsamen. Der Erhalt des ursprünglichen Gelenkes und der Erhalt oder die Wiederherstellung der Lebensqualität der Patientinnen und Patienten ist hierbei oberstes Ziel. Es wird dabei angestrebt, den vor der Verletzung ausgeübten Sport nach Behandlung der Verletzung den Patientinnen und Patienten wieder zu ermöglichen.

Regeneration ist möglich

Durch die Entwicklung vielfältiger konservativer und operativer Behandlungsverfahren in den letzten Jahren ist es heutzutage oft möglich, den entstandenen Knorpelschaden nicht nur zu reparieren, sondern sogar zu regenerieren und zu heilen. Optimale Behandlungsergebnisse werden hierbei durch einen individuell abgestimmten Behandlungsplan erzielt, der gelenkerhaltende operative Eingriffe sowie biologische konservative Behandlungen kombiniert.

Bei der konservativen Behandlung spielen biologische, regenerative Verfahren wie die Anwendung von körpereigenem thrombozytenreichem Plasma (PRP) oder autologem konditioniertem Serum (ACS) mit einem abgestimmten physiotherapeutischen Behandlungsplan und gegebenenfalls eine vorübergehende Orthesenbehandlung die zentrale Rolle.

Knorpelzelltransplantation bis 55

An operativen, gelenkerhaltenden und knorpelregenerativen Verfahren stehen heute insbesondere die körpereigene Knorpelzelltransplantation (ACT) in ihren verschiedenen Versionen (bis 55 Jahre möglich) sowie das Mincel-Cartilage-Ver-

fahren zur Verfügung. Die Knochenmarkstimulation zur Knorpelwachstumsanregung wird nur noch in Ausnahmefällen bei sehr kleinen Schäden angewandt.

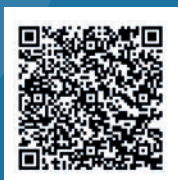
Erfolg durch individuellen Behandlungsplan

Bei ca. der Hälfte der betroffenen Patientinnen und Patienten liegen Begleitpathologien, wie Menisschäden, Instabilitäten, beispielsweise bei Kreuzbandverletzungen oder Beinachsenfehlstellungen, vor, welche in das Behandlungskonzept mit einbezogen werden müssen.

Für die Wahl der individuellen Behandlung ist auch bei Ausnutzen modernster Diagnostikverfahren wie spezieller Röntgenuntersuchungen und der Kernspintomografie-Untersuchung die körperliche Untersuchung durch einen erfahrenen Arzt sowie die sorgfältige Erhebung der Krankengeschichte unerlässlich.

Erst in der Zusammenschau aller Befunde ist es möglich, den individuellen Behandlungsplan auszuarbeiten und mit Patientinnen und Patienten zu besprechen. Von größter Wichtigkeit ist deren Mitarbeit, denn die Behandlung erstreckt sich oft über viele Monate.

- Dr. med. Thomas Schreyer führt die Knorpelzelltransplantation seit 1998 durch. Er ist damit einer der erfahrensten Anwender des Verfahrens weltweit.
- Er war als Vortragender auf vielen nationalen und internationalen Kongressen im In- und Ausland tätig und als Ausbilder bei vielen Workshops eingesetzt.
- Gleichzeitig besitzt er einen großen Erfahrungsschatz hinsichtlich der Entscheidung über Gelenkerhalt oder Gelenkersatz.
- Seit 1. März 2023 leitet Dr. Schreyer – zuvor langjähriger Chefarzt der Klinik für Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin – im medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) am Agaplesion Elisabethenstift die orthopädische Privatpraxis für Knorpeltherapie und Gelenkerhalt sowie zusammen mit seinem Kollegen Marc Schneider die Facharztpraxis für Chirurgie.



► **AGAPLESION ELISABETHENSTIFT**
Medizinisches Versorgungszentrum
Privatpraxis für Gelenkerhalt
und Knorpeltherapie

Dr. med. Thomas Schreyer
 Facharzt für Chirurgie,
 Orthopädie und Unfallchirurgie,
 Spezielle Unfallchirurgie, Sportmedizin
 Tel.: 06151 / 403-67 00

► **AGAPLESION ELISABETHENSTIFT**
Medizinisches Versorgungszentrum
Facharztpraxis für Chirurgie

Dr. med. Thomas Schreyer
 Marc Schneider
 Fachärzte für Chirurgie,
 Orthopädie und Unfallchirurgie,
 Spezielle Unfallchirurgie
 Tel.: 06151 / 780-72 00

Landgraf-Georg-Straße 100
 64287 Darmstadt



AGAPLESION
ELISABETHENSTIFT
 DARMSTADT



GESUNDHEIT BEGINNT AM FUSS

Schmerzfrei mit sensomotorischen Einlagen



Immer mehr Menschen klagen über Fuß-, Knie- und Rückenbeschwerden. Grund dafür sind oft fehlende Reize vom Fuß zur zentralen Nervensteuerung – resultierend aus der Abschirmung unserer Fußsohlen durch moderne Schuhe und gleichförmige, harte Böden. Das

verhindert die nötigen Reize an der Fußsohle und sorgt für eine Fehlsteuerung des Bewegungsapparates.

Ganz gleich ob Fersensporn, Beschwerden der Kniescheiben oder Rückenprobleme: mit Einlagen von MedReflexx werden nicht nur die Symptome behandelt, sondern vor allem die Ursachen.

Weitere Informationen zu
 MedReflexx-Einlagen finden
 Sie online unter:

www.medreflexx.de



MED REFLEXx

Gesundheit beginnt am Fuß.



KÜNSTLICHES HÜFTGELENK BEI ARTHROSE

OPERATION GENAU NACH PLAN

Arthrose am Hüftgelenk ist eine sehr schmerzhaftes Erkrankung, die mit erheblichen Einschränkungen der Beweglichkeit verbunden ist. Sie ist der häufigste Grund für ein künstliches Hüftgelenk. Die Vorbereitung, Durchführung und Nachbehandlung einer Operation sollte einem gut strukturierten Plan folgen. Dies trägt zu einer raschen Rückkehr ins tägliche Leben bei. In der Klinik für Orthopädie am St. Josefs-Hospital in Wiesbaden (JoHo Wiesbaden) ist der Weg von der Sprechstunde bis zur Abschlussuntersuchung auf Basis langjähriger Erfahrung genau organisiert. „Die mentale und körperliche Vorbereitung unserer Patienten ist die wichtigste Voraussetzung für ein gutes Gelingen der Operation und ein rundum zufriedenstellendes Ergebnis“, sagt Chefarzt Dr. med. Philipp Rehbein. Dazu ist der Ablauf in einzelne Etappen gegliedert und für Patienten so jederzeit nachvollziehbar.

Erster Kontakt: Fachsprechstunde

In der orthopädischen Sprechstunde werden zunächst Beschwerden, Schmerzprotokolle und Einschränkungen der Beweglichkeit erfasst sowie aktuelle Röntgenaufnahmen angefertigt. Auf Basis der Befunde erläutert der Orthopäde Vor- und Nachteile einer Operation gegenüber konservativen Verfahren. Auch bei einer klaren Empfehlung zur Operation wird Patienten Zeit gegeben, zu Hause in Ruhe eine Entscheidung zu treffen. Ein OP-Termin kann anschließend telefonisch oder per E-Mail vereinbart werden. Zugleich

wird bereits Kontakt zum Sozialdienst des Hauses vermittelt, um die Rehabilitation anzumelden. Im Idealfall hat der Patient seinen Operateur in der Sprechstunde kennengelernt. Dieser begleitet ihn vertrauensvoll im weiteren Prozess.

3 – 4 Tage vor der OP: die klinische Eingangsuntersuchung

Die klinische Eingangsuntersuchung ist der wichtigste Termin zur OP-Vorbereitung. Ein Team aus Ärzten und Pflegefachkräften ermittelt den Gesundheitszustand. Die wesentlichen Schritte der

Behandlung sowie Erwartungen und Risiken werden besprochen. Zudem wird der Patient vom Anästhesisten individuell zum Narkoseverfahren beraten – in der Regel eine sanfte Vollnarkose oder eine Rückenmarksanästhesie. Mithilfe eines Computerprogramms wird der Einsatz des künstlichen Hüftgelenks vorab simuliert. Der Operateur kann bereits festlegen, welche Implantate sich für den Patienten am besten eignen.

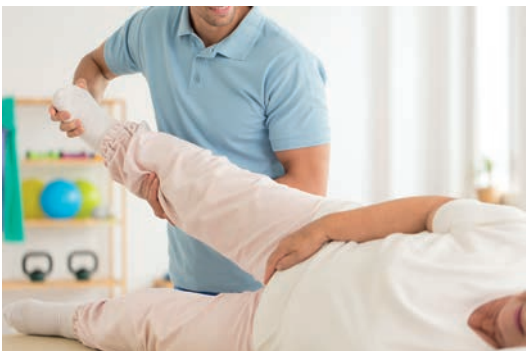
Der Vorbereitungskurs

Zur optimalen Vorbereitung besuchen Patienten im JoHo Wiesbaden einen durch Ärzte und Physiotherapeuten spe-

ziell entwickelten Kurs. In kleiner Gruppe bereiten Vorträge und Übungen zum Gang mit Unterarmgehstützen die Patienten auf die OP und die Zeit nach dem Eingriff vor. Auf diese Weise erlernen die Patienten bereits die wichtigsten Bewegungsmuster und Verhaltensregeln.

Die Operation

Durch einen muskelschonenden minimalinvasiven Zugang (Wiesbadener Zugang) kann das Hüftgelenk ohne Durchtrennung oder Schädigung von Muskelstrukturen erreicht werden. Der Blutverlust ist so gering, dass kein Fremdblut benötigt wird. Dabei stehen ausnahmslos „Hightech“-Implantate von höchster Qualität zur Verfügung. Bei den meisten Hüft-Operationen am JoHo Wiesbaden fällt die Wahl auf die Kurzschaftprothese, die seit über 20 Jahren mit hoher Expertise eingesetzt wird. Noch während der Operation wird anhand einer Röntgenaufnahme das eingesetzte Kunstgelenk kontrolliert und mit der zuvor durchgeführten Computerplanung abgeglichen. Die Wunde wird mit einer selbst auflösenden inneren Hautnaht verschlossen.



Erst-Mobilisation am OP-Tag

Bereits wenige Stunden nach der Operation erhält der Patient die Gelegenheit, unter professioneller Anleitung durch Physiotherapeuten erste Steh- und Geh-Übungen durchzuführen. Dadurch wird die Muskulatur frühestmöglich aktiviert. In Kombination mit einem Medikamentenschema sind keinerlei Schmerzen spürbar. Das professionelle Pflegeteam der Station unterstützt den Patienten in den folgenden Tagen.

Nachbehandlung in den ersten 4 Tagen

Am Folgetag werden die erlernten Übungen vertieft, sodass der Patient bereits selbstständig aufstehen und kleinere Gehstrecken zurücklegen kann. Dies wird am zweiten und dritten Tag fortgesetzt. Am vierten Tag kommen Übungen zum Treppensteigen hinzu. In der Regel ist damit die Voraussetzung für die weitere Rehabilitation außerhalb der Klinik gegeben, wobei die Einschätzung individuell erfolgt. Wenige Tage nach der Operation wird eine Röntgenaufnahme des operierten Gelenkes angefertigt. Am Entlassungstag, in der Regel nach fünf Tagen, erhält der Patient alle Unterlagen (Arztbriefe, Röntgenbilder etc.) für seine Weiterbehandlung.

Rehabilitation und Abschlussuntersuchung

Die Rehabilitation kann stationär oder ambulant erfolgen. Die Entscheidung richtet sich nach den individuellen häuslichen und familiären Gegebenheiten. Bei der abschließenden Untersuchung sechs Wochen nach Operation wird der Patient zu seiner Zufriedenheit und dem bisherigen Verlauf befragt. Eine körperliche Untersuchung und eine erneute Röntgenaufnahme zeigen, wie gut sich das Gelenk unter Last verhalten hat.

Ist der Patient insgesamt in einem sehr guten gesundheitlichen Zustand, kann der Eingriff auf Wunsch in einer kurzen Vorgehensweise mit nur einer Übernachtung durchgeführt werden. Zusätzlich steht eine digitale Unterstützung zur Seite: Mithilfe einer eigenen App werden Patienten jederzeit individuell auf ihrem Smartphone auf dem Weg zum künstlichen Hüftgelenk begleitet. „Der besondere Wert, den wir auf eine gut geplante Behandlung legen, bereitet unsere Patienten sicher auf ihre Operation und den anschließenden Heilungsprozess vor. Eine rasche Genesung, sehr gute Ergebnisse und die hohe Patientenzufriedenheit bestärken uns täglich“, freut sich Dr. Rehbein abschließend.



Chefarzt Dr. Philipp Rehbein



Oberarzt Dr. Lennard Loweg



Oberarzt Arndt Spieker

► **Orthopädische Ambulanz**
Tel.: 0611 / 177 36 36
orthoambulanz@joho.de

St. Josefs-Hospital Wiesbaden
Beethovenstraße 20
65189 Wiesbaden



Weitere Infos unter
www.joho.de/orthopaedie/huefte





Welche Therapie bei Arthrose, Osteoporose oder Rückenschmerzen?

Gut informiert eine Entscheidung treffen

Sie sind unsicher, für welche der vorgeschlagenen Therapien Sie sich entscheiden sollen? Was für Sie und Ihre Erwartungen an das Therapieergebnis die beste Option ist? Oder vertragen Sie eine laufende Behandlung nicht oder sind mit dem Verlauf nicht zufrieden? In Deutschland haben Sie immer die Möglichkeit, bei gesundheitlichen Problemen mehr als einen Arzt oder Ärztin um Rat zu fragen. Eine qualifizierte Zweitmeinung im Rahmen der freien Arztwahl ist Ihr Recht als Patient.

Degenerative muskuloskelettale Erkrankungen wie Arthrose, Osteoporose oder auch Rückenbeschwerden können einen erheblichen Einfluss auf die Lebenssituation haben.¹ Wenn jeder Schritt, jede Bewegung und jede Belastung in Knie, Rücken oder Hand Schmerzen, ist ein aktives und selbstbestimmtes Leben massiv erschwert.

Schon in frühen Stadien einer Erkrankung können sich Schmerzen und Bewegungseinschränkungen deutlich auf Berufsleben, Alltag und Freizeitgestaltung auswirken. Die passende medizinische Hilfe für die eigene Lebenssituation ist jedoch nicht immer leicht zu finden.

Leben mit Nebenwirkungen?

Da die Wahl einer Therapieform die Lebensqualität maßgeblich mitbestimmt, sollte sie nicht übereilt oder ohne alle Fakten und Alternativen zu kennen getroffen werden. Denn viele Therapien verbessern Symptome oft nur zeitweilig, bergen aber Risiken oder gehen mit starken Nebenwirkungen einher.^{2,3,4,5} Andere, wie z. B. künstliche Gelenke oder Versteifungen von Wirbeln oder Gelenken, sind eine unumkehrbare Entscheidung. Aus diesem Grund sollten sie gerade bei Patienten unter 60 Jahren erst erwogen werden, wenn mögliche konservative Behandlungsmethoden ausgeschöpft wurden.²

Operationen vermeiden?

Viele Patienten möchten eine Operation so lange wie möglich vermeiden. Neben den direkten Risiken eines Eingriffs müssen schließlich auch die möglichen Folgen und z. B. Ausfallzeiten mitbedacht werden. Auch durch eine OP kann oft nicht vollständig das erwünschte Ergebnis erreicht werden. Eine Analyse von Studien⁶ zur Zufriedenheit nach einer Knie-OP zeigte, dass rund ein Fünftel der Patienten mit dem neuen Kniegelenk nicht zufrieden ist. Bei geplanten Rückenoperationen riet nach einer Analyse der TK der ärztliche Zweitgutachter in 8 von 10 Fällen von einer OP ab.⁷

Quellen: [1] Rheumaliga Schweiz, Nationale Strategie «Muskuloskelettale Erkrankungen» 2017–2022 · [2] Bertelsmann Stiftung 2013, Faktencheck Gesundheit Knieoperationen (Endoprothetik) · [3] Derry/Moore/Gaskell/McIntyre/Wiffen 2015, Topical NSAIDs for acute musculoskeletal pain in adults, Cochrane Database of Systematic Reviews 2015, Issue 6. Art. No.: CD007402. DOI: 10.1002/14651858.CD007402.pub3 · [4] Deutsche Schmerzgesellschaft 2014, Langzeitanwendung von Opioiden bei nicht tumorbedingten Schmerzen, "LONTS". S3-Leitlinie. AWMF Registernummer: 145/003 · [5] <https://www.osteoporose-deutschland.de/osteoporose/therapie/medikamente/> · [6] Gunaratne et al. 2017, J Arthroplasty, 32, 12, 3854–3860 · [7] <https://wirtechnikertk.de/2017/08/24/zweitmeinung-im-zweifelsfall-gegen-das-skalpell> · [8] Klinische Bewertung gemäß Medical Device Regulation (EU) 2017/745 und MEDDEV 2.7/1 Rev. 4 für die MBST Produktfamilie, medXteam GmbH, 22.03.2022, Rev. 2.0

Individuell passende Behandlung

Als Laie ist man auf eine gute ärztliche Beratung angewiesen, um die Behandlungsform für eine diagnostizierte Erkrankung zu finden, die zur aktuellen Lebenssituation und zu den Erwartungen an die zukünftige Belastungsmöglichkeit und Lebensqualität passt.

Patienten sollten sich nicht scheuen, das Fachwissen und die Erfahrung der medizinischen Fachleute zu nutzen, um gemeinsam mit dem Arzt die für sie individuell bestmögliche Behandlung zu finden.

MBST* Kernspinsresonanz-Therapie

Eine nichtoperative Behandlungsoption ohne Spritzen und Medikamente ist die schmerzfreie MBST*-Therapie. Bis heute wurden bereits mehr als eine Million MBST*-Behandlungsstunden ohne bekannte Neben- oder Wechselwirkungen durchgeführt.

