ISSN: 1861-2539
Ausgabe 01-2013

Medizinische Qualität durch konsequente Spezialisierung

hessingpark

CONCRET

ON THE RUN!

AUF DEM PRÜFSTAND:
HP-C ohne Probleme beim 1. ISO Wiederholungsaudit

UNTER DEM MIKROSKOP:
Erweiterung des Wirbelkanals schont die Nerven

AN DEM HANDGELENK:
Die Arthroskopie der kleinen Gelenke ist heute unverzichtbar

Editorial

Dr. med.
Ulrich Boenisch

Facharzt für Orthopädie

Ärztlicher Leiter der Hessingpark-Clinic

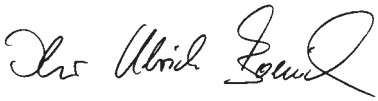
Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Normalerweise beginnt jetzt im politischen Berlin und „bei den Menschen draußen im Lande“ (O-Ton Frau Angela M.) das große Sommergähnen. Das Wetter - nach dem Regen diesmal vielleicht die Hitze oder „nur“ das immer unpassende Wetter - macht uns allen wieder einmal zu schaffen. Siesta und Baggersee statt Stress und Büro - dieses Motto bestimmt bei den Menschen draußen im Lande jetzt das Verlangen. Nicht aber so im politischen Berlin und auch nicht so an der (eigentlich) völlig unpolitischen Hessingpark-Clinic. Denn: Es ist Wahlkampf!

Da heißt es wachsam zu sein. Ob die von SPD, Grünen und Linken favorisierte „Bürgerversicherung“ oder doch die von CDU/CSU geforderte „Beibehaltung der gesetzlichen und privaten Krankenversicherung“ - es sind nur zwei Themen aus einem fast nicht zu überblickenden Themenfundus für den Wahlkampf der jeweiligen Lager. Und wir, die Hessingpark-Clinic als medizinischer Dienstleister, stecken mitten drin und sitzen zwischen allen Stühlen.

Ich sagte es schon: Da heißt es wachsam zu sein. Nicht, dass wir uns als Hessingpark-Clinic jetzt aktiv in die Politik einmischen würden. Bestimmt nicht! Aber wir werden sehr aktiv das tun, was jeder von uns in diesem Sommer neben Siesta und Baggersee tun sollte: Wir werden aufmerksam zuhören, unsere Schlüsse ziehen und dann rechtzeitig die für die Hessingpark-Clinic notwendigen (Vorsichts-) Maßnahmen ergreifen und umsetzen. Und dann wählen gehen.

Von den Politikern jedweder Couleur wird jetzt viel versprochen und später wahrscheinlich auch wieder viel gebrochen. Auf unser „Wahlversprechen“ können Sie sich aber mit Sicherheit verlassen: Egal, wer ab Herbst regiert - wir werden ihnen auch in Zukunft eine individuell ausgerichtete und menschlich gestaltete Medizin auf höchstem Niveau bieten!



Impressum

hessingpark-concret: Periodikum der Hessingpark-Clinic GmbH im Eigenverlag

Herausgeber: Hessingpark-Clinic GmbH, Hessingstraße 17, 86199 Augsburg
Schriftleitung: Dr. med. Gunther Boenisch, Dipl.-Kfm. Philipp Einwang, Dipl.-Oec. Willibald Lunzner
Verlag & Redaktion: Eigenverlag HP-C Augsburg; **Redaktion:** Dr. med. Gunther Boenisch, Erftstr. 6, 65201 Wiesbaden, Tel. 0172 / 613 - 68 73, E-Mail: boenisch-lyon(at)wanadoo.fr; **Layout & Grafik:** Heidisign by Heidi Eichner, Münchsdorf, www.heidisign.de; **Druck:** deVega Medien GmbH, Augsburg; klimaneutral gedruckt, Papier mit FSC Umweltzertifikat
ISSN: 1861-2539
Copyright 2005-2013 by Hessingpark-Clinic GmbH

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Hessingpark-Clinic GmbH.
Keine Haftung für unaufgefordert eingesandte Manuskripte.

Titelbilder: Th. Franzisi, J.-G. Thorau, Ph. Einwang

NEWS

Publikums-vorträge

Zusammen mit der **VHS** Landsberg/Lech lädt die **HP-C** zu folgenden **Publikums-vorträgen** ein:

Termine:

Di., 22. Oktober
Schmerzen im Bereich der Achillessehne
Referenten:
Dr. Manfred Thomas
Dr. Martin Jordan

Di., 19. November
Operation beim Bandscheibenvorfall: Pro und Contra
Referenten:
Dr. Felix C. Hohmann
Dr. Karsten Wiechert

Ort:
VHS Landsberg/Lech
Raum E0
Beginn:
jeweils 19:00 Uhr
Eintritt frei!

… eine Clinic, die gerne ihre Gäste empfängt:

HP-C beweist sich in der **Wissenschaft** und im **Qualitätsmanagement**

Der Vorstand der D.A.F. mit Prof. Viladot, Präsident der Europ. Fußgesellschaft (2.v.r.)

Der 19. Jahreskongress der Deutschen Assoziation für Fuß- und Sprunggelenk (D.A.F.) im Frühjahr in Stuttgart war der größte seiner Art in der bisherigen Geschichte der D.A.F. Unter der Präsidentschaft von Dr. med. Michael Gabel, Stuttgart, und Dr. med. Manfred Thomas, Augsburg, diskutierten im „Haus der Wirtschaft“ Ärzte aus Deutschland, Österreich und der Schweiz sowie Referenten aus annähernd allen europäischen Ländern zwei Tage lang das Spektrum der Chirurgie an Fuß- und Sprunggelenk. Ergänzt wurde das wissenschaftliche Programm durch Instruktionskurse, etwa über die Behandlung von Kinderfußdeformitäten, zu Tape-Techniken an Sprunggelenk und Fuß sowie Seminare zu Ganganalyse und moderner Bildgebung.

Die hochkarätig besetzte Referentenliste vermittelte einen Überblick über die heutig gültigen Leitlinien zur Behandlung der unterschiedlichen Krankheitsbilder im Bereich von Fuß und Sprunggelenk. Aufgrund des rasch fortschreitenden Wissenszuwachses in der Diagnostik und Therapie auf diesem Gebiet zeigte sich, dass innerhalb weniger Jahre neue, zum Teil sehr schonende Operationstechniken und Behandlungstechniken entwickelt worden sind. Ein besonderes Augenmerk wurde auf die Diagnostik von Gangfehlstellungen und von erworbenen Deformitäten sowie auf minimal-invasive Op-Techniken gelegt. Gerade in diesem Bereich hat sich eine Vielzahl neuer Op-Techniken etabliert, die von den Fuß- und Sprunggelenksexperten an der HP-C komplett angeboten werden.