Molekulare biophysikalische Stimulation

Sind Knorpel- bzw. Knochengewebe erstmal geschädigt, benötigen sie viel Energie, um die Schäden ausgleichen zu können. Der MBST*-Therapieansatz verfolgt das Ziel, die benötigte Energie nicht invasiv in das geschädigte oder funktionsgestörte Gewebe zu übertragen. Dabei basiert die MBST*-Therapie auf dem gleichen Funktionsprinzip wie das bekannte diagnostisch genutzte MRT (Kernspintomografie) – auf der Kernspinsresonanz.

Ausführliche Beratung zu Behandlungsoptionen

Eine umfassende Beratung, z. B. in einem MBST*-Behandlungszentrum, kann Sie dabei unterstützen, alle in Ihrem Fall notwendigen Informationen so zu bewerten, dass Sie gemeinsam mit dem behandelnden Arzt die für sich richtige Entscheidung treffen können. Dabei sollte auch die Frage der therapeutischen Wirksamkeit nicht außen vor bleiben.

53332 BORNHEIM
Fachärzte für Orthopädie
Dr. med. J. Finkam & H.-U. Finkam
Königstr. 88
Tel.: 02222 / 36 80
www.ortho-finkam.de

54634 BITBURG
Praxis Delavari & Partner
Delara Delavari
Dauner Str. 4
Tel.: 06561 / 94 91 549
www.orthopaedie-bitburg.info

56068 KOBLENZ
Chirurg, Unfallchirurg und Osteopath
Dr. med. Hans-Jürgen Wember
Viktoriastr. 4
Tel.: 0261 / 41 515
www.dr-wember.de

59755 ARNSBERG-NEHEIM
Gemeinschaftspraxis f. Orthopädie
Dres. med. Federmann & Schröder
Neheimer Markt 3
Tel.: 02932 / 28 913
www.orthopaedie-neheim.de

63773 GOLDBACH
MVZ Goldbach
Dr. Mützel und Partner
Aschaffstr. 1
Tel.: 06021 / 59 800
www.mvz-goldbach.de

66359 BOUS
Orthopädische Gemeinschaftspraxis
A. Thiel & Dr. med. S. Spurr-Schlang
Kirchstr. 9
Tel.: 06834 / 16 15
www.ortho-bous.de

69221 DOSSENHEIM
Priv. P. f. ganzheitliche Orthopädie
Dr. med. Andreas Venninger
Handschuhsheimer Landstr. 11
Tel.: 06221 / 87 27 250
www.vitalis-orthomed.de

76829 LANDAU
Orthopädie Landau
Dr. med. Boris Jätzold
Klaus-von-Klitzing-Str. 2
Tel.: 06341 / 38 00 074
www.dr-jaetzold.de

97422 SCHWEINFURT
MVZ Leopoldina
Dr. med. Werner Menzler
Robert-Koch-Str. 10
Tel.: 09721 / 72 02 795
orthopaedie.mvz@leopoldina.de

99089 ERFURT
Praxis für Orthopädie
Dr. med. Ulf Langguth
Boyneburgufer 5
Tel.: 0173 / 88 25 158
www.ortho-erfurt.de

53940 HELLENTHAL-HOLLERATH
Praxis für Bewegungserkrankungen
Dr. med. Gerhard Breier
Kirchstr. 7-9
Tel.: 0171 / 75 80 764
g-breier@gmx.de

55116 MAINZ
UC am Brand
Dres. med. Janocha, Özay & Hub
Am Brand 12
Tel.: 06131 / 23 34 42
www.uc-am-brand.com

56410 MONTABAUR
Zentrum f. Prävention, Gesundheitsmanagement u. Sporttherapie
Bahnhofstr. 39
Tel.: 02602 / 53 57
matthias.hoetzel@dr-med-schuster.de

60313 FRANKFURT
Fachärztl. Praxis Kaiserhofstraße
Dr. med. Norbert Alexander Franz
Kaiserhofstr. 15
Tel.: 069 / 200 50
www.drfranz.eu

64823 GROSS-UMSTADT
Orthopäd. Gemeinschaftspraxis
Dres. med. Marka & Süß
Georg-August-Zinn-Str. 90
Tel.: 06078 / 93 48 48
www.orthopaedie-gross-umstadt.de

67547 WORMS
Orthopädische Privatpraxis
Dr. med. Achim Urban
Karmeliterstr. 6a
Tel.: 06241 / 93 66 94
www.privatpraxis-urban.de

76437 RASTATT
Rehazentrum in Mittelbaden
Dr. med. Lothar Weiß
Joseph-von-Eichendorff-Weg 1
Tel.: 07222 / 78 65 65
dr.weiss@reha-zentrum-rastatt.de

76829 LANDAU
Zent. f. Orthopädie u. Schmerztherapie
Dr. med. Klaus Jäger & Kollegen
Stadthausgasse 5
Tel.: 06341 / 888 22
www.drjaeger.de

97855 TRIEFENSTEIN
Chir. Gemeinschaftspraxis
Dres. med. Endrich & Vaaßen
Theodor-Heuss-Str. 35
Tel.: 09395 / 99 70 76
www.chirurgie-triefenstein.de

Vorteile der MBST*-Therapie für Patienten auf einen Blick:

- Kann bei Patienten möglicherweise operative Eingriffe vermeiden
- Spritzen, Infusionen, Infiltrationen, Medikamente oder Schmerzmittel sind kein Teil der Therapie
- Keine Strahlenbelastung
- Schmerz- und stressfrei, geräuschlos
- TÜV-zertifizierter Hersteller
- Bereits über 1.400.000 Therapiestunden ohne bekannte Neben- oder Wechselwirkungen

Therapeutische Wirksamkeit?

Als Wirksamkeit bezeichnet man in der Medizin die Ergebnisse, die ein Verfahren in Studien zeigt. Bei der therapeutischen Wirksamkeit geht es darum, wie gut eine Therapie im medizinischen Alltag wirkt: Was hilft dem Patienten? Es gibt Anhaltspunkte, dass die MBST*-Therapie ihre Wirkung über unterschiedliche Mechanismen entfaltet. Auch wenn Wirksamkeit und Nutzen der Therapie* durch wissenschaftliche Daten vielfältig belegt werden konnten,⁸ sind einige zugrundeliegende Wirkungsmechanismen noch ungeklärt. Die hohe Patientenzufriedenheit zeigt aber den Erfolg der Therapie.

TÜV-zertifizierter Hersteller

Für die MBST*-Therapie liegt neben zahlreichen Studien zur Wirksamkeit bei muskuloskelettalen Erkrankungen auch ein Clinical Evaluation Report vor.⁸ TÜV SÜD und Behörden überprüfen dadurch die Qualität von klinischen Daten. Diese sind erforderlich für den Nachweis der Leistungsfähigkeit und Sicherheit der MBST Kernspinresonanz-Therapiegeräte und Behandlungskarten, die international als Medizinprodukt zugelassen sind.

Ablauf einer MBST*-Therapie

Die schmerzfreie Behandlung im offenen Therapiegerät dauert je Behandlungseinheit 60 Minuten. Währenddessen können Sie ganz entspannt z. B. Musik hören, lesen oder sogar schlafen. Eine erstmalige MBST-Behandlungsserie umfasst je nach Diagnose und Schwere der Erkrankung fünf, sieben, neun oder zehn Behandlungseinheiten. Die Anzahl der benötigten Therapieeinheiten wird je nach geschädigtem Gewebe vom behandelnden Arzt festgelegt.

Überzeugte Therapieanwender

Die anwendenden Ärzte in den von der MedTec zertifizierten Behandlungszentren bescheinigen der MBST*-Therapie u. a. eine entzündungshemmende sowie schmerzlindernde therapeutische Wirkung und führen dies auf die aus Studien, Anwendungsbeobachtungen und über wissenschaftliche Daten postulierten regenerativen Effekte zurück.⁶

Unverbindlicher Beratungstermin

Vereinbaren Sie kurzfristig einen unverbindlichen Beratungstermin in einem der umseitig aufgeführten MBST*-Zentren. Unabhängig davon können Sie sich jederzeit umfassend auf www.mbst.de informieren.

MedTec Medizintechnik GmbH
Sportparkstr. 9 · 35578 Wetzlar
Telefon: 06441 · 679 18 55
eMail: info@mbst.de
Web: www.mbst.de

***Patienteninformation:** Die Anwendung der MBST-Therapie erfolgt ausschließlich durch die behandelnden Ärzte nach fachärztlicher Diagnose. Wir sind gemäß dem Heilmittelwerbegesetz verpflichtet darauf hinzuweisen, dass Vertreter der Schulmedizin die MBST Kernspinresonanz-Therapie hinsichtlich ihrer Wirksamkeit als „wissenschaftlich nicht hinreichend gesichert“ ansehen. Die Aussagen zur Wirksamkeit und Verträglichkeit der Therapie beruhen auf den Erfahrungen in der Anwendung der Therapie der behandelnden Ärzte und deren Patienten. Fragen zur Wirksamkeit der Therapie und zu den Anwendungsbereichen können Sie im Beratungsgespräch mit dem Facharzt klären. MBST ist derzeit kein Bestandteil des Leistungskataloges der gesetzlichen Krankenkassen. Private Versicherungsträger und Berufsgenossenschaften übernehmen nach Facharztgutachten in vielen Fällen die Behandlungskosten ganz oder anteilig.



Linderung bei Bandscheibenbeschwerden

Sanfte Druckentlastung mit der SpineMed®-Methode

Bandscheibenvorfälle können heftige Schmerzen zur Folge haben und die Lebensqualität empfindlich beeinträchtigen. Um ihren Beschwerden entgegenzuwirken, nehmen die Betroffenen oft eine Schonhaltung ein, sodass es zu Muskelverspannungen kommt und sich die Schmerzen noch weiter verstärken. Einen Ausweg ganz ohne Operation bietet die SpineMed®-Methode.



Während die Wirbelknochen dem Rücken ein hohes Maß an Stabilität verleihen, sorgen die zwischen ihnen liegenden knorpeligen Bandscheiben dafür, dass unsere Wirbelsäule elastisch genug ist, um Erschütterungen und Stöße abzufangen. Ernährt werden die Bandscheiben durch Diffusion aus dem umliegenden Gewebe. Dazu braucht es vor allem Bewegung in möglichst alle Richtungen. Ansonsten besteht die Gefahr, dass die Bandscheiben irgendwann degenerieren und reißen. Wenn der Kern austritt und Druck auf die benachbarten Nerven ausübt, kann dies zu starken Schmerzen führen, die unter Umständen bis in die Beine ausstrahlen.

SpineMed® entlastet Bandscheiben und Nerven

Eine OP ist bei einem Bandscheibenvorfall jedoch nur dann erforderlich, wenn Lähmungserscheinungen auftreten oder

die Funktion von Blase und Darm gestört ist. In allen anderen Fällen geht es vor allem darum, die Betroffenen in die Lage zu versetzen, sich wieder normal zu bewegen. Dazu sind physiotherapeutische Maßnahmen und ein gezielter Muskelaufbau erforderlich. Oft ist dies jedoch nur mit mehr oder weniger starken Schmerzmitteln möglich. Eine Behandlung, die nicht nur auf die Symptome, sondern auch die Ursache abzielt, ist die SpineMed®-Methode. Dabei liegt der Patient auf einer speziellen Liege, die aus zwei Teilen besteht, von denen einer einen beweglichen Schlitten darstellt. Nachdem der Patient zunächst an Hüfte und Beinen fixiert wurde, wird ein individuell angepasster Zug eingestellt, welcher über die Gurte auf die betroffene Wirbeletage übertragen wird. Auf diese Weise werden die Wirbel auseinandergezogen, sodass eine Druckentlastung an der richtigen Stelle stattfindet. Indem der Druck auf die Bandscheiben nach-

lässt, werden auch die Nerven entlastet. Wenn die Nährstoffversorgung und die natürliche Regeneration angeregt werden, kann sich das Gewebe nach und nach erholen. Zugleich lassen die Schmerzen nach und das Muskelaufbautraining kann beginnen.

Sanfte und schonende Schmerzlinderung

Da ein eingebautes Bio-Feedback-System eine Überdehnung verhindert, treten praktisch überhaupt keine Nebenwirkungen auf. Eine Behandlungseinheit auf der SpineMed®-Liege dauert insgesamt eine halbe Stunde. Um eine langfristige Schmerzlinderung zu ermöglichen, werden in der Regel 20 Sitzungen empfohlen. Das sanfte und schonende Verfahren eignet sich unter anderem bei Nackenbeschwerden, Hexenschuss, Spinalkanalstenose oder einem Bandscheibenvorfall im Lendenwirbelbereich.

Spezialisten für die konservative Behandlung in Ihrer Nähe:



Orthopädisches Zentrum Rhein Neckar
Dr. Reitzner, Dr. Stock & Kollegen
Hauptstr. 71 · D-74889 Sinsheim
Tel.: 07261 / 94 95 50 · Bahnhofstr. 1-3
D-69190 Walldorf · Tel.: 06227 / 358 88 90



Römerstr. 33 · 69181 Leimen
Tel.: 06224 / 14 50 00 · Hebelstr. 7
69214 Eppelheim · Tel.: 06221 / 75 23 20
Wilhelm-Maybachstr. 2 · 68766 Hockenheim
Tel.: 07261 / 949 55 47 · www.opz-rhein-neckar.de



Dr. Arnd Köhler
Orthopädisch schmerztherapeutische Praxis
Heerstrasse 156-160
56154 Boppard
Tel.: 06742 / 25 25
www.praxis-boppard.de



Triggerpunkte – Schmerzursache Nr. 1

Chronische Schmerzen schnell und anhaltend lindern

Millionen von Menschen in Deutschland leiden unter wiederkehrenden oder sogar chronischen Schmerzen an Rücken, Nacken oder Gelenken. Schmerzmedikamente und Spritzen bringen zwar kurzfristige Linderung, wirken aber weder anhaltend noch beheben sie die Ursache der Beschwerden. Die Ursache ist vermeintlich zumeist schnell gefunden: Verschleiß der Wirbelsäule, von Bandscheiben, von Gelenken. Schon ab dem 40. Lebensjahr lässt sich solch ein Verschleiß fast immer auf Röntgenbildern oder im MRT nachweisen. Was kaum bekannt ist: Dieser Verschleiß ist normal und macht zumeist über viele Jahre keine Beschwerden.

Die häufigste Ursache für die Schmerzen sind Triggerpunkte in Muskeln. Werden Muskeln gezerrt, überlastet oder einfach nur durch ungünstige Arbeitshaltung dauernd fehlbelastet, so verspannen sie. Hält die Fehlbelastung an, so verkrampfen die Muskeln und schließlich verkürzen sie. In solchen Muskeln ist eine ausreichende Durchblutung nicht mehr gewährleistet und es können sich Triggerpunkte ausbilden.

Triggerpunkte sind kleine tastbare Knötchen im Muskel, die maximal verkrampt sind und sich durch Dehnung und Massage nicht mehr lösen lassen. Sie bewirken unter anderem, dass der wohltuende Effekt einer Massage in kürzester Zeit wieder verschwindet. Triggerpunkte verursachen dabei nicht nur Schmerzen in

dem Muskel, in dem sie sitzen, sondern lösen oft auch in weiter entfernten Regionen Schmerzen aus. So verursachen Triggerpunkte im Nacken häufig Kopfschmerzen, Triggerpunkte im vorderen Halsbereich Schmerzen zwischen den Schulterblättern und im Arm und Triggerpunkte im Hüftbeugemuskel Schmerzen im Rücken, der Leiste und teilweise bis zum Knie.

Ärzt*innen oder Therapeut*innen, die sich mit Triggerpunkten auskennen, können diese recht einfach finden. Ausgehend von den geklagten Schmerzen untersuchen sie die Muskeln, deren Triggerpunkte erfahrungsgemäß oft solche Schmerzen verursachen. Sie prüfen sie auf Verspannung, Verkürzung und auf Triggerpunkte. Finden sie (zumeist mehrere) Triggerpunkte, so verstärken sie den Druck und lösen damit bei den Patient*innen Schmerzen aus, die diese als „ihre“ Schmerzen wiedererkennen. Damit ist dann auch bewiesen, dass dieser Triggerpunkt die Schmerzen zumindest mitverursacht. Meistens finden sich mehrere Triggerpunkte nahe beieinander in einem Muskel, oft auch weitere Triggerpunkte in benachbarten Muskeln.

Natürlich kann auch ein Bandscheibenvorfall oder ein verschlissenes oder entzündetes Gelenk Schmerzen verursachen und es dann notwendig sein, die Bandscheibe oder das Gelenk zu operieren. Um unnötige und damit schädliche Operationen zu vermeiden, ist es in



jedem Einzelfall wichtig, durch eine sorgfältige Untersuchung festzustellen, ob der z.B. im MRT dargestellte Bandscheibenvorfall die Schmerzen verursacht oder die sehr viel häufiger bestehenden Triggerpunkte in Muskeln. Wird diese gezielte Suche nach Triggerpunkten versäumt, so ist dies eine Hauptursache dafür, dass Operationen an Wirbelsäule und Gelenken unnötig durchgeführt werden. Solche Operationen bedeuten dann ein unnötiges Risiko für die Patient*innen und führen in der Regel auch nicht zur Beschwerdefreiheit.

Sind Triggerpunkte erst mal als die wesentliche Ursache für die Schmerzen erkannt, so kann man sie meistens mit wenigen Behandlungen auflösen. Die Grundtechnik ist dabei die intensive Kompression der Triggerpunkte. Besonders hartnäckige oder tief sitzende Triggerpunkte lassen sich mit der Stoßwelle lösen oder auch durch dünne Akupunkturnadeln. Wichtig ist, dass dabei nicht nur die Triggerpunkte behandelt werden, sondern auch die verkürzten Muskeln wieder gedehnt und in ihrer Funktion wieder hergestellt werden. Ansonsten kann es dazu führen, dass sich erneut Triggerpunkte bilden.

IGTM-TRIGGERPUNKT-THERAPEUTEN IN IHRER NÄHE



Praxis Dr. med. Eckhard Hasch
Gesundheitszentrum Monsheim
Carl-Benz-Straße 6
67590 Monsheim
Tel.: +49 6243 / 237 00 50
praxis@dr-hasch.de
www.dr-hasch.de

von Dr. med. Volker Stolzenbach

Handynacken und Verspannungen? Jetzt selbst etwas tun!

**Einfach liegen und entspannen:
5 Minuten täglich auf dem
Yellow-Head Classic für eine
nachhaltige Lockerung der
verspannten Nackenmuskulatur!**

Stress und Fehlhaltungen bei der Arbeit oder zu wenig Bewegung sind nur zu oft die Ursachen für schmerzhaftes Verspannungen, deren Folge quälende Spannungskopfschmerzen und dauerhafte Muskelverkürzungen sein können. Dagegen setzt die Yellow-Head-Methode auf ein altbewährtes physiotherapeutisches Prinzip: die Dehnung (Extension) der betroffenen Muskulatur, um Verspannungen zu lockern und zu lösen.

Täglich 5 Minuten für die Gesundheit – so viel Zeit muss sein

Nur 5 Minuten täglich auf dem von Orthopäden und Physiotherapeuten entwickelten Yellow-Head Classic werden empfohlen, um die verspannten Nackenmuskeln sanft zu dehnen. Intuitiv findet der Kopf die richtige Position. Und dann muss man sich nur noch entspannen,

im wahrsten Sinne des Wortes „abhängen“: Das Eigengewicht von Schultern und Oberarmen sorgt für eine spürbare Dehnung im Nacken- und Schulterbereich – auf wohltuende Art und Weise.

Die regelmäßige tägliche Anwendung ist dabei ein wichtiger Baustein für die lang-

fristige Behandlung von Verspannungen, denn die Fehlhaltungen entstehen ja auch jeden Tag aufs Neue und haben sich oft über viele Jahre entwickelt. Yoga oder postisometrische Entspannungsübungen können weitere Bausteine in einem ganzheitlichen Behandlungskonzept sein, bei dem die Patienten selbst aktiv werden und weitere Therapien, z. B. beim Arzt, Physiotherapeuten oder Osteopathen, durch eigenes Zutun zu Hause nachhaltig unterstützen können – damit verspannte Muskeln dauerhaft gelockert werden, gute Beweglichkeit erhalten bleibt und Schmerzen der Vergangenheit angehören.

5 Minuten täglich auf dem Yellow-Head Classic – so leicht ist es, selbst aktiv zu werden und etwas für sich und das eigene Wohlbefinden zu tun!



INFO

Portofreie
Lieferung
in D

Therapeutisches Lagerungskissen
zur sanften Dehnung der Hals-
wirbelsäule **Yellow-Head Classic**
99,- Euro inkl. Versand in D

Tel.: 0228 / 62 91 78 - 10
www.yellow-head.de



Einfach entspannen: Der Yellow-Head Classic sorgt für die sanfte Dehnung der Nackenmuskulatur – in der Prävention und als Teil einer nachhaltigen Behandlung von schmerzhaften Verspannungen. Ihr Nacken wird es Ihnen danken!



HALLUX RIGIDUS

Stadiengerechte Therapie ist wichtig

Zu den häufigsten orthopädischen Beschwerden zählen Vorfußprobleme wie der schmerzhaft nach außen gedrehte Großzehnenballen („Hallux valgus“) und der nicht minder unangenehme Hallux rigidus, die Einsteifung der großen Zehe. Er macht den Betroffenen nicht nur aus kosmetischer, sondern auch aus funktioneller Sicht zu schaffen.

Bei einem Hallux rigidus handelt es sich um keine Erkrankung im eigentlichen Sinne, sondern um die Folge einer fortgeschrittenen Großzehengrundgelenkarthrose. Diese wiederum entsteht oft, aber nicht nur aus einem spät oder nicht behandelten Hallux valgus. Aber auch andere Überbelastungen des Großzehengrundgelenks oder eine Neigung zu arthrotischen Veränderungen können dafür verantwortlich sein.

KNORPELVERLUST DURCH HOHE BELASTUNG

Durch die hohe Belastung des Großzehengrundgelenks kommt es zu einem Abrieb des Gelenkknorpels und einer Entzündung. In der Folge versucht der Körper, die Bewegung durch den Anbau verstärkender Knochenwülste zu verhindern – es kommt zu einer Einsteifung der Großzehe. Meist erfolgt diese in einer nach oben abgespreizten Position, sodass ein physiologisch korrektes Gangbild nicht mehr gegeben ist.

DIE SCHUHE PASSEN NICHT MEHR

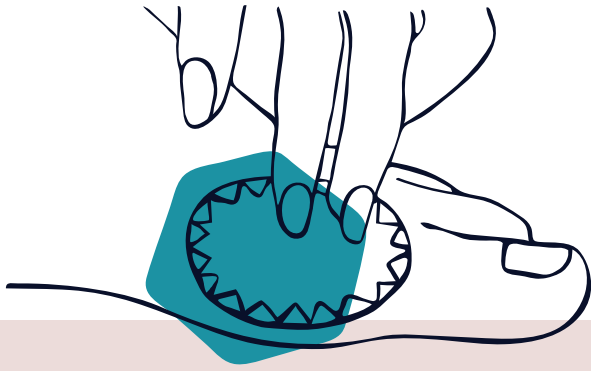
Auf dem Röntgenbild sieht man dann deutlich den verschmälerten Gelenkspalt und die Knochenausziehungen. Anfangs haben die Betroffenen oftmals keine Beschwerden, obwohl sie den Fuß nicht mehr richtig abrollen können. Später schmerzt die Fehlstellung jedoch durch die mechanische Einschränkung sehr. Normales Schuhwerk passt in der Regel nicht mehr oder kann, wenn überhaupt, nur noch unter Schmerzen unter Ausbildung von Hautschwielen getragen werden. Treppen oder andere Steigerungen sind meist schwer zu bewältigen. Infolge der Erkrankung kann es auch zu einer Metatarsalgie, d. h. Problemen im Mittelfußbereich, kommen.

IM FRÜHEN STADIUM GUT THERAPIERBAR

Ein Hallux rigidus ist mit konservativen Mitteln gut zu therapieren, falls die Er-

krankung noch nicht zu weit fortgeschritten ist. Physiotherapie zur Stärkung der Muskeln und Sehnen ist wichtig, um das betroffene Gelenk zu stützen. Sollten die Schmerzen zu stark sein, so können entsprechende Schmerzmittel eingenommen werden. Spezielle Einlagen helfen dabei, die benachbarten Mittelfußköpfchen zu entlasten. Bei Bedarf kön-





Generell gilt: Fußbeschwerden sollten immer so früh wie möglich abgeklärt werden. Oftmals suchen Patienten erst einen Spezialisten auf, wenn die Erkrankung bereits weit fortgeschritten ist. Sie nehmen damit vielfach zu lange eine Schonhaltung ein, die nicht nur den späteren Behandlungsaufwand steigert, sondern sich insgesamt negativ auf die Körperstatik auswirken kann.

nen weitere orthopädietechnische Hilfsmittel wie spezielle Schuhzurichtungen (z. B. Sohlenversteifungen oder Ballenrollen) Verwendung finden.

WANN MUSS OPERIERT WERDEN?

Man versucht heute weitestgehend, operative Eingriffe zu vermeiden. Manchmal ist jedoch der Leidensdruck so hoch, dass nur die Operation einen Ausweg bietet. Das ist insbesondere dann der Fall, wenn das Gelenk bereits so stark geschädigt ist, dass jede Bewegung schmerzt. Durch eine Operation kann die Lebensqualität wieder verbessert werden. Dabei werden die arthrotischen Anteile des Gelenks entfernt und der Zeh in einer funktional nicht störenden Stellung versteift. Jedoch ist diese Maßnahme weniger unangenehm, als es zunächst klingt, denn der Zeh ist bereits nicht mehr oder nur noch unter großen Schmerzen beweglich. Zudem trägt das Großzehengrundgelenk nur gering zur Beweglichkeit des Fußes bei. Daher kann eine solche Arthrodeese normalerweise gut kompensiert werden, sodass ein normaler unauffälliger Gang wiederhergestellt wird. Auch das Tragen herkömmlicher Schuhe ist wieder möglich.

PROTHETIK AM GROSSZEHENGRUNDGELENK

In bestimmten Fällen kann das Großzehengrundgelenk durch eine Endoprothese ersetzt werden. Im Großen und Ganzen wird der Ersatz des Großzehengrundgelenks jedoch eher kritisch gesehen. Dies liegt hauptsächlich daran, dass viele Endoprothesen innerhalb kurzer Zeit bindegewebig umbaut werden und damit wieder an Beweglichkeit einbüßen, womit das eigentliche Ziel der Operation verfehlt wird.

FINGER-SCHIENEN

bei Arthrose und rheumatoider Arthritis



Fingerorthesen bei...

- Rhiz-Arthrose, Heberden- und Bouchard-Arthrose, Schnappfinger
- Instabilität der Fingerend- und Mittelgelenke
- Rheumatoider Arthritis: Ulnar-Deviation, Schwannenhals- oder Knopfloch-Deformität



reddot design award

Christina Weskott hat seit 2001 eine moderne Finger-Orthesen-Collection entwickelt. Sie erhielt 4 reddots und weitere Preise für ihre Schienen im Bereich Medizin-Technik. Das Fernsehen berichtete darüber in Gesundheitssendungen.

Die Collection umfasst 150 handgefertigte, verschiedene Modelle aus Sterlingsilber oder Gold, die in den beiden Ateliers in Köln und Herne angefertigt werden.

Die Finger-Orthesen korrigieren, schützen und stützen das defekte Gelenk, verhindern ein Fortschreiten der Deformierung und bewirken Schmerzlinderung.

Alle Schienen sind dauerhaft haltbar, stabil, hygienisch, veränderbar und einsetzbar bei den Arbeiten des täglichen Lebens, auch im Nassbereich.

Termine in den Ateliers nach telefonischer Vereinbarung.

Die Orthesen-Modelle sind beim Patentamt eingetragen und geschützt.



CHRISTINA WESKOTT
Köln und Herne/Westf.
Infotelefon 02234 - 27 10 60
www.finger-schienen.de

Hallux-OP nach Dr. Masyar Rahmzadeh: 20 Jahre Erfolg durch Innovation in der Vorfußchirurgie

Mehr als 12.000 Vorfußoperationen in den vergangenen 20 Jahren beweisen den nachhaltigen Erfolg der OP-Technik nach Dr. M. Rahmzadeh.

Schnell wieder mobil nach Hallux-valgus- und Hallux-rigidus-Operation. Früher wieder am Alltag teilnehmen. Beide Füße in einem Eingriff. Volle Belastung nach der OP. Keine Entlastungsschuhe und keine Gehhilfen.

Dies ermöglicht der Ärztliche Leiter des Gelenkzentrums Berlin, Dr. Masyar Rahmzadeh, mit einer weltweit einzigartigen und gelenkerhaltenden Operationstechnik. Bei Bedarf operiert der erfahrene Chirurg auch beide Füße in nur einer Sitzung. Die Patienten können die Füße bereits kurz nach dem Eingriff belasten und verlassen die Klinik in der Regel nach drei Tagen ohne Entlastungsschuh oder Gehhilfen.

Hallux-Patienten reisen aus dem gesamten Bundesgebiet sowie dem Ausland nach Berlin, um sich von dem renommierten Fußchirurgen operieren zu lassen. Im Rahmen der Korrektureingriffe an den Füßen bei einem Hallux valgus (Ballenzeh) oder Hallux rigidus (Arthrose des Großzehengrundgelenkes) wendet er eine von ihm selbst entwickelte Operationsmethode an. Dr. Rahmzadeh vermeidet bei seinen Rigidus-Eingriffen stets die Versteifung der Gelenke. Bereits versteifte Gelenke kann er in den meisten Fällen wieder mobilisieren, d. h. die **bereits erfolgte Versteifung rückgängig machen** (bisher in der Weltliteratur noch nicht beschrieben).

Innovativ

Das Besondere am Rahmzadeh-Verfahren sind u. a. die OP-Sägetechnik und die von ihm entwickelte und patentierte Platte. Diese kann zwar prinzipiell aufgrund ihrer gut verträglichen Beschaffenheit, dauerhaft im Körper verbleiben, wird jedoch in der Regel nach ca. einem Jahr mit einem kleinen Eingriff wieder entfernt. Innovativ ist auch, dass beide Füße innerhalb einer Sitzung operiert werden können. Auch hier sind beide Füße nach dem Eingriff voll belastbar und die Patienten können die Klinik nach zwei bis drei Tagen ohne Vorfußentlastungsschuh und Gehhilfen verlassen.

Dr. Rahmzadeh ist spezialisiert auf Hüft- und Kniegelenkersatz sowie Vorfußchirurgie. Der Chirurg operiert alle Schweregrade der Fehlstellung. Des Weiteren werden Rigidus-Fehlstellungen **niemals versteift**. Versteifungen können im Rahmen der OP darüber hinaus rückgängig gemacht werden. Alle Operationen werden vom Ärztlichen Leiter persönlich durchgeführt.

Dr. Rahmzadeh weist die internationale höchste Zahl für gelenkerhaltende Hallux-OPs beidseitig auf. 85 Prozent der



Diagnose:
deutlicher
Hallux valgus
beidseits

Therapie:
OP nach
M. Rahmzadeh
beidseitig



Dr. Masyar Rahmzadeh war an national und international renommierten orthopädisch-chirurgischen Kliniken tätig. Dazu zählen u. a. die Universitätsklinik Heidelberg, die Charité Berlin, die Mayo Clinic Rochester oder die Harvard Medical School in Boston. Spezialisiert ist der Ärztliche Leiter des Gelenkzentrums Berlin auf die operative Behandlung degenerativer Gelenkerkrankungen der unteren Extremität, wozu auch die Korrektur komplexer Deformitäten des Vorfußes gehören, sowie die Endoprothetik an Hüft- und Kniegelenken.



Diagnose: Komplexe Vorfußdeformität links mit Hammerzehen 2 und 3 vor und nach der OP. Präoperativ linke Spalte, nach der OP Mitte Ausheilungsbild rechte Spalte. Therapie und OP nach Dr. M. Rahmzadeh.



Ausgeprägter Hallux rigidus (Arthrose des Großzehengrundgelenkes vor (obere Reihe) und nach der OP (untere Reihe)). Das Röntgenbild zeigt die spezielle Titan-Platte nach Dr. M. Rahmzadeh und das nun freie Gelenk des großen Zehs (roter Pfeil).



Diagnose: Deutlicher Hallux valgus vor (oben) und nach der OP (unten). Korrektur mittels OP-Technik nach Rahmzadeh und entsprechender Titan-Platte. Volle Belastbarkeit unmittelbar nach der OP ohne Entlastungsschuh oder Gehstützen.

Die Vorteile der Operationsmethode nach Dr. Rahmzadeh

- Sofortige Vollbelastung nach der OP
- Beidseitige Hallux-Operation in einer Sitzung
- Hallux valgus/rigidus jeden Grades
- Keine Versteifung beim Hallux rigidus
- Drei Tage Krankenhaus und im Anschluss ohne Vorfußentlastungsschuh und Gehhilfen
- Über 12.000 Hallux-Operationen Erfahrung

► Dr. med. Masyar Rahmzadeh
Ärztlicher Leiter
Gelenkzentrum Berlin
Kurfürstendamm 170 · 10707 Berlin
Tel.: 030 / 31013007
info@gelenkzentrum.de
gelenkzentrumberlin
www.gelenkzentrum.de



Endoprothetik und Revisionsendoprothetik

Wann wird es Zeit für ein künstliches Gelenk? Was passiert beim Verschleiß der Endoprothese oder wenn es zu Lockerungen kommt? Fragen, die sich viele Menschen stellen, die unter Gelenkproblemen leiden.

Unsere Gelenke sind bewegliche Verbindungsstellen zwischen unseren Knochen und ermöglichen uns zielgerichtete Bewegungen. Einer der wichtigsten Bestandteile dieser ist der Gelenkknorpel, der als prallelastischer Überzug die Gelenkoberflächen schützt und dafür sorgt, dass das Gelenk reibungslos funktioniert. Allerdings kann es zu einer Abreibung dieser Schicht kommen, was verschiedene Gründe haben kann, wie z. B. Verschleiß, gewisse Erkrankungen oder auch Verletzungen. Die Abreibung führt zu vermehrtem Schmerz beim Bewegen und auch zur Einschränkung des Gelenks. Letztendlich kann der Verschleiß sogar schon zu starken Schmerzen in der Ruheposition führen. Ab diesem Zeitpunkt ist eine Endoprothese des Gelenks sinnvoll.

Endoprothesen für fast alle Gelenke

Durch die modernen Entwicklungen in der Rheumachirurgie kann heutzutage so gut wie jedes Gelenk, das von Verschleiß betroffen ist, ersetzt werden. Der größte Teil betrifft dabei Knie- und Hüftprothesen mit je etwa 200.000 Eingriffen pro Jahr. Allerdings erlangen inzwischen auch kleinere Gelenke wie Ellbogen oder Handgelenk mehr Bedeutung in diesem Gebiet. Noch vor etwa 15 Jahren wurde jede zweite Endoprothese einzementiert; heute hat sich die zementfreie Implantation per Press-Fit-Verfahren weitgehend durchgesetzt, da im Regelfall mit diesem Verfahren eine ausreichende Stabilität gewährleistet werden kann. Zudem erleichtert der Verzicht auf Knochenzement eine spätere Revisionsoperation, weil nicht zusätz-

lich Knochenmasse durch die weiträumige Entfernung ausgehärteten Knochenzements verloren geht.

Minimalinvasive OP-Verfahren auf dem Vormarsch

Neben der Weiterentwicklung und Verbesserung der Prothesen gerät seit einiger Zeit der Fokus auch auf die angewendete Operationstechnik. Allgemein versuchen die Chirurgen immer häufiger, minimalinvasiv zu arbeiten. Das bedeutet möglichst kleine und intelligente Schnittführung für weniger Infektionsrisiken und schnellere Erholung. Dabei spielt besonders der möglichst große Erhalt der Knochensubstanz eine Rolle. Je mehr Knochensubstanz beim Eingriff verschont wird, desto leichter wird ein möglicher Zweiteingriff. Auch wichtig ist der Erhalt der Muskeln, Sehnen

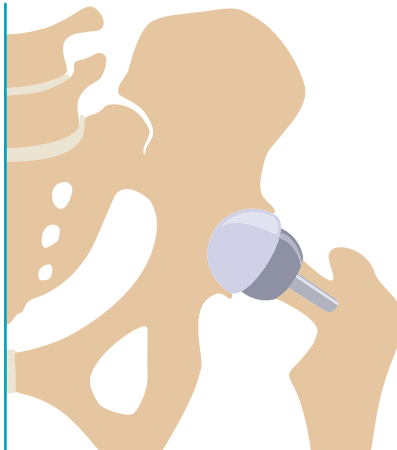
und Gefäße. Dabei nutzt der Chirurg bei Hüftprothesen zum Beispiel eine natürliche Muskellücke im Oberschenkel, um das Durchtrennen von Muskeln und Sehnen zu vermeiden. Weitere Vorteile sind eine deutlich kürzere OP-Dauer, Reha-Zeit und eine wesentlich kleinere Narbe.