HP-C hat „großen TÜV“ wieder bestanden

Ende Juni haben die Mitglieder des Qualitätsmanagement-Teams der HP-C ganz schön geschwitzt - und das nicht nur wegen der Temperaturen: Der TÜV Süd hatte sich für zwei Tage zum 1. Wiederholungsaudit für die Qualitätsmanagementnorm ISO 9001:2008 angekündigt. Das war für PDL Theresia Rodler und ihre Mitstreiter im QM-Team der erste „große TÜV“ nach der Erstzertifizierung im Jahr 2010. Wie schon damals, ist es der Hessingpark-Clinic auch dieses Mal wieder im ersten Anlauf gelungen, die strengen Anforderungen der Norm in ihrer Gesamtheit zu erfüllen. Nicht ohne Stolz und Genugtuung konnten Theresia Rodler und Geschäftsführer Willibald Lunzner dann aus der Hand von Dr. Jacobo Maldonado, dem Leitenden Auditor der TÜV Süd Management GmbH, das begehrte Zertifikat entgegen nehmen.

Der Einsatz hat sich gelohnt: Die Arbeit der HP-C entspricht höchsten QM-Ansprüchen.

Fotos: HP-C, fotolia

Dr. med.
Ulrich Boenisch

Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:
- Sportverletzungen
- Knie- und Schulterchirurgie

„Das klinische Bild imponiert beim Patellariss durch einen Hochstand der Kniescheibe.“

Nicht nur akute Traumen lassen Patellasehnen reißen:

Beim Abriss der **Patellasehne** geht die **Kniescheibe** auf „Wanderschaft“

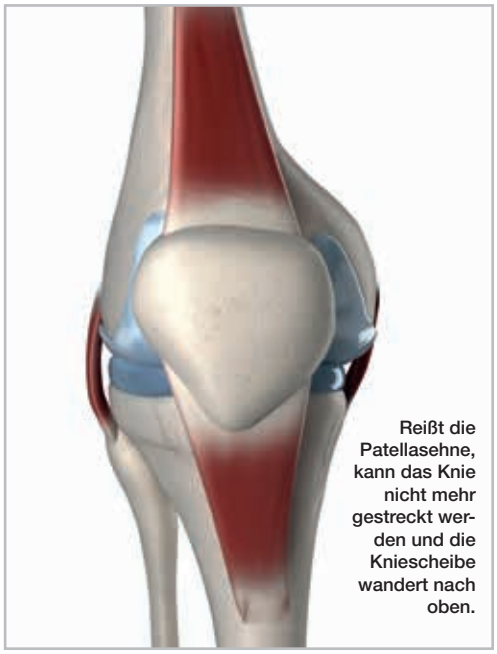
Bei Verletzungen am Kniegelenk denken die meisten Menschen an gerissene Bänder oder kaputte Menisken, weniger an einen Riss der Sehne zwischen dem unteren Pol der Kniescheibe (Patella) und dem Schienbeinhöcker, der Patellasehne also. Dabei ist dieses Trauma vor allem im höheren Alter nicht so selten, besonders wenn Abnutzungen am Knie, Stoffwechselerkrankungen (z. B. Diabetes), eine arterielle Verschlusskrankheit (pAVK) oder Kortisoneinnahme vorliegen. „Dann können schon Bagatelltraumen die Patellasehne reißen lassen“, berichtet Dr. Ulrich Boenisch aus seiner täglichen Praxis.

Die Patella geht auf „Wanderschaft“

„Die nur etwa fünf Millimeter dicke Patellasehne zieht als Fortsetzung des vorderen Oberschenkelmuskels vom unteren Ende der Kniescheibe zu einer kleinen Vorwölbung am Schienbein (Tuberositas Tibiae). Sie überträgt Kraft und Bewegung vom Ober- auf den Unterschenkel und ist besonders bei plötzlichen Richtungswechseln oder schnellen Start-/Stoppbewegungen enorm belastet“, erklärt der Knieexperte. Die Diagnose ist beim Patellasehnenriss meist schon durch das klinische Bild klar: Die Patienten können das Knie nicht aktiv gegen einen Widerstand strecken, es kommt durch das „Hochwandern“ der Kniescheibe zum „Patellahochstand“ beim Beugen des Knies oder bei Anspannung der Oberschenkel-Strecker. Im Zweifelsfall bringt der Ultraschall oder das Kernspin endgültige Klarheit.

Sehnenenden miteinander verbinden

„Eine gerissene Patellasehne wird in aller Regel operativ versorgt, wobei eine akute Patellasehnenruptur innerhalb von 3–5 Tagen operiert werden sollte“, sagt Dr. Ulrich Boenisch. Liegt der Riss zentral im Sehnenbereich, an der Spitze der Patella oder am Ansatz zum Schienbeinhöcker, werden die Sehnenstümpfe miteinander vernäht und eventuell mit einem Anker im Knochen befestigt. Gelegentlich wird eine Drahtcerclage zwischen Kniescheibe und Schienbeinhöcker angebracht, die nach vier bis sechs Wochen wieder entfernt wird. Die Verstärkung durch die Drahtcerclage ermöglicht postoperativ eine frühzeitige funktionelle Therapie des Kniegelenkes, was der schnelleren Mobilität der Patienten dient.



Reißt die Patellasehne, kann das Knie nicht mehr gestreckt werden und die Kniescheibe wandert nach oben.

Intensive Nachbehandlung

Der Heilungsprozess sollte durch eine intensive Rehabilitation und spezifische Krankengymnastik gefördert werden. Die Therapie zielt vor allem darauf ab, einem Muskelschwund an den Streckmuskeln des Oberschenkels vorzubeugen und die Beweglichkeit des Kniegelenkes zu erhalten. „Mit einer konsequenten Reha kann die Streckfunktion des Knies wieder vollständig erlangt werden. Trotzdem bleibt immer die latente Gefahr, dass eine vorgeschädigte Sehne später erneut reißt“, so Dr. Ulrich Boenisch.