Die „Standzeit“ der Prothesen: Was begrenzt die Lebensdauer eines Implantats?

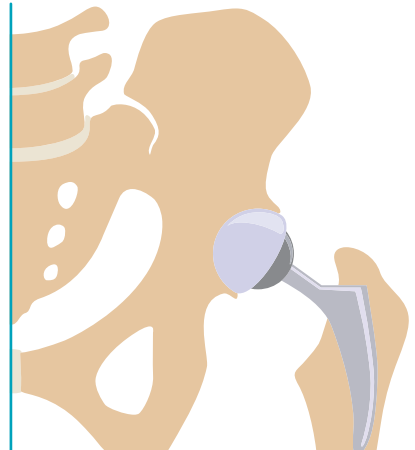
Selten sind die Gründe für einen Revisionseingriff mangelnde Qualität der Prothese oder ein fehlerhafter Eingriff des operierenden Arztes. Zwar sind es die aufsehenerregenden Fälle vorzeitigen Implantatversagens, die immer wieder durch die Presse gehen, in der Praxis spielen sie jedoch eher eine untergeordnete Rolle. Sowohl beim Hüft- als auch Kniegelenk ist der Hauptgrund der Lockerung der Prothese aseptisch. Dabei entsteht eine keimfreie Entzündung im Bereich der Prothese. Winzige Metall- und Kunststoffpartikel entstehen bei natürli-

chen Bewegungen. Diese lösen eine Gewebereaktion aus und resultieren in einem Rückgang der Knochensubstanz, welche die Prothese umgibt, was zu einer Lockerung führt. Das unterschiedliche

Abriebverhalten der möglichen Gleitpaarungen einer Prothese ist daher Gegenstand zahlreicher Untersuchungen. Bislang scheint es leider immer noch so, dass günstige mechanische Eigenschaf-



Bei der Hüftkappe wird lediglich der schadhafte Teil wie bei einem Zahn überkront, der Hüftkopf selbst bleibt erhalten. Als Voraussetzung für den Einsatz von Kappenprothesen gelten eine hohe Knochenqualität und ein möglichst geringes Körpergewicht.



Die heute immer häufiger verwendeten Kurzschafthprothesen haben den Vorteil, dass sie meist problemlos minimalinvasiv eingesetzt werden können. Voraussetzung für eine Kurzschafthprothese ist jedoch eine gute Knochenqualität des Femurknochens.



MAGNETOVITAL®

Pulsierende Magnetfeldtherapie

Zur Therapieunterstützung bei vielen Problemen

Die Pulsierende Magnetfeldtherapie wird eingesetzt bei Problemen in Knochen, Gelenken, Muskeln und Problemen mit der Durchblutung

- ✓ Sehr Einfache Bedienung
- ✓ 15 oder 20 Programme
- ✓ 16 oder 19 Spulen

- ✓ Bequem zu Hause anwenden
- ✓ Qualität Made in Germany
- ✓ Auch für die Praxis

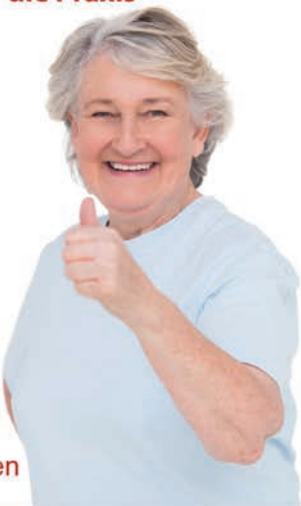
Made in Germany!







Einfach 2 Wochen
unverbindlich testen!





oder direkt online mit Frühjahrsrabatt kaufen
www.magnetfeldtherapie-kaufen.de

Sofort anrufen - Unterlagen anfordern kostet nichts!

Programme • Programs

- 01 Reizzustände/sensibel • inflammation/sensitive
- 02 Schlafen/Entspannung • sleep/relax
- 03 Blutdruck • blood pressure
- 04 Frau (Regel) • woman (period)
- 05 Mann (Prostata) • man (prostate)
- 06 Schmerz (Kopf) • pain (head)
- 07 Stoffwechsel • metabolism
- 08 Haut • skin
- 09 Durchblutung • perfusion
- 10 Magen/Darm • stomach/intestine
- 11 Atmung • respiration
- 12 Muskelentspannung • musculerelaxing
- 13 Knochen/Gelenke • bones/joints
- 14 Antriebslosigkeit • lack of impulse
- 15 Vitalität/Immunsystem • vitality/immune system

SL MEDIZINTECHNIK
GMBH

Im Langen Feld 4
71711 Murr
Tel. 07144-85600
info@magnetovital.de
www.magnetovital.de

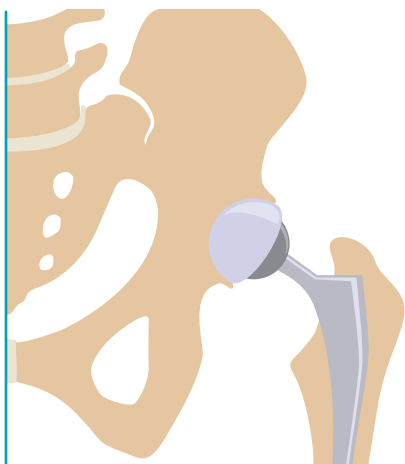
ten mit einem eher hohen Abrieb erkaufte werden – das ist zum Beispiel bei einer Metall/Polyäthylen-Gleitpaarung der Fall –, während geringer Abrieb – etwa bei Keramik/Keramik-Gleitpaarungen – mit

eher schlechten mechanischen Eigenschaften wie mangelnder Elastizität und höherer Bruchneigung einhergeht.

Wenn die Prothese gewechselt werden muss

In den meisten Fällen müssen vor allem Hüftprothesen nach einem gewissen Zeitraum ausgetauscht werden. Dabei wird zwischen aseptisch (keimfrei) und septisch unterschieden. Bei einer bakteriellen Infektion wird ein zweizeitiger Wechsel durchgeführt, bei dem zunächst durch einen antibiotika-beschichteten Platzhalter aus Knochenzement die Infektion zur Ausheilung gebracht wird. Erst nach weiteren sechs bis acht Wochen kann es zu einem erneuerten Einbau der Prothese kommen. Generell ist die Vorgehensweise bei einer Revision hauptsächlich von der Größe des Knochendefekts abhängig. Bei Zementierungen beispielsweise ist allgemein ein größerer Knochendefekt vorhanden als bei weniger

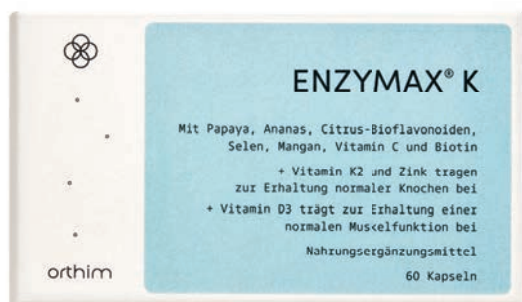
invasiven Maßnahmen. Ggf. muss dann eine spezielle Wechselprothese angewendet werden, in manchen Fällen sind sogar Knochenersatzmaterialien erforderlich. Häufig werden dann beim Ersatz der Hüftpfanne auch geschraubte oder zementierte Pfannen eingesetzt, um die nötige Stabilität zu erreichen. Da das Ausmaß der notwendigen Maßnahmen häufig erst während des Eingriffs offenbart wird, bieten die heutigen modularen Revisionssysteme Lösungen für beinahe jede intraoperative Situation. Der Operateur ist damit auch für Befundveränderungen während des Eingriffs gerüstet. Generell gilt jedoch, dass auch die besten Revisionsendoprothesen von der zu erwartenden Lebensdauer her nicht an die Standardimplantate heranreichen – die Wichtigkeit eines besonnenen und knochensparenden Vorgehens beim Ersteingriff ist also extrem wichtig und kann Probleme des Prothesengelenks in der Zukunft verhindern helfen.



Die klassische Langschaftprothese hat sich über Jahrzehnte hinweg bewährt. Sie wird sowohl unzementiert als auch zementiert eingesetzt.



„Ich bleib' beweglich“



ENZYMAX® K

Mit Papaya, Ananas, Citrus-Bioflavonoiden, Selen, Mangan, Vitamin C und Biotin

+ Vitamin K2 und Zink tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei

+ Vitamin D3 trägt zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei



ZUM PRODUKT

Mehr Infos auf:

www.orthim.de oder unter 05245.920100

CRANIOMANDIBULÄRE DYSFUNKTION (CMD)

Als Craniomandibuläre Dysfunktion, kurz CMD, bezeichnet man einen pathologischen Zusammenhang zwischen dem Schädel (cranium) und dem Kiefer (mandibula). Das Krankheitsbild ist zwar heute nicht mehr so unbekannt wie noch vor einigen Jahren, dennoch führen die vielfältigen Symptome immer noch häufig zu Fehldiagnosen.



Auf den Kiefergelenken lastet großes Gewicht

Überall versucht unser Körper, auftretende Fehlstellungen durch ausgleichende Verhaltensmuster zu kompensieren. Dies gilt für eine Wirbelsäulenverkrümmung genau so wie für einen Beckenschiefstand. Oft kommt es dadurch jedoch kommt es zu weiteren Muskelverspannungen und Schmerzen. Auch eine Dysbalance der Kiefergelenke kann so zu zahlreichen Beschwerden führen.

Fehlstellungen des Kiefers können mehrere Gründe haben: Sie können angeboren sein, durch Verletzungen im Hals-Kopf-Bereich entstanden sein oder Resultat von kiefer- oder zahnärztlichen Behandlungen sein. Bei Zahnbehandlungen kann es schon ausreichen, wenn zwei untereinanderliegen-

Sie suchen eine REHABILITATIONSKLINIK von höchster QUALITÄT nach: Gelenkersatz, Schulter- oder Rückenoperation?

Vertrauen Sie auf die Kompetenz unserer Ärzte und Therapeuten!

In der Salztal Klinik werden neben Anschlussheilbehandlungen nach allen orthopädisch-unfallchirurgischen Operationen, orthopädischen Erkrankungen oder Verletzungsfolgen ebenfalls stationäre Heil- und Vorsorgemaßnahmen durchgeführt.

– alle Kassen und Sozialversicherungsträger –

Machen Sie Gebrauch vom Wunsch- und Wahlrecht und sprechen Sie vorab mit Ihrer Versicherung und dem Sozialdienst im Krankenhaus.

Natürlich sind auch Begleitpersonen jederzeit willkommen. Die Unterbringung erfolgt in komfortablen Zimmern mit DU/WC/Balkon/TV/Telefon, Vollpension. Sonstige Einrichtungen des Hauses (Schwimmbad/Sauna etc.) können kostenlos in Anspruch genommen werden. Gern können Sie auch Ihre Therapierezepte mitbringen.



Weitere Informationen über Aufenthaltsmöglichkeiten sowie Beratung, Buchung und Prospekte erhalten Sie unter:
Tel.: 06056-745-0 · Fax: 06056-745 44 46
www.salztalklinik.de · info@salztalklinik.de

*siehe auch Anzeige in diesem Heft!

Neues medizinisches
TRAININGSZENTRUM
mit modernsten
Trainingsgeräten!

INFO:
060 56 - 745-0



Bitte senden Sie mir:

INFOMATERIAL

- ☐ per Post
☐ per E-Mail

E-Mail-Adresse

Vorname

Nachname

Straße

PLZ/Ort

Tel./Fax

Bitte freimachen, falls Marke zur Hand

SALZTAL KLINIK GMBH

Parkstraße 18
63628 Bad Soden-Salmünster

OP 02/23

de Zähne nicht mehr – beispielsweise durch die Überkronung eines anderen Zahnes – aufeinandertreffen können. Bedenkt man dann noch, welch großes Gewicht beim Kauen auf unseren Zähnen lastet, wird deutlich, wie groß die Auswirkungen bei einer abweichenden Gebissstellung sein können. Betroffene versuchen instinktiv, den Fehlbiss auszugleichen, indem sie die Zähne aufeinanderpressen. Eine Folge davon ist das nächtliche Zähneknirschen (Bruxismus).

Gleichgewichtsstörungen und Tinnitus können die Folge sein

Wie empfindlich der Tastsinn unserer Zähne ist, kann man sich daran verdeutlichen, dass man sogar ein feines Haar oder eine dünne Fischgräte mit den Zähnen erspüren kann. Eine Fehlstellung des Kiefers oder Dysbalancen der Zähne können viele verschiedene Beschwerden auslösen, dazu gehören beispielsweise auch Gesichtsschmer-

zen, Tinnitus oder Störungen des Gleichgewichtssinns.

Absteigende und aufsteigende Wirkungsketten

Inzwischen geht man davon aus, dass solche Fehlstellungen auch die Sauerstoffversorgung des Innenohrs beeinträchtigen. Dies wiederum kann dazu führen, dass Symptome wie Schwindel oder Tinnitus auftreten. Darüber hinaus kommt es zu Fernwirkungen bis in Schulter, Brust-, Lendenwirbelsäule und Becken. Umgekehrt wiederum haben Haltungsveränderungen, die auf eine Schiefstellung des Beckens zurückzuführen sind, möglicherweise negative Einflüsse auf die Kaumuskulatur. Eine gute CMD-Diagnostik soll diese Zusammenhänge im konkreten Einzelfall sichtbar machen und daraus eine entsprechende Behandlung ableiten. Wünschenswert ist daher eine interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Zahnärzten, Kieferorthopäden, Ortho-

päden, Physiotherapeuten und Osteopathen.

von Arne Wondracek

Schlafstörungen und Atemaussetzer durch CMD

Bei einer CMD versucht der Kiefer, immer gegen den unnatürlichen Zustand zu arbeiten. Dabei baut sich ein enormer Druck auf. Bleibt die Situation unverändert, kommt es nicht zu einer Entspannung und somit folglich zu Verspannungen. Ein Beispiel für ein oftmals verkanntes CMD-Symptom sind Schlafstörungen mit starkem Schnarchen und sogar nächtlichen Atemaussetzern. Dies kann nämlich zustande kommen, wenn der Unterkiefer nach hinten verlagert ist und den Mund-Rachenraum einengt.

Unser Experte:



Ruslan Saitbekov
ist Physiotherapeut, Autor („Natürlich schmerzfrei“),
Trainer und Gelenk-Coach (Pharma Peter, Hamburg).



Geschmeidig bleiben!

Tipps vom Physiotherapeuten:

Arthrose verursacht starke Schmerzen. Linderung verschaffen gelenkfreundlicher Sport, ausgewogene Ernährung und Nahrungsergänzungsmittel.

Nutzen Sie Jede Gelegenheit zur Bewegung.

„Damit Knieprobleme gar nicht erst entstehen, nutzen Sie im Alltag jede Möglichkeit der Bewegung, die sich Ihnen bietet. Nehmen Sie die Treppe statt des Aufzugs. Halten Sie beim Spazieren mehrmals kurz an und machen Sie ganz spielerisch Knieübungen am Wegesrand. Täglich 3.500 Schritte sind für Knie, Körper und Geist gleichermaßen wichtig.“

Gelenkflüssigkeit ist das A und O.

„Knie-Patienten müssen sich oft nach langem Sitzen erst wieder „einlaufen“, d.h. sie fühlen sich nach langem Sitzen wie eingeroostet. Das liegt daran, dass unter einem Winkel von 90 Grad der Druck auf die Sehnen und Gelenke zunimmt und diese sich erst wieder mit Flüssigkeit versorgen müssen. Diesen Vorgang kann man selber durch Bewegung ankurbeln. Der Nachschub an Gelenkflüssigkeit darf nicht stoppen und das schafft man am besten mit kurzen 10 Minuten Spaziergängen an frischer Luft.“

Alles im grünen Bereich. Mit Hyaluron.

„Ich selbst unterstütze meine Gelenkgesundheit zusätzlich mit Nahrungsergänzungsmitteln und empfehle zur Vorbeugung meinen Patienten und Trainingspartnern z. B. Arthrosamin Strong. Arthrosamin Strong mit Hyaluron kann die körpereigene Produktion von Gelenkflüssigkeit unterstützen. Es enthält genügend Hyaluron, Glucosamin, Chondroitin und auch Vitamin C, D und K zur Unterstützung der physiologischen Vorgänge besonders der Knie. Das ist quasi eine Knie-Rezeptur zum Erhalt von Beweglichkeit!“

Erhältlich in Ihrer Apotheke: PZN - 00012061



*Vitamin C trägt zur Kollagenbildung für normale Knochen- und Knorpelfunktionen bei. Vitamin D trägt zusätzlich zur normalen Muskelfunktion bei. Vitamin K trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei.

Quelle: Interview mit Ruslan Saitbekov im November 2021
Bildrechte: Arthrosamin, Pharma Peter, Hamburg
www.arthrosamin-gelenkkapseln.de



Polyneuropathie

Eine Krankheit mit vielen Gesichtern

Gut fünf Millionen Menschen in Deutschland leiden unter einer Polyneuropathie. So bezeichnet man die Schädigung der peripheren Nerven, die als Begleiterscheinung bei einer Vielzahl von Erkrankungen auftreten kann. Eine Polyneuropathie macht sich durch verschiedenste Gefühlsstörungen, Ausfallerscheinungen oder auch Schmerzen bemerkbar. Hervorgerufen werden kann sie durch Diabetes und Viruserkrankungen wie z. B. eine Borreliose, aber auch durch bestimmte Mangelerkrankungen und Alkohol- und Drogenkonsum.

Nerven, die außerhalb von Gehirn und Rückenmark liegen, werden als „peripher“ bezeichnet. Kommt es zu einer Polyneuropathie, so ist die Informationsübertragung zum Gehirn gestört, sodass sie entweder deutlich verlangsamt oder überhaupt nicht mehr stattfindet. Typischerweise treten die Symptome in aufsteigender Form auf, das heißt, an den Beinen beginnt die Erkrankung an

den Füßen und an den Armen an den Händen. Die Polyneuropathie wird daher auch als „aufsteigende“ Erkrankung bezeichnet.

Diagnose und klinische Manifestation

Wesentliches klinisches Merkmal der Polyneuropathie ist ein verringertes Reflexverhalten, ein gestörtes Vibrationsemp-



ARTHROSE? GELENKPROBLEME?

Nutzen Sie Dieter Trzoleks Erfahrungen aus der Anwendung im internationalen Profi-Fußball! Die erfolgreiche Arthro-Kombination steht jetzt endlich der Arthrose-Medizin zur Verfügung. Besuchen Sie auch unsere Homepage www.gelmodel.com und erfahren Sie mehr!

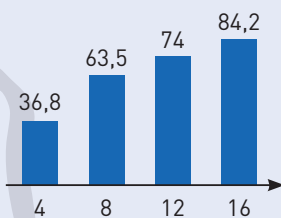
Dieter Trzolek aktueller Physiotherapeut der rumänischen Fußball-Nationalmannschaft und ehemaliger Chef-Physiotherapeut des 1. FC Köln sowie Bayer 04 Leverkusen. Seine Empfehlung: täglich Gelmodel Sirup und escualen über 4 bis 6 Monate einnehmen.

- ➔ Reduziert die Steifheit und verbessert die Mobilität in allen Gelenken
- ➔ Anwachsen der Knorpelfläche (0,2 bis 0,4 mm)

- bewiesen durch internationale klinische Studien
- Naturprodukte, keine Nebenwirkungen
- beide Produkte sind aus risikofreien Materialien hergestellt (EU Direktive 2000/418/EEC)
- Herstellung durch TÜV Rheinland zertifiziert
- hinterlegt durch das US-Patent Nr. 6211143
- Kosten ca. 1 Euro pro Produkt und Tag
- erhältlich in jeder Apotheke in den 2 Geschmacksrichtungen: Erdbeere & Zitrone
- auch für Hunde und Katzen geeignet

KLINISCHE STUDIE

Verbesserung bei Arthrose-Patienten in Wochen (in %)



NEU



15 Ampullen escualen



escualen
PZN 11540610

Gelmodel
PZN 2038484

Wirksame ARTHRO-Kombination

- ➔ GELMODEL biosol SIRUP ist ein hochdosiertes Kollagenhydrolysat in Sirupform
- ➔ escualen (bestehend aus Glukosamin, Chondroitin, Hyaluronsäure), hochdosiert (1500 mg TED)

BERATUNG & BESTELLUNG

Frühjahrsaktion bis 20% Rabatt: www.gelmodel.com und kostenlose Hotline 0,0ct/min aus DE 0800 2467650

finden, und eine Störung der Schweißbildung. Durch eine Messung der Nervenleitgeschwindigkeit und eine Elektromyographie (EMG) kann die Diagnose zusätzlich gesichert werden. Die möglichen Symptome der Polyneuropathie sind sehr unterschiedlich. Oft werden mechanische Reize oder auch Hitze oder Kälte in geringerem Maße oder auch gar nicht mehr wahrgenommen. Ganz typisch ist ein Gefühl an den Gliedmaßen, welches als strumpf- oder handschuhartig beschrieben wird. Zu den weiteren häufig auftretenden Symptomen einer Polyneuropathie zählen ein Kribbeln wie bei eingeschlafenen Gliedmaßen, brennende Füße oder auch das charakteristische Ameisenlaufen. Auch ein sogenanntes Restless-Legs-Syndrom (RLS) kann auftreten. Durch die gestörte Reizweiterleitung können die sensomotorischen Informationen der Nervenenden unter den Fußsohlen oft nicht mehr korrekt weitergegeben werden – es kommt zu Schwindel und Gangunsicherheit. So können mechanische, aber auch

Hitze- oder Kältereize verringert oder unter Umständen gar nicht mehr wahrgenommen werden. Dabei kommt es oft zu einer Missempfindung, die als strumpf- oder handschuhartig beschrieben wird. Ganz oft treten auch unangenehme Temperaturempfindungen, ein Kribbeln wie bei eingeschlafenen Gliedmaßen, brennende Füße oder auch das charakteristische Ameisenlaufen auf. Im weiteren Verlauf kann es zu Schwindel und Gangunsicherheit kommen. In vielen Fällen sind die zunehmenden sensiblen Störungen die Vorläufer der später auftretenden motorischen Ausfälle, an deren Ende die teilweise oder komplette Lähmung des betreffenden Körperteils stehen kann.

Wenn möglich, muss der Auslöser behandelt werden

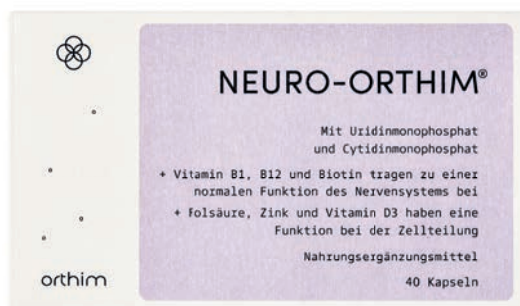
Ganz wichtig ist, bei einer Polyneuropathie die zugrundeliegende Krankheit zu behandeln, falls dies noch möglich ist. Insgesamt ist es wichtig, möglichst früh-

zeitig mit einer Therapie zu beginnen, um schwere Folgeerscheinungen zu verhindern, wie etwa beim Diabetiker das unbemerkte Entstehen schlecht heilender und schwierig zu behandelnder Wunden an den Füßen. Zu den Medikamenten, die bei Polyneuropathie eingesetzt werden, gehören Schmerzmittel wie Antidepressiva, Antikonvulsiva und Opioide. Ein „Allheilmittel“, welches bei diabetischer oder durch Alkoholmissbrauch bedingter Polyneuropathie eingesetzt werden könnte, gibt es jedoch bislang nicht. Ein noch relativ junges Verfahren, welches die Beschwerden lindern kann und so die Beweglichkeit und allgemeine Lebensqualität verbessern hilft, ist die oft als „Schmerzschrittmacher“ bezeichnete Rückenmarkstimulation (SCS). Sie kommt bei Schmerzen an den Extremitäten infolge von Durchblutungsstörungen (pAVK) und auch bei Diabetesbedingter Polyneuropathie zum Einsatz.

von Arne Wondracek



„Ich gebe auch meinen Nerven Nahrung.“



NEURO-ORTHIM®

Mit den essenziellen Nervenbausteinen Uridin- und Cytidinmonophosphat in der einzigartigen Kombination mit Vitamin B1, B12 und Biotin zur aktiven Unterstützung der körpereigenen Regeneration von peripheren Nerven

Folsäure, Zink und Vitamin D3 haben eine Funktion bei der Zellteilung



Mehr Infos auf:

www.orthim.de oder unter 05245.920100

ZUM PRODUKT

orthim

Endoprothetik 4.0: vier Roboter im Barockschloss

Die Digitalisierung im Gesundheitswesen ist in aller Munde. Meistens wird über unzureichende Lösungen geklagt. Aber es gibt auch schon funktionierende Anwendungen, die im klinischen Alltag einen echten Patientennutzen bieten. Mit vier Robotersystemen hat sich das Orthopädische Krankenhaus an die Spitze der Bewegung gesetzt. Wir sprechen mit Prof. Dr. med. Christian Hendrich, dem Ärztlichen Direktor.



Herr Prof. Hendrich, bei der Digitalisierung wird immer beklagt, dass wir in Deutschland hinterherhinken. Sie haben gerade zwei weitere Maschinen in Betrieb genommen und operieren nun mit vier Systemen. Sieht so Hinterherhinken aus?

Prof. Hendrich: Keinesfalls. Eher würde ich sagen, es ist Vorweggehen. In Europa sind wir damit einzigartig. Allerdings haben auch zwei US-amerikanische Kliniken bereits vier Maschinen im Einsatz, darunter das Hospital for Special Surgery (HSS) in New York, das in den USA als die Nr. 1 in Bezug auf die Patientensicherheit gilt. Das HSS ist übrigens mehr als doppelt so groß wie wir.

Sie haben vier Roboter im Einsatz, führen Ihre Akte aber immer noch mit der Hand. Wie geht das zusammen?



Präzise OP-Planung anhand eines dreidimensionalen CT-Scans

Wenn Digitalisierung darin bestehen soll, einen analogen Prozess am PC durchzuführen, wird sie falsch verstanden. Ein Beispiel für erfolgreiche Digitalisierung ist Amazon. Durch den digitalen Prozess entsteht ein Mehrwert für den Kunden. Im Gesundheitswesen heißt das: Digitalisierung ist nur dort sinnvoll, wo der Patient durch den Einsatz der Technologie einen spürbaren Nutzen erfährt.

Wo liegt der Patientennutzen der Robotik?

Der Roboter erlaubt uns die Durchführung einer bewährten Operation mit einer bisher nicht gekannten Präzision. Für die konventionelle Knieendoprothese verwenden wir Säge-Schablonen, die sowohl an Oberschenkel als auch an Unterschenkel eine Genauigkeit von 2–3° aufweisen. Der Roboter gestattet uns eine Präzision von unter 0,5°.

Kritiker werfen ein, dass es noch keine Langzeitstudien gibt.

Für eine Methode, die wir seit 2017 einsetzen, kann es keine Langzeitstudien geben. Es gibt allerdings zwei erstklassige Studien, die zeigen, dass die Robotik-Patienten früher ein günstigeres



Ltd. Oberarzt Dr. Engelmaier und Prof. Hendrich

Endergebnis erreichen. Das ist der für den Patienten unmittelbar spürbare Nutzen: Er ist schneller und mit weniger Schmerzen auf den Beinen. Von Langzeitstudien sprechen wir als Endoprothetiker nach mehr als zehn Jahren. Ob dann die Haltbarkeit einer Prothese, bei der wir die individuelle Anatomie des Patienten rekonstruieren, besser ist? Zumindest dürfen wir es erwarten. Denn für die Schlittenprothese am Kniegelenk gibt es Studien, die bereits nach fünf Jahren eine bessere Haltbarkeit der mit dem Roboter operierten Prothesen zeigen.

Dabei macht der Roboter Sie als Chirurgen ja nicht arbeitslos. Bei der MAKOplasty® operiert weiterhin der Chirurg, der Roboter „leiht“ ihm nur seine Präzision.

Eine Endoprothese bleibt auch mit Roboter eine chirurgisch anspruchsvolle Operation. Wie sie abläuft, kann man

sehr schön in einem aktuellen YouTube-Video sehen. Der Roboter kann uns nicht ersetzen, aber er macht uns durchaus besser.

Knie. Das ändert sich aber gerade. Im nächsten Jahr erhalten wir eine neue Software, die schneller arbeitet und neue Möglichkeiten der Beinlängenkontrolle bietet.

QR-Code scannen oder folgenden Link aufrufen:

www.orthopaedie-werneck.de/makoplasty-video-orthopress



Und an der Hüfte?

Bei der Neuanschaffung der Roboter hat die Hüfte eine wichtige Rolle gespielt. Bisher setzen wir die MAKOpasty® vor allem bei richtig schwierigen Situationen ein, z.B. bei Beckendeformitäten. In der Standardsituation ist der Patientennutzen nicht so frappierend wie am

einsetzen. Dazu zählen insbesondere auch Situationen, bei denen die Hüfte und die Wirbelsäule gleichzeitig bewegungseingeschränkt sind. Für diese Patienten können wir im nächsten Jahr eine überzeugende Lösung anbieten.

Was ist Ihre Erwartung?

Dass die Robotik auch an der Hüfte zu unserer Standardtechnik wird, geht sicherlich zu weit. Allerdings wollen wir in Zukunft die MAKOpasty® bereits bei mittelschweren Ausgangsbedingungen einsetzen.



Barockschloss Werneck –
Blick auf die Patientenzimmer



**Bezirk
Unterfranken**

► Orthopaedisches Krankenhaus Schloss Werneck

Spezialklinik für Endoprothetik,
Orthopädie und Unfallchirurgie
EndoProthetikZentrum
der Maximalversorgung

Tel.: 09722 / 21 14 03
www.orthopaedie-werneck.de



Achtung OP!

Was Sie Ihren Orthopäden fragen sollten ...

Achtung OP!

Was Sie Ihren Orthopäden fragen sollten ...
2. Auflage, 220 Seiten, Hardcover
ISBN 978-3-92523232-9, **25,- Euro**

Auch erhältlich unter:

www.health365.de, Tel.: 0221 / 94 08 20

Wenn die Knie- und Hüftgelenke oder der Rücken immer wieder schmerzen und der Alltag unter den Bewegungseinschränkungen leidet, suchen viele Patienten nach einem Ausweg. Behandlungsmöglichkeiten in der Orthopädie gibt es einige, sowohl operativ als auch konservativ. In dem Ratgeber von Prof. Dr. med. Christian Hendrich vom Orthopaedischen Kran-

kenhaus Schloss Werneck finden interessierte Patienten einen Überblick dazu. Die Therapien werden anschaulich und verständlich erklärt. Alle Therapieoptionen werden differenziert dargestellt. Dazu gehört auch eine Aufklärung über Chancen und Risiken der jeweiligen Verfahren. Der medizinische Ratgeber ist nun in der zweiten Auflage erschienen.

Der Schmerzschrittmacher

Neue Lebensqualität für chronische Schmerzpatienten

Mehr als 20 Prozent aller Menschen in Deutschland leiden unter andauernden oder chronischen Schmerzen. Für viele von ihnen bedeutet das, dass sie kaum oder nur eingeschränkt am Leben teilnehmen können. Hat sich der Schmerz erst einmal verselbstständigt, so geraten Betroffene oft in einen Teufelskreis aus Bewegungseinschränkung, Medikamenteneinnahme und Depression. Die WaveWriter Alpha-Technologie von Boston Scientific ermöglicht jetzt eine individuelle, lang anhaltende Schmerzlinderung.



Schmerz ist das deutlichste Warnsignal unseres Körpers: Ob wir beim Kochen die heiße Herdplatte berühren oder gegen die Tischkante stoßen – sofort wird uns durch den Schmerz bewusst, dass etwas nicht stimmt. Besteht die akute Ursache für das Signal nicht mehr, wird es schwächer, bis es schließlich verstummt. Anders bei chronischem Schmerz: Hier bleibt der Schmerz über Monate und auch Jahre bestehen. Chronische Schmerzen können die Lebensqualität manchmal sehr stark beeinträchtigen. Einen Ausweg kann hier die auch als „Schmerzschrittmacher“ bezeichnete Rückenmarkstimulation (engl. Spinal Cord Stimulation/SCS) bieten, welche das Schmerzsignal direkt beeinflusst.

Wie funktioniert der Einsatz einer SCS?

Schmerzimpulse werden über die Nervenfasern durch das Rückenmark zum Gehirn übertragen. Die SCS-Therapie geht von einer einfachen Grundannahme aus: Da Schmerzen durch elektrische Nervenimpulse entlang des Rückenmarks zum Gehirn übertragen werden, ist die Unterbrechung der Impulsübertragung des Nervensystems der Schlüssel zur Kontrolle der Schmerzen. Im Körper werden ein kleiner Impulsgenerator und isolierte Kabel in der Nähe des Rückenmarks implantiert. Der durch eine externe Fernbedienung gesteuerte Impulsgenerator sendet elektrische Impulse aus, welche die Schmerzsignale auf ihrem Weg zum Gehirn unterbrechen. Das Verfahren ist reversibel und viel weniger invasiv als konventionelle Rückenoperationen. Wenn man sich für ein SCS-Implantat entschei-

det, ist dies sicherlich ein wichtiger Schritt auf dem Weg zu einem möglichen schmerzfreien Leben. Aus diesem Grund wird ein speziell entwickeltes SCS-Testsystem angeboten, mit dem man selbst herausfinden kann, ob diese Behandlung die geeignete Lösung ist.

Welche Schmerzarten können mit einer SCS behandelt werden?

Hauptanwendungsbereich für eine SCS sind „neuropathische“, also nervenbedingte Schmerzen, deren ursprüngliche Ursache nicht mehr behoben oder manchmal sogar nicht einmal gefunden werden kann. Die SCS wird u. a. mit großem Erfolg bei diesen Indikationen angewendet:

- Rückenschmerzen, z. B. nach erfolglosen Voroperationen der Wirbelsäule
- in die Beine ausstrahlende Schmerzen und Missempfindungen
- Schmerzen durch Polyneuropathie, z. B. bei Diabetes Typ II
- CRPS (früher „Morbus Sudeck“) nach Verletzungen und Knochenbrüchen an Fuß oder Hand
- Schmerzen durch periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK, „Schaufensterkrankheit“)

Spürt man die Rückenmarkstimulation?

Die WaveWriter Alpha-Technologie von Boston Scientific bietet mit ihren verschiedenen Wellenformen die Möglichkeit, den Schmerzreiz entweder durch ein wahrnehmbares Kribbeln zu beeinflussen oder aber durch eine Stimulation unterhalb der Wahrnehmungsschwelle. Auch eine Kombination verschiedener Stimula-

tionsmodi ist möglich. Je nach verwendetem System verfügen die unter die Haut implantierten Impulsgeber entweder über eine Batterie mit einer Laufzeit von bis zu fünf Jahren oder können bequem per Induktion aufgeladen werden.

Welche Vorteile hat die SCS?

Da eine vorherige Testung stattfindet, wird das WaveWriter Alpha-System von vornherein nur dann implantiert, wenn ein guter Erfolg erwartet werden kann. Etwa 80 Prozent der Patienten verspürten einen solchen Rückgang ihrer Beschwerden, dass sie nach einiger Zeit auf zusätzliche Schmerzmittel verzichten oder ihre Dosis reduzieren konnten.¹ Dabei verbesserte die SCS ebenfalls die Fähigkeit, alltägliche Aktivitäten wie Arbeit, Kochen oder Hobbys auszuführen.² So empfehlen 95 Prozent der Patienten diese Therapie weiter.³ In Deutschland wird dieser Eingriff in ca. 200 Krankenhäusern angeboten und die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

Erfahren Sie, ob diese Therapie auch für Sie infrage kommt!