Verrenkungen kommen beim Menschen am häufigsten im Bereich des Schultergelenkes vor:

Schulter ist sehr **beweglich**, aber auch sehr **instabil**

Die Schulter ist nahezu ein Kugelgelenk und eines der Gelenke mit dem größten Bewegungsumfang. So kann die Schulter in allen drei Achsen des Raumes bewegt werden. „Dadurch ist das Schultergelenk einerseits besonders beweglich“, sagt PD Dr. Florian Elser, Experte für Schulterchirurgie an der Hessingpark-Clinic. „Andererseits ist die Schulter durch dieses Bauprinzip aber auch besonders instabil und verletzungsanfällig, etwa für Verrenkungen.“

Schulter verrenkt besonders leicht

Luxationen (Verrenkungen) kommen beim Menschen am häufigsten im Bereich der Schulter vor. Sie können durch einen Unfall (traumatische Luxation) oder anlagebedingt (habituelle Luxation) verursacht sein. Symptome sind eine Einschränkung der Beweglichkeit im Schultergelenk, Schmerzen und eine veränderte Schulterform. Mit Abstand am häufigsten luxiert die Schulter dabei nach vorne, gefolgt von hinteren und unteren Luxationen. Das Wichtigste nach einer Verrenkung ist, den Gelenkschluss (Gelenkkongruenz) wieder herzustellen. Dies kann entweder spontan oder durch Wiedereinrenkung (= Reposition) geschehen. Anschließend wird das Gelenk in der Regel in einer Armschlinge ruhiggestellt und eine Diagnostik mit Röntgen und Kernspin eingeleitet.

Jüngere Patienten besser operieren

Für die individuelle Therapie ist das Alter des Patienten ein entscheidender Faktor. Studien haben gezeigt, dass jüngere Patienten eine sehr hohe Wahrscheinlichkeit haben, eine erneute Verrenkung zu erleiden. Mit steigendem Lebensalter sinkt diese Wahrscheinlichkeit. In höherem Lebensalter treten andere Faktoren in den Vordergrund, hier sind Verrenkungen der Schulter immer häufiger mit Rissen im Bereich der Rotatorenmanschette verbunden. Entsprechend rät man unter 20jährigen Patienten aufgrund des hohen Risikos wiederkehrender Verrenkungen bereits nach der ersten Verrenkung zur Operation. Zwischen 20 und 30 Jahren ist das Vorgehen eine individuelle Entscheidung, die gemeinsam mit dem Patienten je nach Ausmaß der Schäden und der Ansprüche an die Schulter getroffen wird. „Bei einem Alter von über 30 Jahren empfehlen wir nach der ersten Verrenkung zunächst ein konservatives Vorgehen“, so der Schulterexperte.

Wenn die Schulter instabil wird

Bei Verletzungen der Rotatorenmanschette tritt die Therapie derselben in den Vordergrund. Je nach Ausmaß der Rotatorenmanschettenläsion können operative Maßnahmen angezeigt sein. Konservative Maßnahmen bei Schulterinstabilität beinhalten die Ruhigstellung in einer Armschlinge (in der Regel für 6 Wochen) sowie reizreduzierende und physiotherapeutische Maßnahmen. Im Bereich der Schulterinstabilität stehen verschiedene Operationsverfahren zur Verfügung. In der Regel kann primär arthroskopisch („Schlüssellochtechnik“) vorgegangen werden. Dabei wird das abgerissene Gewebe mobilisiert und zu einer neuen Gelenklippe geformt. In seltenen Fällen ist ein offenes Vorgehen mit Transfer des Rabenschnabelfortsatzes (Coracoid Transfer) angezeigt.

PD Dr. med. Florian Elser

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Spezialgebiete:
- Sportverletzungen
- Knie- und Schulterchirurgie
- Endoprothetik an der Schulter

„Jüngere haben ein sehr hohes Risiko für erneute Luxationen“

Fotos: HP-C, fotolia

Dr. med.
Ralf Stapelfeldt

Facharzt für Orthopädie und Rheumatologie

Spezialgebiete:
- Endoprothetik Hüfte und Knie
- Fuß- und Sprunggelenkschirurgie
- Rheumatologie

„Der Einsatz eines künstlichen Hüftgelenks gehört heute zu den Routineeingriffen."

Damit die künstliche Hüfte möglichst lange hält:

Im Alltag mit **kleinen Tricks** der Hüfte **große Erleichterungen** verschaffen

Der Austausch eines verschlissenen Hüftgelenkes gegen eine künstliche Hüfte gehört heute zu den erfolgreichsten Routineeingriffen in der operativen Orthopädie (Abb. li. unten). Jährlich werden in der Bundesrepublik ca. 200.000 künstliche Hüften eingesetzt. Die „Standzeit" oder „Lebensdauer" einer Hüftprothese liegt nach heutigen Erkenntnissen bei etwa 15 Jahren und wird von verschiedenen Faktoren beeinflusst. „Um eine möglichst lange Standzeit zu erreichen, sollte die künstliche Hüfte nicht nur in der unmittelbaren Rehabilitation pfleglich behandelt werden. Es gibt auch für den Alltag einige kleine Maßnahmen, die eine große Wirkung entfalten", sagt der Orthopäde und Rheumatologe Dr. Ralf Stapelfeldt.

Richtiges Gehen will erlernt sein

Nach dem Eingriff werden die Patienten schnell mobilisiert und sie dürfen im Normalfall sofort voll belasten. Bis zum Erreichen eines sicheren und schönen Gangbildes erhalten die Patienten in den ersten Tagen Unterarmstützen. Schon auf Station behandeln die Therapeuten gezielt das Hüftgelenk, üben mit den Patienten das normale Gehen und das Treppensteigen im Wechselschritt. „Jeder nutzt die Stöcke so lange, wie er sie benötigt. Lieber schön mit Stöcken, als hinkend ohne Stöcke gehen", so Dr. Stapelfeldt. „Und wenn das erreicht ist, kann der dosierte Kraftaufbau erfolgen".

Nicht zu tief sitzen

In den ersten Wochen postoperativ sollte das Sitzen in niedriger Position vermieden werden, da es hierbei zu einer stärkeren Beugung im Hüftgelenk kommt. Um unnötige Schmerzen zu vermeiden oder um das Risiko einer Hüftluxation zu verringern, empfehlen wir, abhängig von der persönlichen Körpergröße, die Nutzung einer Sitzerhöhung, z.B. auch beim WC.