Nutzen Sie den Fragebogen unter www.schmerz-spezialisten.de oder sprechen Sie Mo. – Fr. von 10 – 16 Uhr sofort persönlich und kostenfrei mit einem Schmerzexperten unter der Rufnummer 0800/50044111.



1. British Pain Society. Pain in Europe – A Report. <http://www.britishpainsociety.org/Pain/%20in%20Europe%20survey%20report.pdf>. Abger. Dez. 2012 / 2. Wallace M. et al., COMBO RCT: Combining Mechanisms for Better Outcomes, NANS 2022 (N = 59 at 24 months post implant). / 3. Thomson, S. J., Kruglov, D. and Duarte, R. V. (2017), A Spinal Cord Stimulation Service Review From a Single Centre Using a Single Manufacturer Over a 7.5 Year Follow-Up Period. Neuromodulation: Technology at the Neural Interface, 20: 589-599. doi:10.1111/ner.12587. (N = 321)

Ergebnisse aus verschiedenen klinischen Untersuchungen sind nicht direkt vergleichbar.

Die Informationen werden nur zu Bildungszwecken bereitgestellt. Dieses Material dient nur zu Informationszwecken und ist nicht für medizinische Diagnosen gedacht. Diese Informationen stellen keine medizinische oder rechtliche Beratung dar, und Boston Scientific gibt keine Zusicherung hinsichtlich des medizinischen Nutzens dieser Informationen. Boston Scientific empfiehlt nachdrücklich, dass Sie in allen Fragen, die Ihre Gesundheit betreffen, Ihren Arzt konsultieren.

VORSICHT: Laut Gesetz dürfen diese Geräte nur von einem Arzt oder auf ärztliche Anordnung verkauft werden. Indikationen, Kontraindikationen, Warnhinweise und Gebrauchsanweisungen finden Sie auf dem Produktetikett, das jedem Gerät beiliegt, oder unter www.ifu-bsci.com. Die gezeigten Produkte dienen nur zur Information und sind möglicherweise in bestimmten Ländern nicht zugelassen oder zum Verkauf bestimmt. Dieses Material ist nicht für die Verwendung in Frankreich bestimmt.

2023 Copyright © Boston Scientific Corporation oder ihre Tochtergesellschaften. Alle Rechte vorbehalten.



BIOLOGISCHE REGENERATION

ACT, Stammzellen und Co.

Nach einer Erkrankung oder Verletzung ist unser Körper bis zu einem gewissen Grad in der Lage, betroffene Strukturen zu ersetzen. Deutlich wird dies etwa daran, dass Knochen nach Frakturen wieder zusammen-

wachsen. Mit der regenerativen Medizin ist eine eigene Fachrichtung entstanden, die sich auf die Nutzung dieses Potentials spezialisiert hat. Dabei geht es darum, Gewebe zu schaffen, dessen biologische Eigenschaf-

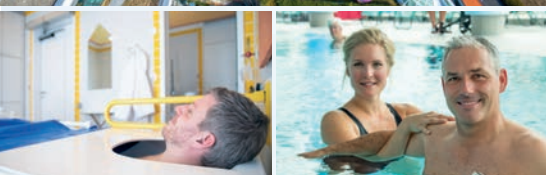
ten denen von gesundem Gewebe vergleichbar sind. Der Vorteil besteht darin, dass es sich ausschließlich um körpereigene Zellen handelt und Abstoßungsreaktionen somit ausgeschlossen sind.



Siblyllenbad in Bad Neualbenreuth Schmerzlinderung durch Radontherapie

Seit über 30 Jahren wird die Radon-Kohlensäure-Kombinationstherapie zur lang anhaltenden Schmerzlinderung bei rheumatischen und Wirbelsäulenerkrankungen eingesetzt. Angezeigt ist die Therapie bei allen Formen rheumatischer Erkrankungen, Morbus Bechterew, Fibromyalgie sowie Nervenschädigungen wie beispielsweise Polyneuropathie.

- Badeärztliche Betreuung
- Krankengymnastik, Massagen, Übungbehandlungen im Bewegungsbad ...
- Bäder- und Naturfango-Abteilung
- Heilwasser-Badelandschaft mit 34 -36° C warmen Becken
- Wellnesslandschaft mit acht unterschiedlichen Saunen und orientalischem BadeTempel



Siblyllenbad
im Oberpfälzer Wald



Der therapeutische Einsatz körpereigener Zellen ist inzwischen zu einem wichtigen Bestandteil der modernen Orthopädie geworden. Zu den möglichen Verfahrensweisen gehören die sogenannte autologe Chondrozytentransplantation (ACT), Behandlungen mit Stammzellen und Eigenblutplasma sowie das sogenannte Tissue Engineering.

Autologe Chondrozytentransplantation (ACT)

Die autologe Chondrozyten(Knorpelzell)transplantation eignet sich zur Behandlung von partiell geschädigtem Gewebe, vor allem am Knie, seltener auch im Bereich von Schulter, Hüfte, Ellenbogen oder Sprunggelenk. Voraussetzung für ihre Anwendung ist, dass größere Teile des Gelenks über eine funktionierende Knorpelfläche verfügen und einer der Gelenkpartner intakt geblieben ist.

Zunächst wird im Rahmen eines minimalinvasiven Eingriffs eine geringe Menge körpereigener Knorpelzel-

len entnommen und anschließend über einen Zeitraum von zwei bis vier Wochen in einer Nährlösung vermehrt. Die so gewonnene Knorpelsubstanz wird danach in einem zweiten Eingriff – ebenfalls minimalinvasiv – mithilfe einer Matrix in den Defekt eingebracht, an dem zuvor stark geschädigte Knorpelbereiche ent-

fernt wurden. Im Anschluss an die OP beginnt die Rehabilitation mit einer Motorbewegungsschiene unter Entlastung des Gelenks. Da die neuen Knorpelzellen zunächst noch nicht die Festigkeit und Zähigkeit des ursprünglichen Knorpels besitzen, ist das Gelenk frühestens nach sechs Wochen wieder teilweise belastbar. Die volle Belastbarkeit ist erst nach sechs Wochen einigermaßen wiederhergestellt. Erfahrungsgemäß ist der neue Knorpel nach einem Jahr vollständig ins Gelenk integriert. Wie aus Untersuchungen hervorgeht, gelingt es mithilfe der ACT in etwa drei Viertel der Fälle, die Struktur des Gelenkknorpels annähernd zu regenerieren.



Therapie mit Stammzellen

Die Möglichkeit, adulte, also Stammzellen zur Regeneration von Knorpel, Knochen, Sehnen, und Bändern zu nutzen, wird in der orthopädischen Chirurgie bereits seit einiger Zeit genutzt. Die wichtigste Rolle spielen dabei die sogenannten mesenchymalen Stammzellen (MSC). Diese besitzen ein großes Differenzierungspotential und können sich in knorpel-, knochen- und fettartige Zellen verwandeln. Gewonnen werden mesenchymale Stammzellen hauptsächlich aus Knochenmark und Fettgewebe. Verwendet werden sie, um Knochen- und Knorpeldefekte, Pseudoarthrosen, Osteoarthrosen und Sehnenpathologien zu behandeln. Um Stammzellen aus Knochenmark zu gewinnen, wird zunächst eine kleine Menge Knochenmark aus dem Beckenkamm entnommen und anschließend zentrifugiert. Das so entstandene Konzentrat wird danach auf eine Trägersubstanz übertragen und an der vorgesehenen Stelle appliziert. Je nach Einsatzort differenzieren sich die Zellen aus und bilden neues Gewebe. Entsprechende Verfahren werden sowohl in der Zahnmedizin eingesetzt, etwa zum Knochenaufbau vor einer Implantatversorgung, oder auch zur Behandlung von Pseudoarthrosen, Hüftkopfnekrosen oder Sehnenpathologien. Darüber hinaus lassen sich therapeutische Effekte vielfach auch durch Stammzellen erzielen aus Fettgewebe erzielen. Hauptanwendungsbereiche sind Gelenkarthrosen und Wundheilungsstörungen.

Plättchenreiches Plasma (PRP)

Plättchenreiches Plasma lässt sich zur Behandlung einer Arthrose im frühen Stadium, aber unter anderem auch bei Sehnenverletzungen, Muskelfaserrissen so-



wie Tennis- und Golferellenbogen einsetzen. Seine Wirkung beruht auf den in den Blutplättchen (Thrombozyten) enthaltenen Wachstumsfaktoren, die unserem Körper dazu dienen, Verletzungen und Entzündungen zu heilen. Bereits einige ml Blut, die in wenigen Minuten in einer Zentrifuge aufbereitet werden, reichen aus, um das für eine Therapie benötigte PRP zu gewinnen. Dieses wird anschließend in die betroffenen Körperareale injiziert. Eine schmerzstillende Wirkung soll nach etwa vier Wochen eintreten, aber danach noch deutlich länger andauern.

Studien haben ergeben, dass sich ein solcher Effekt auch bei der Bekämpfung von Bandscheibenschmerzen erreichen lässt.

Tissue Engineering

Als Tissue Engineering bezeichnet man die Gewebezüchtung im Labor zu Therapie- oder Forschungszwecken. Dabei wird das Ziel verfolgt, Gewebeschäden durch körpereigenes Zellmaterial zu beheben und dem Patienten eine sehr in-

dividuelle Behandlung zu ermöglichen und Abstoßungsreaktionen zu vermeiden. Neben Knorpelgewebe lassen sich auf diese Weise auch Blutgefäße und Herzklappen züchten. Auch in der rekonstruktiven Chirurgie, etwa bei der Behandlung von Patienten mit Verbrennungen, spielt Tissue Engineering inzwischen eine wichtige Rolle.

Med SSE System

GmbH
Alfred von der Lehr



Tampons bei Inkontinenz

Für mehr Freiheit und Lebensqualität

Unsere Tampons überzeugen durch:

- ✓ Zuverlässigkeit
- ✓ Einfache Selbstanwendung
- ✓ Optimalen Tragekomfort
- ✓ Keine Geruchsbildung
- ✓ Kostenübernahme durch Krankenkassen
- ✓ Normale Blasen- und Stuhlentleerung

rezeptier-
fähig

Für GRATIS-Informationen bitte ankreuzen und Anzeige an uns senden:

Bei Blasenschwäche

☐ **Contam**

Bei Stuhlinkontinenz

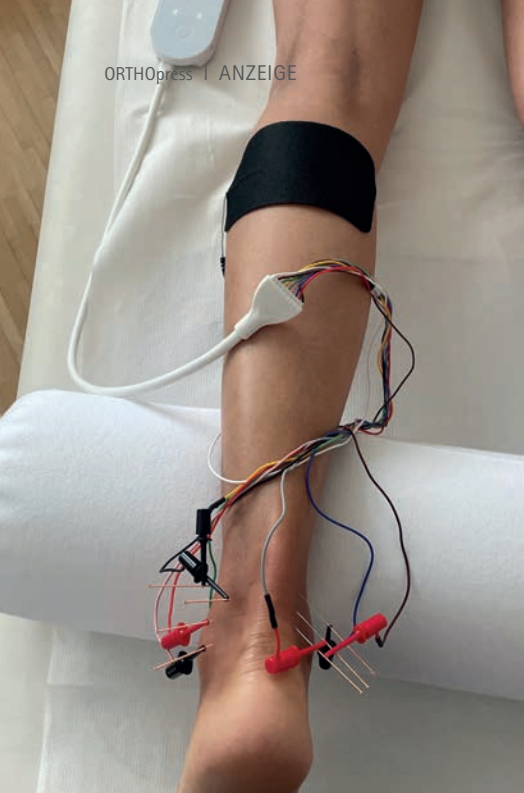
☐ **A-Tam**

**Fordern Sie noch heute
GRATIS-Informationen an:**
Tel. 0911 / 790 88 06

Bestelladresse:
MED SSE System GmbH
Herderstraße 5-9, 90427 Nürnberg
Tel. 0911 / 790 88 06
info@medsse.de

Mehr Informationen über unsere Produkte
und zum Thema Inkontinenz finden Sie
auf unserer Homepage unter:

www.medsse.de



Behandlung mit der PBCS (Axomera® Therapie)

JEDER SCHRITT SCHMERZT

AXOMERA: SCHNELLE UND EFFEKTIVE THERAPIE VON MUSKELVERLETZUNGEN IN DER SPORTMEDIZIN

von Dr. med. Philipp Schröder

Die anschließende MRT-Untersuchung (Bild 1) zeigt einen Muskelfaserriss mit Einblutungen des Musculus soleus („Schollenmuskel“, dieser Muskel liegt hinter der Achillessehne und ist u.a. dafür notwendig, den Fuß nach unten zu ziehen [Plantar Flexion]).

Die Achillessehne ist intakt und unverseht – das zumindest lässt die Patientin aufatmen: „Die Achillessehne ist nicht gerissen“, teile ich der Patientin mit, welche sichtlich erleichtert ist.

Die Beschwerden sind also auf einen Muskelfaserriss eines Wadenmuskels zurückzuführen. In diesen Fällen (Weichteilverletzungen von Muskeln, Sehnen oder Bändern) kommt in unserer Praxis regelmäßig die Axomera® Therapie zum Einsatz. Dabei werden feine Sonden in den Gewebsdefekt eingebracht. Auf Grund der Bildgebung sind wir in diesem Fall in der Lage, die Sonden sicher und präzise in und an den Muskelfaserriss zu

platzieren (Bild 2). Im Anschluss wird ein individuell geplantes elektrisches Feld über ein Mikroprozessor-gesteuertes Gerät direkt im Gewebsdefekt erzeugt. Dieses elektrische Feld vermittelt eine Reduktion der akuten Entzündung und unterstützt körpereigene regenerative Prozesse der Geweberegeneration. Damit soll erreicht werden, dass der Muskeldefekt schnell und narbenfrei ausheilen kann.

Insgesamt wurde die Patientin 2 x behandelt. Aus ihrem Urlaub sendete sie uns folgendes Feedback:

„Ich war wegen sehr starker Schmerzen im Fersenbereich bei Dr. Philipp Schröder in Behandlung. Das Praxis-Team empfing mich sehr freundlich und zuvorkommend (bin einfach spontan ohne Termin dorthin, was ja oft schwierig ist) und ich hatte keine Wartezeit und kam direkt dran. Dr. Philipp Schröder reagierte schnell, schickte mich noch am selben Tag ins MRT und stellte die Diagnose Muskelfaserriss. Er empfahl mir u.a. die Axomera Therapie und bereits nach der ersten Behandlung verspürte ich eine deutliche Besserung. Am nächsten Tag war der Knöchel schon deutlich weniger geschwollen und die Schmerzen waren fast verschwunden. Ich bin begeistert!!“



MRT der rechten Achillessehnen-Region

Morgens 9 Uhr: in der Notfallsprechstunde betritt eine junge Patientin mit Gehhilfen humpelnd die Praxis. Sie klagt über stärkste Schmerzen in der Achillessehnen-Region, nachdem Sie am Vortag über ein Hindernis gestolpert sei.

„Herr Doktor – bitte helfen Sie mir! Wir fliegen in wenigen Tagen in den Urlaub – da muss ich wieder laufen können!“

Die körperliche Untersuchung zeigt eine deutliche Rötung und Schwellung im Bereich der rechten Achillessehne. Dort ist auch das gesamte Gewebe besonders druckschmerzhaft. Ein orientierende Ultraschalluntersuchung der Achillessehne zeigt selbige intakt. Auf Grund der akuten Symptome entschließen wir uns zu einer weiteren Bildgebung.

► OCS-Düsseldorf
Dr. med. Jörg Olschinka
Dr. med. Michael Marquardt
Friedrichstrasse 2 · 40217 Düsseldorf
Tel.: 0211 / 31114850
info@ocs-duesseldorf.de
www.ocs-duesseldorf.de

► Orthopädie am Berliner Tor
Dr. med. W. Thomas Eppe
Michael von Abercron
Berliner-Tor-Platz 1A · 46483 Wesel
Tel.: 0281 / 164 46 90
praxiseva@gmail.com
www.orthopaediezentrum-wesel.de

► Ärztgemeinschaft Böwing
Molsberger
Prof. Dr. med. Albrecht Molsberger
Kasernenstr. 1b · 40213 Düsseldorf
Tel.: 0211 / 866 88-0
molsberger@boewing-molsberger.de
www.boewing-molsberger.de

► Praxis für Ursachenmedizin
Florian Sängner
Facharzt Allgemeinmedizin
Lönsstr. 53 · 42289 Wuppertal
Tel.: 0202 / 89 83 8117
info@privatpraxis-saenger.de
www.privatpraxis-saenger.de

axomera

- ▶ Arzt für Allgemeinmedizin
Dr. med. Hein Reuter
Höhestr. 19
61348 Bad Homburg v. d. Höhe
Tel.: 06172 / 68 52 80
praxis@heinreuter.de
www.heinreuter.de
- ▶ Privatpraxis für Orthopädie
Dr. med. Bernd Loßdörfer
Heinrich-Lanz-Str. 14
68165 Mannheim
Tel.: 0621 / 12 50 86 96
info@ortho-time.de
www.ortho-time.de
- ▶ Facharzt für Orthopädie
Ulrich Hannemann
Adlerstraße 14
72461 Albstadt-Tailfingen
Tel.: 07432 / 983 77 60
hallo@praxis-hannemann.de
www.osteozentrum-albstadt.de
- ▶ Dr. Beatrix Schweiger
Fabrik Sonntag 5B
79183 Waldkirch
Tel.: 07681 / 494 81 23
praxis@schweiger-waldkirch.de
www.schmerztherapie-schweiger.de
- ▶ Praxis für Orthopädie Dr. Lendle
Rietstrasse 14
78050 Villingen-Schwenningen
Tel.: 07721 / 84 48 30
info@dr-lendle.de
www.dr-lendle.de
- ▶ Privatpraxis für Orthopädie
Dr. med. Gisela Wagner
Bertoldstraße 49
79098 Freiburg
Tel.: 0761 / 217 21 64
www.ortho-wagner.de
info@ortho-wagner.de
- ▶ Fachärzte für Orthopädie & Unfallchirurgie
Dr. med. Boris Kornetzky
Dr. med. Florian Bodrogi
Naupliaallee 8 · 85521 Ottobrunn
Tel.: 089 / 609 70 64
info@orthopaede-ottobrunn.de
www.orthobrunn.de
- ▶ Orthopädisches Kompetenzzentrum Würmtal
Dr. A.Graeb, Dr. H.-J. Fischer & Kollegen
Germeringer Straße 5
82131 Gauting
Tel.: 089 / 850 60 00
info@orthopaedie-wuermtal.de
www.orthopaedie-wuermtal.de
- ▶ Orthopädie Dr. Beger & Dr. Behrendt
Dr. med. Christian Behrendt
Lindenstr. 12 · 83395 Freilassing
Stieglstr. 7A · 5020 Salzburg
Tel.: 08654 / 23 94
www.orthopaedie-freilassing.de

axomera

Rückenschmerzen kommen oft vom falschen Sitzen !