Sport ja, aber den richtigen

Nach der Zeit der Reha sollte jeder Prothesenträger beim Sport auf die richtige Sportart achten. „Sport ja, aber in Grenzen", so Dr. Stapelfeldt. Er empfiehlt Sportarten, bei denen das Gelenk keinen starken Stoßbelastungen und Hebel- bzw. Drehbewegungen ausgesetzt ist. Radfahren, Golfen, (Nordic) Walking, Wandern, Schwimmen oder bedingt Skifahren sind geeignete Sportarten, weil es zu keiner repetitiven Stoßbelastung kommt. Voraussetzung ist aber, dass die volle Belastbarkeit und Beweglichkeit ärztlich attestiert ist. „Joggen, Kontaktsportarten wie Fußball sind hingegen ungeeignete Sportarten", erklärt Dr. Stapelfeldt.

Operativ oder konservativ? Was ist bei LWS-Stenose besser?

Eine **mechanische Einengung** sollte auch **mechanisch beseitigt** werden

Die Einengung des Spinalkanals an der Lendenwirbelsäule (LWS) ist ein häufiges Problem. Aufgrund von Verschleiß an Gelenken, Bändern und Bandscheiben der LWS kommt es mit steigendem Alter zu einer Einengung des Wirbelkanals. „Dadurch geraten die Nerven unter Druck“, erklärt Dr. Felix C. Hohmann.

Aufrechter Gang oft unmöglich

Die Patienten beklagen eine Reihe von Beschwerden, die in ihrer Kombination typisch sind: Häufig ist die Gehstrecke eingeschränkt. Jeder Spaziergang wird zur Qual, die Beine schmerzen, kribbeln und sind oft schwach. Spontan mindert ein Vorneüberneigen des Rumpfes den Schmerz. Später wird ein aufrechter Gang unmöglich und führt zu Schmerzen, ebenso wie Stehen auf der Stelle oder Zurückneigen. Ischiasschmerzen, die immer wiederkehren und in die Beine einschießen, sind ebenfalls häufig.

Zunehmendes Alter begünstigt LWS-Stenose

Die Erkrankung stellt auch für die Wirbelsäulenexperten der HP-C mittlerweile ein häufigeres Problem dar als der Bandscheibenvorfall. Dr. Felix C. Hohmann und Dr. Karsten Wiechert haben sich seit Jahren auf die Behandlung der Spinalstenose spezialisiert. „In frühen Stadien ist die konservative Therapie mit manueller Therapie indiziert, ebenso präzise, röntgengestützte Injektionen an die schmerzauslösenden Strukturen“, so Dr. Wiechert. „Sollte sich keine wesentliche Schmerzlinderung ergeben, ist die Operation die Behandlung der Wahl“. Unter dem Op-Mikroskop gelingt extrem schonend die Erweiterung (Dekompression) des Wirbelkanals. Die Patienten stehen etwa vier Stunden nach der Op auf und verbringen 2-3 Nächte in der HP-C. Sie sind voll mobil und im beruflichen und privaten Alltag nicht wesentlich eingeschränkt.

Studien belegen Wert der Dekompression

Die guten Erfahrungen an der HP-C werden durch aktuelle Studien gestützt: Bei einer Untersuchung von über 10.000 US-Patienten zeigte sich eine Überlegenheit der Op gegenüber der konservativen Therapie. Der Effekt hielt bis zu 10 Jahre an und bezog sich auf unterschiedlichste Beurteilungspunkte. Fast 25% der Patienten, die konservativ behandelt werden sollten, mussten im Laufe von 2 Jahren doch operiert werden. „Für uns decken sich unsere Beobachtungen mit der Studienlage“, sagt Dr. Wiechert. „Die LWS-Stenose ist ein mechanisches Problem durch die Einengung des Wirbelkanals und des Drucks auf die Nerven. Die Stenose verschwindet nicht durch eine konservative Therapie. Und dauerhaft Schmerzmittel zu nehmen, stellt langfristig auch keine befriedigende Alternative dar“.

Dr. med.
Felix C. Hohmann

Facharzt für Orthopädie
Chirotherapie

Dr. med.
Karsten Wiechert

Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:
- Mikrochirurgische Hals- und Lendenwirbelsäulenchirurgie
- Verengung des Wirbelkanals
- Bandscheibenvorfälle
- Rückenschmerzen
- Ischiasschmerzen
- Bandscheibenverschleiß
- Instabilität der Wirbelsäule
- Künstl. Bandscheiben

„Operativ ist die LWS-Stenose langfristig gut zu therapieren“

Fotos: fotolia, HP-C

Dr. med.
Ulrich Frank

Facharzt für Orthopädie
Handchirurgie

Spezialgebiete:
- Komplette Hand- und Handgelenkschirurgie
- Unterarm- und Ellenbogenchirurgie

Zug über die Finger vergrößert Abstand zwischen den Knochen und erleichtert Arthroskopie.

Was in der Knie- und Schulterchirurgie schon längst Standard ist:

Die **Arthroskopie** der kleinen Gelenke an der **Hand** ist heute **unverzichtbar**

Seit vielen Jahren ist die Arthroskopie für die Knie- und Schulterchirurgen ein Muss: Etliche Eingriffe lassen sich zum Wohle der Patienten minimal-invasiv behandeln. Doch welchen Nutzen hat diese Technik an kleinen Gelenken?

Arthroskopie auch an kleinen Gelenken

Nach anfangs eher enttäuschenden Ergebnissen spielt heute die Gelenkspiegelung (Arthroskopie) des Handgelenks eine große Rolle. Zwei Dinge haben zu diesem Erfolg beigetragen: verbesserte, sehr kleine und handliche Präzisionsinstrumente und verfeinerte chirurgische Verfahren. Arthroskopische Nahttechniken von abgerissenen Knorpelteilen, die noch vor einigen Jahren unvorstellbar waren und aufwändige „offene“ Verfahren erforderten, sind heute selbstverständlich. „Über 10% aller handchirurgischen Eingriffe werden an der HP-C minimal-invasiv versorgt. Mit steigender Tendenz“, sagt Dr. Ulrich Frank, auf Handchirurgie spezialisierter Orthopäde.

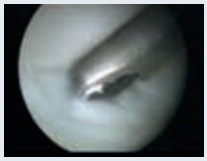
„Überbein“ mit dem Arthroskop entfernen

Nach den Worten des Experten gibt es viele Indikationen für den Einsatz des Arthroskops in der Handchirurgie. Eine wichtige ist das streckseitige Handgelenkganglion, umgangssprachlich auch „Überbein“ genannt. Der Schlüssel zu einer erfolgreichen Op ist die radikale Entfernung des Ganglions samt Stiel. Anders als beim offenen Vorgehen ist dieser im Arthroskop sichtbar und eine Vernarbung der Gelenkkapsel ausgeschlossen. Die Gefahr eines Rezidivs mit schmerzhafter Bewegungseinschränkung wird dadurch minimiert.