*Unterlagen
anfordern
kostet nichts!*



*...oder einfach direkt online bestellen
www.relaxsessel-kaufen.de*



- ✓ viele Farben erhältlich
- ✓ Leder, Kunstleder, Stoff
- ✓ ergonomisch gutes Sitzen
- ✓ Fußstütze/Rückenlehne unabhängig verstellbar
- ✓ mit und ohne Massage/Wärme
- ✓ elektrisch oder manuell einstellbar!



SL MEDIZINTECHNIK GmbH

Im Langen Feld 4
71711 Murr

Tel. 07144-85600

info@sesselzentrale.de

SESSELZENTRALE®



www.sesselzentrale.de

Komfort und Lebensfreude im dritten Lebensabschnitt

Das Wohnstift Mozart

Eine schönere und angenehmere Lage kann man sich kaum ausmalen: Mitten im reizvollen Berchtesgadener Land, eingebettet in eine traumhafte Landschaft, liegt das Wohnstift Mozart. Ausgestattet mit dem höchsten Komfort gehört es zu den besten Seniorenresidenzen in Deutschland. Ein passender Ort für Menschen, die ihren dritten Lebensabschnitt sorgenfrei genießen möchten.

Wer sich von den lästigen Verpflichtungen des Alltags befreien, andererseits aber seine Freizeit gerne aktiv gestalten und die unterschiedlichsten sportlichen, kulturellen und auch kulinarischen Angebote wahrnehmen möchte, dessen Wünsche werden hier erfüllt.



Individuelle Behaglichkeit und Sicherheit

Umsorgt von freundlichen Mitarbeitern und mit der Gewissheit, auch im Krankheitsfall bestens betreut zu sein, herrschen hier die idealen Voraussetzungen, um ein selbstbestimmtes, unabhängiges und sicheres Leben zu führen. Jeder findet hier seine passende Wohnung. Das Angebot reicht vom gemütlichen 1-Zimmer-Appartement bis zur großzügigen 4-Zimmer-Wohnung. Sämtliche Wohnungen besitzen eine Balkonloggia oder Terrasse. Außerdem umfasst die Ausstattung eine moderne Einbauküche, Dusche/WC, TV-Kabelanschluss, Internetzugang, Telefon sowie Notruf- und Viltaste. Der hervorragende Service und die Möglichkeit, seine Wohnung nach eigenem Geschmack einzurichten, sorgen dafür, dass man sich schnell heimisch fühlt. Zu den Basisleistungen gehören die wöchentliche Wohnungsreinigung, eine Telefonflatrate und ein tägliches Mittagsmenü, das auf Wunsch

auch in der eigenen Wohnung eingenommen werden kann. Die Bewohner genießen somit ein Maximum an Komfort und Privatsphäre und haben zugleich die Gewissheit, dass sie im Bedarfsfall jederzeit die nötige Unterstützung bekommen, wenn es zum Beispiel um das Ausfüllen eines Antrags oder die Pflege im Krankheitsfall geht. Die angebotenen Serviceleistungen umfassen darüber hinaus Hilfe im Haushalt, Fahrdienste, begleitete Arztfahrten, Handwerkerdienste und vieles mehr. Als Ansprechpartner dient die 24 Stunden lang besetzte Rezeption.



Alles ist bequem erreichbar

Sämtliche Einrichtungen des Hauses sind bequem mit dem Lift erreichbar. Es gibt eine Ladenzeile mit Optiker, Hörgeräteservice, Bankfiliale, Friseur und Lebensmittelladen. Zudem einen eigenen Gesundheits- und Wellnessbereich mit Sauna, Hallenbad, Sole-Dampfbad, Fitnessstudio und Gymnastikraum, dessen Benutzung für die Bewohner inklusive ist. Aber auch wer seine Freizeit gerne im Freien verbringt, kommt voll auf seine Kosten. Die Wege um das Wohnstift sind flach, sodass man dort mühelos wandern oder Rad fahren kann. Für intensivere Bergwanderungen oder Skifahren im Winter bieten sich die nahe gelegenen Alpen mit ihren zahlrei-

chen Almen und Berggipfeln an. Tagesausflüge, zum Beispiel an den Königssee oder nach Bad Reichenhall, lassen sich mit dem eigenen Pkw, dem Hausbus oder öffentlichen Verkehrsmitteln problemlos durchführen.

Geselligkeit wird ganz groß geschrieben

Niemand braucht sich im Wohnstift Mozart allein zu fühlen, denn Geselligkeit wird ganz groß geschrieben. Es gibt zahlreiche Veranstaltungen, Gesprächsrunden und Kurse, darüber hinaus Konzerte im Mozartsaal oder elegante Abendveranstaltungen im Restaurant des Hauses, die Gelegenheiten bieten, mit netten Menschen in Kontakt zu kommen und gleichgesinnte Gesprächspartner zu finden. Ein besonderes Highlight sind die gemeinsamen Fahrten in die Festspielstadt Salzburg. Für die Bewohner werden vom Haus nicht nur Eintrittskarten für die Festspiele oder Abonnementreihen, sondern auch der passende Zubringerdienst organisiert.

Wer Fragen zu den attraktiven Wohnmöglichkeiten im Wohnstift Mozart hat, kann gerne telefonisch oder auf unserer Internetseite Auskunft erhalten.



► Weitere Informationen unter:

Wohnstift Mozart
Salzstraße 1
83404 Ainring-Mitterfelden / Obb.
Tel.: 08654 / 577-0
info@wohnstift-mozart.de
www.wohnstift-mozart.de



RÜCKENSCHMERZEN, CHRONISCHE KOPFSCHMERZEN UND MIGRÄNE DURCH ZAHN- UND KIEFERFEHLSTELLUNGEN?

Verspannungen mit Dental Body Balancing endlich wegbekommen

Viele Erwachsene kennen dieses Gefühl: Ständig sind die Muskeln in Nacken, Schulter und Rücken verspannt. Unzählige Besuche von Physiotherapeuten und Sporttreiben konnten das bisher nicht lösen. Könnte es vielleicht an einer Fehlstellung des Unterkiefers liegen? Auf die Behandlung von solchen chronischen Schmerzen und Verspannungen hat sich der Frankfurter Zahnarzt P. Tomovic spezialisiert. Er bietet mit Dental Body Balancing eine in ihrer Einfachheit und Wirksamkeit einzigartige, innovative Behandlungsmethode an.

Bereits kleinste Fehlstellungen im Kiefer können zu Verspannungen führen. Kaumuskeln, die in der Ruhephase entspannt sein sollten, bleiben rund um die Uhr angespannt. So, als ob man 24 Stunden am Tag an einem Lenkrad ziehen müsste, weil das Auto nicht gerade in der Spur fährt. Nach drei Stunden ist man schon sehr verspannt. Wenn ein solcher Zustand keine Unterbrechung kennt, wird es schnell unerträglich. Über Faszien, Muskelketten und Wirbelsäule ist die Kiefermuskulatur eng mit der Muskulatur des Nackens, der Schultern und dem Schädel verbunden. Sogar bis zum Becken, zu den Knien und zu den Füßen, durch einen sogenannten „Domino-Effekt“. So kann eine Kieferfehltstellung wortwörtlich überall im Körper zu Beschwerden führen.

Doch wie entstehen solche Dysbalancen überhaupt? Dental-Body-Balancing-Experte P. Tomovic erklärt: „Der menschliche Kauapparat ist der stärkste Muskelverbund im Körper, aber auch so sensibel, dass er sofort merkt, wenn das kleinste Haar sich zwischen zwei Zähnen befindet. Besteht beispielsweise durch Unterkieferfehltellungen, Zähneknirschen oder nach einer kieferorthopädischen oder zahnärztlichen Behandlung (z.B. durch zu hohe oder zu tiefe

Zahnfüllungen, Kronen oder Brücken) ein Ungleichgewicht im Kiefer, weil die Zahnreihen nicht exakt aufeinandertreffen, versucht die Muskulatur dies auszugleichen. Dieser automatische Ausgleichsmechanismus des Körpers läuft für die Betroffenen meist unbewusst ab. Bei zu starken Normabweichungen der Kieferzentrik oder durch zu starke Bissenkung, die z.B. durch Zähneknirschen in ausgeprägten Stresssituationen entstehen kann, funktioniert der Ausgleich nicht mehr richtig und es kommt zu Beschwerden.“ Neben den typischen schmerzhaften Verspannungen im Nacken und Rücken kann es auch zu Symptomen wie Kopfschmerzen, Migräne, Schwindel, Ohrgeräuschen (Tinnitus) oder Sehstörungen kommen. Selbst Gleichgewichtsverlust, Schlafstörungen und sogar Knie- oder Fußschmerzen haben häufig ihre Ursache darin. „Erst kürzlich sagte eine Patientin zu unserer großen Freude: ‚Ich hätte Herrn Tomovic alles geglaubt, aber nicht, dass ich nach 40 Jahren meine Migräne loswerde.‘“

Dental Body Balancing – eine einfache, neue Therapie mit erstaunlicher Wirkung

„Nach einer entsprechenden Diagnose ist

es therapeutisch wichtig, eventuelle Fehlstellungen zu korrigieren. Nur so kann eine langfristige Beschwerdefreiheit erzielt werden“, betont P. Tomovic. „Bevor man die einzig richtige Position des Unterkiefers bestimmen kann, müssen wir allerdings die bestehenden Muskelverspannungen auflösen“, ergänzt er. Nicht teure Messgeräte sind für den Behandlungserfolg wichtig, sondern die richtige, unkomplizierte Vorgehensweise. Das ist ein völlig neuer Behandlungsansatz.

Mit dem Body Balancer, einer individuell angefertigten Zahnschiene, werden die Kiefergelenke und die Muskulatur entlastet. Nachdem sich die Entspannung im Kiefer- und Mundbereich bemerkbar macht, werden nach und nach auch die anderen mitbeteiligten Strukturen des Bewegungsapparates gelockert. Nacken, Schulter, Rücken, Becken usw. „Der erste Schritt ist immer, festzulegen, ob da

Hilfe nötig und auch möglich ist. Am besten einen Termin ausmachen und sich untersuchen lassen. So können gezielt alle Fragen beantwortet werden.“



Der Zahnarzt und Zahntechniker P. Tomovic, Ästhetische Zahnheilkunde in Frankfurt Westend, hat sich unter anderem auf die Behandlung von Dysbalancen durch Kieferfehltellungen spezialisiert.

Die Zahnschienenbehandlung, genannt „Body Balancer“

Bei dem Body Balancer handelt es sich keinesfalls um eine reine „Knirscherschiene“, die nur das schädliche Zähneknirschen verhindern soll. Der Body Balancer wird aus hochwertigem, speziell für die Zahnmedizin zugelassenem Kunststoff individuell angefertigt. Nach Entspannungsübungen erfolgt eine Vermessung der richtigen Unterkieferposition. Daraus wird der Balancer mit einem hochmodernen Verfahren hergestellt. Die Balancer-Schiene soll in der Anfangszeit so häufig wie möglich getragen werden, auch nachts. Zum Essen kann sie abgelegt werden. Die Schiene ist so konzipiert, dass man sie kaum merkt und dass man sich ganz normal damit unterhalten kann. Nach mindestens 30 Tagen Tragezeit sollen Ober- und Unterkiefer zu einer optimalen Bissposition gefunden haben und der Rest des Körpers sich an die neue Position gewöhnt haben.



Zahnarzt P. Tomovic

Ästhetische Zahnheilkunde
in Frankfurt Westend
Bettinastraße 35 – 37
60325 Frankfurt am Main
Tel.: 069 / 90 74 48 00
www.zahnarzt-frankfurt-tomovic.de

Schmerzfrei dank High-Tech-Methoden: Wie Stoßwellentherapie und Elastografie bei chronischen Schmerzen neue Hoffnung bringen

SCHMERZINSTITUT
MÜNCHEN

Prof. Bauermeister ist ein herausragender Pionier und Forscher auf dem Gebiet der Triggerpunkt-Therapie und hat sich insbesondere auf die Behandlung von therapieresistenten chronischen Schmerzen spezialisiert. Er hat maßgeblich dazu beigetragen, dass die Triggerpunkt-Stoßwellen-Therapie sowie die repetitive periphere Magnetstimulation mit dem Super Inductive System SIS heute als wirksame Therapiemethoden angewendet werden.

Die Ultraschall-Elastografie

Durch seine Arbeit konnte Prof. Bauermeister auch zeigen, dass die Ultraschall-Elastografie ein wertvolles diagnostisches Instrument zur Untersuchung von chronischen Schmerzen des Bewegungsapparates ist. Durch diese Technik können die häufigste Schmerzursache – entzündete Triggerpunkte – genau lokalisiert werden.

Psychischer Schmerz

Eine wichtige Erkenntnis von Prof. Bauermeister ist, dass chronische Schmerzen des Bewegungsapparates eine körperliche Ursache haben und dass die Psyche darunter leidet, die Psyche aber nicht die Ursache der Schmerzen ist. Diese Erkenntnis hat zur Folge, dass die Behandlung von chronischen Schmerzen nicht nur auf die Linderung der Schmerzen abzielt, sondern auch auf die Verbesserung der psychischen Gesundheit der betroffenen Person.

Therapieoptionen

Die Triggerpunkt Stoßwellen Therapie und die repetitive periphere Magnetstimulation (rPMS) sind zwei innovative Therapiemöglichkeiten, die von Prof. Bauermeister erforscht wurden. Beide Therapiemethoden haben sich als besonders wirksam



Prof. Bauermeister erklärt die Bedeutung der entzündeten Triggerpunkte (rot-braun) für die Entstehung und Aufrechterhaltung chronischer Schmerzen. Die Ultraschall-Elastografie ist eine fortschrittliche Technik, die es ermöglicht, Triggerpunkte im Körper zu identifizieren, die auf andere Weise schwer zu finden wären. Triggerpunkte sind verhärtete Knoten in den Muskeln und Faszien, die Schmerzen und Beschwerden verursachen können. Durch Erstarren können diese Triggerpunkte oft nicht gefunden werden, da sie tief im Gewebe liegen oder unter harten darüberliegenden Gewebeschichten verborgen sind. Sind die Triggerpunkte erst einmal gefunden, ist ihre Behandlung mit fokussierten Stoßwellen oder dem SIS erfolgversprechend.

bei der Behandlung von therapieresistenten chronischen Schmerzen erwiesen. Sie können Schmerzen reduzieren, Entzündungen lindern und die Regeneration des Gewebes fördern, was eine verbesserte Lebensqualität für Patienten mit chronischen Schmerzen bedeutet. Darüber hinaus sind beide Therapien nicht-invasiv und haben keine Nebenwirkungen.

Erfolgreiche Kombination

Durch diese Therapien in Verbindung mit der Ultraschall-Elastografie konnte Prof. Bauermeister bereits vielen Menschen mit

chronischen Schmerzen helfen, die auf herkömmliche Therapien nicht angesprochen hatten. Durch die präzise Lokalisierung entzündeter Triggerpunkte konnte die Behandlung gezielt auf die betroffenen Stellen gelenkt werden und somit eine Linderung der Schmerzen erzielen.

Insgesamt hat die Arbeit von Prof. Bauermeister gezeigt, dass die Triggerpunkt-Therapie und die Ultraschall-Elastografie eine vielversprechende Option zur Behandlung von therapieresistenten chronischen Schmerzen des Bewegungsapparates darstellen und dass eine

ganzheitliche Behandlung, die sowohl körperliche als auch psychische Aspekte berücksichtigt, erfolgversprechend ist.



Prof. Wolfgang Bauermeister



SCHMERZINSTITUT MÜNCHEN

Prof. (Univ. Charkiv, Ukraine) Dr. med. Wolfgang Bauermeister · Toni-Schmid-Straße 45 · 81825 München · Tel.: 089 / 42 61 12 · kontakt@schmerzinstitut.de · www.schmerzinstitut.de



Die Praxis am Volksgarten

Dr. med. Achim Horstmann · Mergelstraße 47a · 46119 Oberhausen · Tel.: 0208 / 610 66 11 · volksgartenpraxis@telemed.de · www.volksgartenpraxis.de



Privatpraxis für Physikalische Schmerztherapie

M. Sc. Samuel Lindner, B.A. · Plantagenstraße 3 · 08371 Glauchau · Tel.: 03763 / 41 78 63 · info@schmerzfrei-und-vital.de · www.schmerzfrei-und-vital.de

DIE DREI CAROTINOIDE LUTEIN, MESO-ZEAXANTHIN UND ZEAXANTHIN BILDEN DAS MAKULAPIGMENT UND NEHMEN EINFLUSS AUF UNSERE SEHKRAFT.

Die Makula weist die höchste Dichte an Zeaxanthin, meso-Zeaxanthin und Lutein auf. Diese Makulapigmente bestimmen die Anzahl der Fotorezeptoren – im Idealfall etwa 200.000 pro mm². Nehmen ihre Funktion und Dichte ab, kommt es zu verminderter Sehschärfe und auch die Lichtunterschiedsempfindlichkeit (LUE) geht zurück.

Sinkt die Anzahl der Rezeptoren unter 20.000 pro mm², kann die Lesefähigkeit eingeschränkt sein. Buchstaben können dann nicht mehr auseinandergehalten werden und das Kontrastsehen leidet. Eine hohe Makulapigmentdichte, d. h. eine hohe Konzentration an in der Netzhaut angereicherten Carotinoiden ist daher wünschenswert, um Schädigungen der Netzhaut, die wir im Laufe des Lebens erleiden, einzuschränken.

Eine hohe Makulapigmentdichte hat viele positive Effekte

Neben einer starken antioxidativen Wirkung schützen die Makulapigmente das Auge insbesondere vor blauem Licht: Diese kurzwelligigen Bestandteile des sichtbaren Lichts werden auch HEV (High Energy Visible Light) genannt und begünstigen vorzeitiges Altern unserer Netzhaut – nicht nur durch die Lichtenergie, sondern zusätzlich durch die Freisetzung des „Stresshormons“ Cortisol, welches in hohen Konzentrationen die Gefäße der Aderhaut brüchig und porös werden lässt. Aber nicht nur die Sonne, auch die Bildschirme moderner Smartphones und Tablets sind eine starke Blaulichtquelle! Die Carotinoide Zeaxanthin, meso-Zeaxanthin und Lutein sind daher doppelt wichtig: Sie sorgen nicht nur für die Sehschärfe, sondern schützen wie eine innere Sonnenbrille vor den Folgen des UV-Lichts.

Der Körper kann Lutein und Zeaxanthin nicht selbst herstellen!

Deshalb müssen wir Carotinoide über die Nahrung aufnehmen. Lutein und Zeaxanthin sind zumeist in pflanzlicher Nahrung enthalten, meso-Zeaxanthin z. B. in Haut und Fleisch von Forellen. Reicht die Versorgung über die Ernährung nicht aus, so kann auch eine entsprechende Nahrungsergänzung zum Einsatz kommen. Tipp: Die Makulapigmentdichte kann bei Bedarf vom Augenarzt oder vom Optiker bestimmt werden!

So viel mg Carotinoide enthalten pro 100g:

Karotten 7,9

Petersilie 3,5

Aprikosen 5,3

Fenchel 4,4

Honigmelone 3,0



WIE SEHEN SIE IN ZUKUNFT?

Lutein 10 mg

meso-Zeaxanthin 10 mg

Zeaxanthin 2 mg



Drei Carotinoide in nur einer Weichkapsel täglich.

Jetzt bestellen:

0211/387 89 182

MacuShield® ORIGINAL in der Monatspackung für nur 14,50 Euro (anstelle von 20,80 Euro)

oder online bestellen unter www.health365.de



30%

Rabatt*

mit dem Code: OPMacu23

In Ihrer Apotheke auch in der MacuShield® GOLD-Packung** erhältlich.

*Lieferung in D, portofrei, Angebot gültig bis 30.06.2023. Auslieferung und Abwicklung der Bestellung erfolgt über dpv gmbh, Köln.

**MacuShield® und MacuShield® GOLD sind Nahrungsergänzungsmittel. MacuShield® GOLD enthält zusätzlich Zink, Vitamin C und E, Kupfer. Zink trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei. Vitamin C, Zink und Kupfer tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.



Alliance Pharmaceuticals GmbH, Düsseldorf
www.macushield.com

Aufrechte Haltung. Freier atmen. Wohler fühlen.

Bei Beschwerden im Brust- und Halswirbelsäulenbereich selbst aktiv werden – 5 Minuten täglich!



Bildquelle: BLACKOAY/stockphoto.com

Bei schmerzhaften Muskelverspannungen im Schulter-Nacken-Bereich oder in der Brustwirbelsäule wird häufig nur dort behandelt, wo der Schmerz am deutlichsten zu spüren ist. Leider wird die Brustwirbelsäule als wichtiges Verbindungsglied zwischen Hals- und Lendenwirbelsäule dabei oft übersehen, obwohl von Kopf bis Fuß gewissermaßen alles mit allem zusammenhängt und eine aufrechtere, gerade Haltung den Körper wieder in die Balance bringt. Damit man besser sitzt und geht, freier atmen kann und sich in der Folge wohler fühlt.

Das patentierte Lagerungskissen Yellow-Head Back wurde eigens zur Behandlung und Prävention von Beschwerden im Brust- und Halswirbelsäulenbereich entwickelt, die durch Fehlhaltungen im Alltag entstehen können. Daraus folgende Verspan-

nungen können bis in den Halswirbel- und den Lendenwirbelbereich wirken. Dagegen setzt die sanfte Yellow-Head-Methode auf bewährte Prinzipien aus Orthopädie, Osteopathie und Physiotherapie und will Muskulatur und Wirbelsäule wieder ins Gleichgewicht bringen. Der Yellow-Head Back ist geeignet für alle, die sich verspannt fühlen, Fehlhaltungen korrigieren und etwas für eine aufrechte, gerade Haltung tun möchten. Mit verschiedenen Übungen ermöglicht er es, selbst aktiv zu werden und etwas für das eigene Wohlbefinden zu tun. Täglich 5 Minuten liegen und entspannen auf dem Yellow-Head Back werden empfohlen, um die Brustmuskulatur sanft zu dehnen und so die Beweglichkeit der Brustwirbel und Rippenwirbelgelenke zu verbessern. Die Brustwirbelsäule wird angehoben und so mobilisiert.



INFO

Portofreie
Lieferung
in D

Therapeutisches Lagerungskissen zur sanften Dehnung der Brustwirbelsäule **Yellow-Head Back**
99,- Euro inkl. Versand in D

Tel.: 0228 / 62 91 78 - 10
www.yellow-head.de





ISCHIAS ODER BANDSCHEIBE?

WELCHER ZUSAMMENHANG IST MÖGLICH?

Schmerzen, die vom Gesäß über das Bein in den Fuß ziehen, stehen oft in Verbindung mit dem Ischiasnerv. Dieser Schmerz wird als Ischialgie bezeichnet und hat seine Ursache oft in Wirbelsäulenproblemen – so können etwa Bandscheibenvorfälle dahinterstecken.

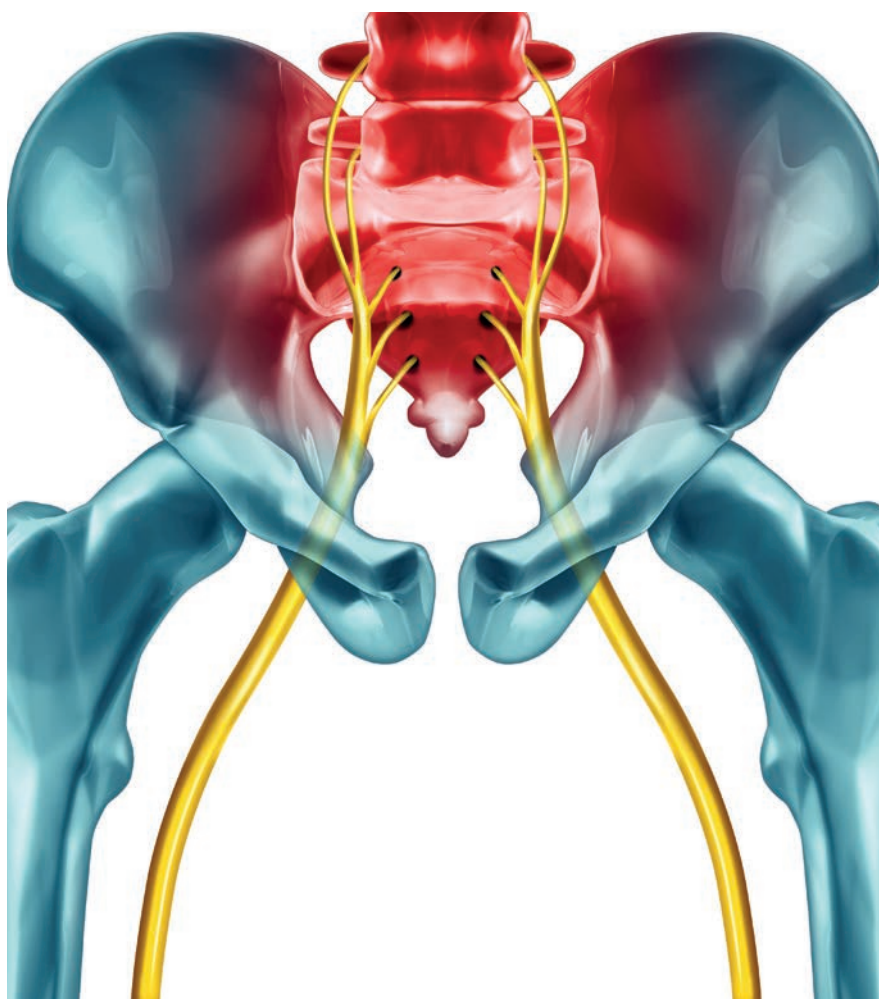
Bei Schmerzen, die auch nach mehreren Tagen nicht verschwinden, handelt es sich oft um sogenannte radikuläre Beschwerden. Darunter versteht man die Einnengung der Nervenwurzel und eine dadurch entstehende Reizung. Weitere Symptome können dabei Muskelschwäche, Taubheit oder Kribbeln in den Beinen sein. Bei einer gründlichen Untersuchung versucht der Arzt festzustellen, welche genauen Ursachen für die Beschwerden vorliegen. Von segmentalen Schmerzen und Gefühlsstörungen spricht man, wenn eine bestimmte Nervenwurzel betroffen und dies mit den entsprechenden charakteristischen Folgeerscheinungen verbunden ist. Bei den sogenannten pseudoradikulären Schmerzen dagegen sind die Nervenwurzeln intakt und es treten keine segmentabhängigen Symptome auf. Die Ursache können z.B. Verschleißerscheinungen (Wirbelgelenkarthrose) an den kleinen Wirbelgelenken, ein sogenanntes Facettensyndrom, sein. Zur Diagnose dient zunächst eine körperliche Untersuchung, welche unter anderem aus einer Testung der Reflexe sowie aktiven Bewegungstests besteht. Auf diese Weise lässt sich der exakte Grund jedoch häufig nicht feststellen, sodass gegebenenfalls weitergehende diagnostische Verfahren eingesetzt werden müssen. Unterstützend dabei dienen neben einer Nervenmobilisation auch bildgebende Verfahren, die weitere Hinweise auf die Ursachen geben. So können beispielsweise Veränderungen der knöchernen Struktur der Wirbelsäule durch Röntgenbilder erfasst werden, während sich ein Bandscheibenvorfall im MRT besser erkennen lässt.

Nur selten ist eine Entfernung der Bandscheibe erforderlich

Eine erste Maßnahme, mit der sich unter Umständen Abhilfe schaffen lässt, ist die vorübergehende Stufen-

lagerung. Kurzfristig kann auch die Einnahme eines nicht steroidalen Antirheumatikums von Nutzen sein. Auch Wärmepflaster auf die schmerzenden Stellen auftragen wird empfohlen. Unter bestimmten Umständen können extrem starke Schmerzen auch durch Cortisoninjektionen oder lokal wirkende Schmerzmittel durch

den Arzt behandelt werden. In der Regel lassen die Beschwerden spätestens nach 6 Wochen nach. Nur in seltenen Fällen, etwa dann, wenn sich die Bandscheibe erheblich verlagert hat und dauerhafte Ausfallerscheinungen vorliegen, ist eine teilweise oder komplette Entfernung der Bandscheibe erforderlich.



DER ISCHIASNERV – DER LÄNGSTE NERV UNSERES KÖRPERS

Der Ischiasnerv ist sowohl der längste als auch der dickste Nerv unseres Körpers. Er wird durch die Nervenwurzeln gebildet, die das Rückenmark zwischen dem dritten Lendenwirbel und den ersten drei Sakralwirbeln verlassen. Bei Reizungen dieses Nerven können neben Verschleißerscheinungen der Wirbelsäule und Verengungen im Wirbelkanal auch Erkrankungen wie Lyme-Borreliose oder Herpes Zoster dafür verantwortlich sein.

FÜR DIE GUTEN VORSÄTZE

MacuShield® ORIGINAL

MacuShield® ORIGINAL ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Die LMZ3-Formel vereint alle drei Makula-Carotinoide – Lutein (10mg), meso-Zeaxanthin (10mg) und Zeaxanthin (2mg). Einfache Einnahme - nur eine Weichkapsel täglich.

MacuShield® ORIGINAL - mit dem PLUS an meso-Zeaxanthin.



Bis zu
**35%
Rabatt**
(bis 31.03.23)

30% Rabatt	1x	30-Tage-Packung	20,80 €	14,50 €
35% Rabatt	3x	30-Tage-Packung	61,40 €	40,50 €

BiEnergy Infrarot-Rückenstützgürtel

Profitieren Sie zu jeder Zeit und an jedem Ort von der angenehmen Wärme des Infrarot-Rückenstützgürtels! Das integrierte Infrarotkissen wärmt zuverlässig den Lendenwirbelbereich, der Gürtel wirkt zusätzlich stützend an Taille und Kreuz. Der Clou: Der Akku kann ganz einfach per USB-Anschluss aufgeladen werden – ideal für Büro und Freizeit.



**30%
Rabatt**

Größen und Taillenumfang:

L 91 – 105 cm

85,00 €

Canea CBD Premium Öl

Wertvoller Bio-Hanf wird durch umweltschonende CO₂-Extraktion zu einem Vollspektrum-Öl verarbeitet. Canea CBD Premium enthält alle natürlichen Bestandteile aus Hanfstengeln und Hanfblättern. Der Extrakt ist in Bio-Hanfsamenöl gelöst und dadurch besonders angenehm in der Verwendung.

**15%
Rabatt**



5%	
10 ml	31,90 €
30 ml	79,90 €

10%	
10 ml	59,90 €
30 ml	152,90 €

OrthoVest® bei Rückenschmerzen

OrthoVest® ist entwickelt worden, um den Körper in seiner natürlichen Haltung zu unterstützen. Diese Übungsweste kann sowohl beim Sport als auch im Alltag eingesetzt werden.



**30%
Rabatt**

Größen und Taillenumfang:

Kindergröße	49 – 64 cm
M	65 – 79 cm
L	80 – 94 cm
XL	95 – 109 cm

Kindergröße **65,00 €**
M/L/XL **85,00 €**

TCM-Wellnesspflaster

Original TCM-Wellnesspflaster zur Anwendung während der Nacht. Die Pflaster werden unter dem Fuß angebracht und können dort über Nacht ihre wohltuende und reinigende Wirkung entfalten. Rein natürliche Inhaltsstoffe!

10er **29,95 €**
30er ~~59,95 €~~ **50,95 €**

**15%
Rabatt**



health365.de

Senden Sie Ihre Bestellung an

health365
Elisabeth-Breuer-Str. 9
D-51065 Köln

oder

Fax: 0221 / 940 82 11
E-Mail: info@health365.de

Bestellkarte

Artikelbezeichnung ggf. Größe Stück

Porto und Verpackung*: 3,50 € ~~6,50 €~~

*Versandkostenfrei ab 100 €

Ihre Daten

(Bitte vollständig ausfüllen und in einem frankierten Umschlag oder per Fax oder per E-Mail an uns senden.)

Vorname

Name

PLZ, Ort

Straße

E-Mail

Telefon

Datum, Unterschrift

Ihre Gesundheit braucht unsere Kompetenz



Die Salzthal Klinik gewährleistet mit 166 Betten Individualität und gleichzeitig persönlichen Kontakt zu allen Patienten. Die Zimmer sind modern und komfortabel ausgestattet, sie verfügen alle über Dusche/WC, TV, Telefon und Schwesternruf sowie überwiegend Balkon.

Medizinischer Leiter ist seit Januar 2016 Dr. med. Jürgen Grasmück, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Allgemeinchirurgie, Spezielle Unfallchirurgie, Notfallmedizin, Sportmedizin, Chirotherapie/Manuelle Medizin, Osteologie DVO, Osteopathie. Mit seinem vielköpfigen Mitarbeiterteam behandelt er im Besonderen bei **folgenden Indikationen**: Zustand nach Gelenkoperationen, Bandscheibenoperationen, Frakturen, degenerativen Gelenkerkrankungen (Arthrosen), entzündlichen Gelenkerkrankungen (Arthritis), degenerativen und entzündlichen Wirbelsäulenerkrankungen, Sportverletzungen und Sportschäden.

Unser therapeutisches Spektrum beinhaltet: Alle Arten von Krankengymnastik, Massagen, Lymphdrainagebehandlung, Elektro-physikalische Therapie, Ultraschalltherapie, Lasertherapie, Inhalationen, Thermo-, Hydro- und Balneotherapie, Ergotherapie, Medizinische Trainingstherapie und Ausdauertraining, Magnetfeldtherapie, Faszientherapie, Kinesio Taping, Osteopathische Techniken, Biologische Zellregulation, ICELAB -110°C Kältetherapie (nach Verfügbarkeit und Terminabsprache in Kooperation mit der Spessart-Therme). Zusätzlich bieten wir Ihnen: Orthopädische Hilfsmittelversorgung und -beratung, Psy-

chologische Betreuung, Sozialberatung, Diätberatung, Vorträge, Osteologie-Osteoporosediagnostik, Osteopathie, Ayurvedische Behandlung, Injektionstherapien (z.B. mit Eigenblut).

In der Salzthal Klinik entstand ein **neues medizinisches Trainingszentrum mit modernsten Trainingsgeräten** sowie drei zusätzlichen Therapieräumen. Auf einer Fläche von insgesamt 180 m² trainieren Sie mit den modernsten Gerätschaften der Firma SVG. Sämtliche Trainingsgeräte der REHA-LINE 2.0 sind Made in Germany und stechen durch ihre Kombinationsfähigkeit, gepaart mit kundenfreundlicher Bedienung und herausragendem Design, hervor.

Die D-WALL der Firma TecnoBody stellt laut unserem leitenden Sportwissenschaftler Markus Ulrich ein ganz besonderes Highlight dar. Auf einer 8 m² Trainingsfläche bietet die D-Wall die Möglichkeit des objektiven Messens und Bewertens von freien Übungen. Mit Hilfe einer 3D-Videokamera sowie einer Kraftmessplatte können funktionelle Übungen in ihrer Komplexität sowie koordinativen Gesamtheit betrachtet werden. Zusätzlich beinhaltet das System Hunderte von Übungen und Programmen, die sofort einsatzbereit sind und sich speziell auf Körperhaltung, Funktionstraining, Balance und Kraft beziehen. Zu jeder ausgeführten Bewegung erfolgt eine direkte Rückmeldung.

Fordern Sie unseren ausführlichen **Hausprospekt** an oder informieren Sie sich telefonisch. **Wir freuen uns auf Sie!**
Siehe auch Coupon in diesem Heft!



Salzthal Klinik GmbH • Parkstraße 18 • 63628 Bad Soden-Salmünster
Telefon 06056/745-0 • Fax 06056/745-44 46
www.salztalklinik.de • E-Mail: info@salztalklinik.de