Speichenbruch nicht nur am Fahrrad

Die häufigste Verletzung des Knochens beim Erwachsenen ist der Speichenbruch (distale Radiusfraktur). Der Chirurg ist aufgrund des Röntgenbildes in der Lage, den Bruch der Speiche zu erkennen. „Allerdings stellt das Röntgenbild ausschließlich knöcherne Strukturen dar. Sämtliche Weichteile wie Kapseln, Bänder, Sehnen oder Muskeln werden ausgeblendet“, erklärt Dr. Ulrich Frank. Neuere Studien belegen jedoch, dass der Speichenbruch in 80% der Fälle mit erheblichen Weichteilverletzungen einhergeht. Das erklärt, dass viele Patienten postoperativ häufig mit starken Schmerzen und Bewegungseinschränkung zu kämpfen haben. „In der HP-C wird daher jede Speichenfraktur zusätzlich arthroskopiert“, so der Handchirurg. Dank Spülung des Gelenks und der damit verbundenen Entfernung des abgekapselten Blutergusses lassen sich Verletzungen des Bindegewebsapparats erkennen und sofort behandeln.

Loch im Discus mit Tasthaken



Loch im Discus mit Shaver

„Möglichst kleine Op-Narben sind heute ein Qualitätskriterium“

Minimal-invasive Operationen an Fuß und Sprunggelenk:

Ohne **größte Gewebeschonung** ist auch der **kleinste Schnitt** nutzlos

Was am Knie, der Hüfte und auch an der Wirbelsäule schon länger praktiziert wird, das setzt sich auch in der Chirurgie am Fuß und am Sprunggelenk mehr und mehr durch: Operationen über kleine Hautschnitte. Im Englischen wird diese Vorgehensweise als „minimal invasive surgery“ bezeichnet, abgekürzt als MIS.

Kleine Schnitte als Qualitätskriterium

„Möglichst kleine Operationswunden und -narben sind heute ein wichtiges Qualitätskriterium bei chirurgischen Eingriffen“, sagen Dr. Manfred Thomas und sein Kollege Dr. Martin Jordan, Fußchirurgen an der Hessingpark-Clinic. Das gelingt bei der Chirurgie durch das „Schlüsselloch“ mit 3 bis 4 mm kleinen Hautschnitten, durch die spezielle Arthroskope sowie spezielle kleine Messerklingen und Fräsen eingeführt werden. Postoperativ verbleiben dann nur so winzige und kosmetisch vorteilhafte Narben, dass sie oft nur für den geübten Blick des Fachmannes zu erkennen sind.

Operateur muss anatomisch fit sein

„Eine Grundvoraussetzung für eine erfolgreiche minimal-invasive Fußchirurgie sind sehr gute Anatomiekenntnisse, denn sonst geht schnell der Überblick verloren“, gibt Dr. Manfred Thomas zu verstehen. Als Vizepräsident und Ausbilder der Deutschen Assoziation Fuß und Sprunggelenk (D.A.F.) e. V. weiß er, wovon er spricht. Diese Einschätzung teilt auch sein Kollege Dr. Martin Jordan, der sich auf dem Gebiet der MIS intensiv in Spanien, Frankreich und Belgien fortgebildet hat. Dort ist das Verfahren schon seit vielen Jahren etabliert und weiter verbreitet als in Deutschland. Und in noch einem Punkt sind sich die beiden Experten einig: Wie bei anderen Fachgebieten, so gilt auch für die minimal-invasive Fußchirurgie, dass nicht der kleinst mögliche Schnitt über den Therapieerfolg entscheidet, sondern eine möglichst gewebeschonende Vorgehensweise für alle Gewebeschichten.

MIS auf dem Vormarsch

An der HP-C wird das gesamte Spektrum der minimal-invasiven Fußchirurgie seit dem vergangenen Jahr angeboten. Bereits mehrere Hundert Patienten haben seither davon profitiert. Besonders bei Hammer- und Krallenzehen, Schneiderballen, überlappender oder verdrehter 5. Zehe („curly toe“), Fersensporn, Metatarsalgie oder schmerzhaften Knochenüberständen ist die MIS eine wertvolle Alternative zu offenen Operationen. Dass die minimal-invasive Fußchirurgie in Deutschland immer mehr an Bedeutung gewinnt, zeigt ein Blick auf das Programm der Jahrestagung der D.A.F., die im März in Stuttgart stattfand. Dort war die MIS ein Schwerpunktthema, das von den Experten aus dem In- und Ausland intensiv diskutiert wurde.

Dr. med.
Manfred Thomas

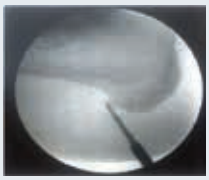
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Spezialgebiete:
- Fuß- und Sprunggelenkschirurgie
- Operative und konservative Behandlung von Fuß- und Sprunggelenkserkrankungen

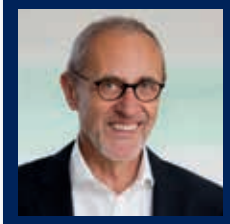
Dr. med.
Martin Jordan

Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Spezialgebiete:
- Fuß- und Sprunggelenkschirurgie
- Operative und konservative Behandlung von Fuß- und Sprunggelenkserkrankungen



Fotos: HP-C, fotolia, M. de Prado



Dr. med.
Sebastian Swierkot

Eberhardt Binhammer

Fachärzte für Anästhesie

Spezialgebiete:
- Anästhesie und Schmerztherapie
- Schmerztherapiekonzepte für chronische Schmerzzustände

„Schmerzfreiheit durch gezieltes Ausschalten von Nerven“

Der „Narkosehammer“ war früher:

Mit ausgewählter **Regionalanästhesie** nur **ausgewählte** Regionen betäuben

Eine schmerzfreie Operation durch eine optimale Anästhesie gehört heute so zu den medizinischen Selbstverständlichkeiten wie die Kontrolle des Blutdrucks. In Deutschland werden jedes Jahr um die 12 Millionen Anästhesien durchgeführt. Dafür sorgen die etwa 20.000 Fachärzte für Anästhesiologie, die in Deutschland registriert sind. An der Hessingpark-Clinic sind das Dr. Sebastian Swierkot und sein Kollege Eberhardt Binhammer. Sie bieten ihren Patienten nicht nur individuelle und schonende Anästhesieverfahren im Rahmen orthopädischer Operationen, sondern sind auch auf die postoperative Schmerzminimierung und die Behandlung chronischer Schmerzzustände spezialisiert.

Körper in den „Schlafmodus“ versetzen

„Eine Narkose ist ein medikamentös herbei geführter Schlafzustand des Körpers, bei dem keine Schmerzen gespürt werden. Während dieses Zustandes ist es möglich, chirurgische, diagnostische oder therapeutische Eingriffe durchzuführen“, schreibt der Bundesverband Deutscher Anästhesisten (BDA) in seinem Internetauftritt (www.sichere-narkose.de). Der Anästhesist kann je nach Bedarf den gesamten Körper mit einer Allgemeinanästhesie in den „Schlafmodus“ versetzen, oder diesen Zustand gezielt für ganz bestimmte Körperregionen mit einer Regionalanästhesie herbeiführen.

Allgemeinnarkose nur selten nötig

Bei der Allgemeinnarkose, die bei größeren chirurgisch-orthopädischen Eingriffen noch vor nicht allzu langer Zeit der Standard war, sind das Bewusstsein und das Schmerzempfinden im gesamten Körper ausgeschaltet. „Dazu verwenden wir in der Regel einen Medikamentenmix aus Schlaf- und Schmerzmitteln sowie Medikamenten zur Erschlaffung der Muskulatur und solchen, mit denen das so genannte unwillkürliche Nervensystem ausgeschaltet wird“, erklären Dr. Swierkot und Eberhardt Binhammer. Bei den meisten Eingriffen an der Hessingpark-Clinic ist eine Allgemeinnarkose aber nicht notwendig.

Gezielt bestimmte Regionen ausschalten

Die Entwicklung neuer Medikamente und Injektionsverfahren in der Anästhesie hat in den letzten Jahren die Bedeutung der Regionalanästhesie enorm nach vorne gebracht. Mit den verschiedenen Verfahren der Regionalanästhesie können z. B. bei Operationen an der Hand gezielt nur der jeweilige Arm oder Unterarm betäubt werden. Gleiches gilt auch für größere Eingriffe, etwa der operativen Versorgung eines Kreuzbandrisses am Knie: Durch das gezielte Ausschalten von Nerven wird nur das betroffene Bein „ruhig gestellt“ und den Patienten bleiben die Belastungen einer Allgemeinanästhesie erspart.

Postoperativ „regional“ gegen Schmerzen

Derzeit gibt es sechs Arten der Regionalanästhesie, mit denen sich Schmerzfreiheit in einem größeren Körperareal erreichen lässt. Das reicht von der Plexusanästhesie, bei der nur der Arm oder die Schulter betäubt werden, bis zur sogenannte Spinalanästhesie, die bei Hüft- oder Knieeingriffen eingesetzt werden kann. „Ein besonderer Charme der Regionalanästhesie liegt darin, dass sie nicht nur intraoperativ wirksam den Schmerz ausschaltet, sondern auch postoperativ eine sehr gute Schmerzlinderung in ausgewählten Bereichen ermöglicht“, so die beiden Fachärzte.

Die **Radiologen** suchen, finden und diskutieren **Befunde mit Orthopäden**

Teamwork von Orthopäden und Radiologen bei Kernspintomografie

Die Magnetresonanz- oder Kernspintomografie (MRT) ist ein bildgebendes Verfahren zur Darstellung von Organen, Geweben, Gelenken und Knochen, das in der Orthopädie aus der täglichen Praxis nicht mehr wegzudenken ist. Durch eine hohe Auflösung und einen großen Gewebekontrast gelingt eine wesentlich bessere Darstellung der anatomischen Strukturen als mit anderen bildgebenden Verfahren. Die MRT ist aktuell das modernste, schonendste und genaueste Schnittbildverfahren.

3-D-Einblicke ohne Strahlenbelastung

Ganz ohne Strahlenbelastung, nur über ein um den Körper des Patienten aufgebautes Magnetfeld, betreiben Dr. Peter Mundinger, Dr. Wolfgang Fischer und ihre Kollegen an der Hessingpark-Clinic ihre „Rasterfahndung“ nach kleinsten Abweichungen in Gelenken, Knochen und Bändern. Der in der Hessingpark-Clinic eingesetzte Kernspintomograf baut eine Magnetfeldstärke von 3 Tesla auf. Das Gerät gehört damit zu den leistungsstärksten Apparaten, die derzeit für die Praxis angeboten werden. Der Tesla-Wert beschreibt die Magnetstärke des Geräts. „Je stärker das Magnetfeld, umso genauer die Messdaten und damit umso genauer die Aufnahmen“, bringt es Dr. Fischer auf den Punkt. Sensationelle mikroskopische Einblicke verschaffen sich die Radiologen mit speziellen Mikroskopiespulen, über die nur wenige Zentren in Europa verfügen. Damit gelingen hoch auflösende Darstellungen auch extrem kleiner Strukturen. Eine weitere große Besonderheit an der Hessingpark-Clinic ist: Jeder einzelne Untersuchungsbefund wird am Monitor von Radiologe und Orthopäde gemeinsam diskutiert. „Das sind sehr wichtige Gespräche, durch die eine sinnvolle klinische Bewertung der Befunde oft erst möglich wird“, sagt Dr. Peter Mundinger.

ostenil®

OSTENIL® – Die natürliche Arthrosebehandlung.

ERHÄLTLICH HIER ERHÄLTLICH

TRB CHEMEDICA RHEUMA LINE

TRB CHEMEDICA AG · Telefon 0800/243 63 34 · Fax 0800/243 63 35 · info@trbchemedica.de · www.trbchemedica.de

Neu in der Hessing Stiftung:

Stationäre **orthopädische** Rehabilitation

Die Hessing Stiftung reagiert auf die Herausforderungen des Gesundheitsmarktes: Chefärztin Dr. Annett Roch und ihr Team bieten in der 40-Betten-Klinik alle Möglichkeiten einer stationären Anschlussheilbehandlung, etwa nach endoprothetischem Ersatz von Hüft-, Knie-, Schulter- und Sprunggelenk sowie nach Wirbelsäuleneingriffen. Neben den modernen Standardzimmern verfügt die Klinik für Orthopädische Rehabilitation auch über fünf moderne und erst im Frühjahr eröffnete Privateinzelzimmer, die in Ausstattung und Komfort Hotelcharakter haben.

Kurze Wege, hohe fachliche Kompetenz

Kurze Therapiewege, ein persönlich-familiärer Kontakt zu Ärzten, Therapeuten und Pflegekräften, sowie eine hohe fachliche Kompetenz des Teams sind die wesentlichen Stärken der Klinik. Durch die jahrzehntelange Zusammenarbeit mit den renommierten orthopädischen Einrichtungen von Hessing verfügt die Klinik über eine breitgefächerte Erfahrung und ist bei allen Entwicklungen der orthopädischen Rehabilitation immer vorne mit dabei.

Dr. med. Annett Roch

Klinik für Orthopädische Rehabilitation der Hessing Stiftung

Fotos: Hessing Stiftung, fotolia, HP-C

Heilung braucht Zeit.
Und unsere Hilfe.

Rehabilitative Betreuung in Hessing-Qualität:

- Anschlussheilbehandlungen nach endoprothetischem Ersatz von Hüft-, Knie-, Schulter- und Sprunggelenk, sowie nach operativen Eingriffen an der Wirbelsäule
- Nachbehandlung nach Unfällen
- Stationäre Rehabilitation nach konservativen Therapien bei degenerativen Gelenkerkrankungen, chronischen Rückenschmerzen oder Osteoporose

Gute Besserung.
Schritt für Schritt.

Hessing Klinik für Orthopädische Rehabilitation
Hessingstr. 17
86199 Augsburg

T + 49 821 909 459
F + 49 821 909 693

reha@hessing-stiftung.de
www.hessing-stiftung.de

Hessing
Klinik für Orthopädische Rehabilitation

Eva Emmerling
Christian Brummer
Küche HP-C

Köstlichkeiten aus vergorener Milch:

Den Käse nicht nur **„zum Bahnhof rollen“,** sondern auch auf den Teller

Käse gehört in vielen Kulturen seit Menschengedenken zu den Grundnahrungsmitteln. Alleine in Frankreich sollen über 350 Käsesorten existieren. Aber nicht nur in Frankreich ist ein Mahl erst wirklich „rund“, wenn Käse gereicht wird, auch Lorenz Eschenlauer, Küchenchef der HP-C, serviert den Clinic-Gästen gerne Käsespezialitäten.

Deutsche keine „Käsemuffel“

Die Ansicht, dass die Deutschen eher zu den „Käseverweigerern“ zählen sollen, ist schlichtweg falsch. Mehr als 22 Kilo der vergorenen Milch isst jeder Bundesbürger im Durchschnitt pro Jahr. Nur in Frankreich, wo verschiedene Käsesorten sogar den Rang eines nationalen Kulturgutes einnehmen (Appellation d’Origine Contrôlée, abgekürzt AOC; französisch für kontrollierte Herkunftsbezeichnung), sind es mit knapp 24 Kilogramm pro Kopf und Jahr noch etwas mehr.

Käse - lecker und gesund

„Käse darf bei einer ausgewogenen Ernährung nicht fehlen“, ist Lorenz Eschenlauer überzeugt. „Denn“, so der Küchenprofi, „Käse schmeckt nicht nur lecker, sondern er enthält in konzentrierter Form alle wichtigen Bestandteile der Milch.“ Dazu zählt in erster Linie das Mineral Kalzium, das für gesunde Knochen und Zähne sorgt. Das Milcheiweiß wiederum enthält die lebensnotwendigen Aminosäuren, die für die Eiweißproduktion im Körper notwendig sind. Hinzu kommen fettlösliche Vitamine, etwa das für die Augengesundheit wichtige Vitamin A. Auch die Mineralstoffe Phosphor, Kalium und Magnesium sind für den menschlichen Organismus überlebensnotwendig. So reguliert Phosphor den Energiestoffwechsel und den Aufbau der Zellen, Kalium den Wasserhaushalt von Geweben und die Weiterleitung von Nervenreizen und ohne Magnesium würden die Muskeln nicht funktionieren.

Käse als „Hüftgold“?

Auch wer auf seine Figur bedacht ist oder eine Diät macht, muss auf (maßvollen) Käsegenuss nicht verzichten! „Bekanntlich schließt Käse den Magen und macht lange satt“, so Eschenlauer. Als Grund nennt er den besonders niedrigen glykämischen Index von Käse. Dieser lässt den Blutzucker nach dem Essen nur langsam wieder steigen. Zudem wird Käse nicht komplett in „Hüftgold“ umgewandelt: Etwa ein Viertel der Kalorien braucht der Körper für die Wärmeproduktion.

„Käse ist eines der ältesten von Menschen hergestellten Nahrungsmittel“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Meine eigene Bank!

Ein freundliches Lächeln, ein fairer Partner,
Verständnis, Vertrauen, persönlich, unkompliziert,
die passenden Strategien, die richtigen Antworten.
Das nennen wir Nähe.

Augusta-Bank
Ihre Raiffeisen-Volksbank

Telefon 0821 / 50 400 | kundenservice@augusta-bank.de | www.augusta-bank.de

1

Was ist der „Triple“-Gewinn von Toni Kroos und dem FCB im Gegensatz zu diesem umwerfenden „Triple“?

2

Als Profi mit Weitsicht entpuppt sich Tennisprofi Andrea Petkovic: Weil es mit dem Leistungssport irgendwann mal ein Ende haben wird, studiert sie für die „Zeit danach“ schon mal nebenbei Politikwissenschaften.

3

Wetten dass ...
... Thomas Gottschalk auch in der HP-C durch seine gute Laune die Herzen der Fans erobert hat?

4

Nach 14 Jahren als Publikumsliebling und Kapitän beim „Club“ in Nürnberg verteidigt Andreas Wolf jetzt den Strafraum von AS Monaco.

5

Immer wieder das Knie: Wenigstens fünf Mal in seiner Karriere hat es den Hoffenheimer Mittelfeldstrategen Sejad Salihovic schon am Knie erwischt.

Fotos: HP-C

1	2
3	
4	5

hessingpark
CONCRET

Thomas Schneider

Dipl. Sportwissenschaftler

Schaumstoffrollen bieten eine einfache und alltagstaugliche Möglichkeit das Bindegewebe regelmäßig zu stimulieren.

„Faszien umhüllen wie ein Netzwerk den gesamten Körper“

Info und Terminvereinbarung: HP-C Therapie und Training

Stichwort: „Fitte Faszien“

Tel.: 0821/909 9116
Mail: contact@hessingpark-training.de

Lange Zeit unbeachtet und unbehandelt – die Faszien:

Mit **Tennisball** und **Schaumstoffrolle** die Faszien stärken und die Muskeln lockern

Arjen Robben, Matchwinner für die Bayern in der Champions League, kann ein Lied davon singen. Aber auch sein Teamkollege Bastian Schweinsteiger oder Jermaine Jones von Schalke 04: Sie alle fielen in der vergangenen Saison mehr oder minder lang wegen Wadenverhärtung aus. „Sehr oft sind in solchen Fällen nicht die Muskeln verletzt, sondern das Bindegewebe, Bänder, Sehnen oder Gelenkkapseln also“, sagt Dipl.-Sportwissenschaftler Thomas Schneider von Hessingpark-Clinic Therapie und Training.

Faszien so wichtig wie Muskeln

Nicht nur Leistungssportler sollten auf gesunde Faszien achten. Auch für Breitensportler, gesundheitsbewusste Bewegungsmenschen und selbst für Otto Normalverbraucher bedeuten gesunde und starke Faszien ein Plus an Leistungsfähigkeit, körperlichem Wohlbefinden und Lebensqualität. „Gesund und stark bedeutet dabei hochelastisch, geschmeidig und belastbar“, sagt Schneider. Wir halten bei Therapie und Training Faszien für mindestens so wichtig wie Muskeln. Schneider beschreibt Faszien „als Bindegewebe, das den gesamten Körper wie ein Netzwerk umhüllt und verbindet, von oben nach unten, von außen nach innen, von vorne nach hinten“. Nicht nur, dass Faszien Gelenke, Muskeln und Organe umhüllen, sie bilden auch komplette Sehnenplatten, etwa am Unterschenkel oder der Bauchdecke. Das Fasziennetzwerk stützt und schützt den Körper und wirkt bei Bewegung wie ein Stoßdämpfer.

Wissenschaft „entdeckt“ die Faszien

Auch von wissenschaftlicher Seite her wird den Faszien mehr und mehr Interesse entgegen gebracht. „Vor allem der 1. Internationale Faszienkongress 2007 an der Universität von Harvard in den USA hat gezeigt, dass die Faszien viel zu lange und vor allem fälschlicherweise für unwichtiges Bindegewebe gehalten wurden“, sagt Schneider. Spätestens seit dieser Zeit sei klar, dass die kollagene Faszienstruktur trainiert und unter Umständen sogar wieder verjüngt werden könne. Nach neuesten Studien scheint es belegt, dass ein regelmäßiges Training in den Faszien zum Aufbau einer elastischeren und „jüngeren“ Kollagenstruktur führt. Bewe-

gungsmangel, ob aus Bequemlichkeit oder Altersgründen, Schmerzen sowie Verletzungen führen hingegen zu einer „verfilzten“ und entsprechend schwachen Faszienstruktur. Die Folgen sind: Bewegungseinschränkungen und Schmerzen.

Mit Schaumstoffrollen gegen Verspannungen
Aus der Physiotherapie sind Techniken bekannt, mit denen Verklebungen gelöst und Muskeln gelockert werden können. Dabei walkt und knetet der Manualtherapeut das Muskelgewebe mit seinen Fingern und Händen, um die Verklebungen zu lösen und die Muskelspannung zu reduzieren. Dadurch wird das Gewebe besser durchblutet und die Faszien werden elastischer. Andererseits reagieren Druckrezeptoren im Muskelgewebe, was schmerzhafte Verspannungen abbaut. Diese Massagetechniken lassen sich aber auch – z. B. im häuslichen Bereich oder im Sport – mit Tennisbällen und Schaumstoffrollen simulieren. „Viele Sportler nutzen heute vor und nach einem Match oder einem anstrengenden Lauf solche Schaumstoffrollen“, sagt Thomas Schneider.

Weniger ist mehr
„Beim Faszientraining zählt der alte Spruch: Weniger ist mehr!“, sagt Thomas Schneider. Lieber kurz und regelmäßig trainieren, als lange und selten! Für empfehlenswert hält der Trainingsexperte drei Einheiten à 10-15 Minuten pro Woche. „Damit kann man sich jeder Muskelgruppe etwa 10 Sekunden widmen, das reicht für ein effektives Training“, so Schneider. Ein „Wohlfühleffekt“ sei direkt nach dem Training festzustellen, ein nachhaltiges Lösen, auch von sehr hartnäckigen Verklebungen, nach etwa sechs Monaten erreicht.

Verspanntes und verklebtes Bindegewebe lässt sich einfach und zu jeder Zeit selbst massieren.

Faszien stärken bei HP-C Therapie und Training

Etwa die Hälfte der Kollagenfasern im menschlichen Körper wird pro Jahr durch neue ersetzt. Dieser kollagene Erneuerungsprozess kann durch spezifische Trainingsaktivitäten angeregt, gefördert und optimiert werden. Ziel ist es, die Faszienstrukturen zu straffen, zu stärken, belastbarer und gleichzeitig maximal elastisch zu machen.

Fotos: HP-C

Heike Weiß und Elisabeth Traut

Heilpraktikerinnen
Physiotherapeutinnen

Therapieschwerpunkte:
- Bioenergetische Austestung
- Dunkelfelddiagnostik
- Osteopathie
- Manuelle Therapien, Chirotherapie
- Neuraltherapie
- Infusionstherapie
- Akupunktur
- Darmsanierung
- Orthomolekulare Medizin
- Klass. Naturheilverf.
- Bachblütentherapie
- Komplexhomöopathie
- Fußreflexzonenmassage
- Spagyrik
- Isopathie

Diverse Immunzellen reagieren in einem übersäuerten Organismus viel stärker und schneller.

Naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten bei Allergien:

Stabiles **inneres Milieu** wehrt Allergien ab

Im günstigsten Fall ist eine Allergie nur lästig, sie kann aber auch einschränkend und in schweren Fällen lebensbedrohlich werden. Fakt ist: In den vergangenen Jahrzehnten haben Allergien stark zugenommen. „Heute leidet jedes dritte Kind und jeder fünfte Erwachsene an einer Allergie“, schätzen die beiden Heilpraktikerinnen Heike Weiß und Elisabeth Traut von Hessingpark-Clinic Therapie und Training.

Die vielen „Gesichter“ der Allergiesymptome

Schnupfen, Brennen der Augen, Kurzatmigkeit, Hautausschläge nach bestimmten Nahrungsmitteln – das sind Symptome, die vielfach mit Allergien verbunden werden. Bisweilen gibt es aber auch Symptome, die im ersten Moment gar nicht an allergische Reaktionen erinnern, z. B. Kopf- und Muskelschmerzen, Verdauungsstörungen, Erschöpfung oder Infektanfälligkeit. Allen ist jedoch eines gemeinsam: Allergien sind Ausdruck einer Überreaktion des Immunsystems, das nicht mehr zwischen harmlosen und schädlichen Substanzen unterscheiden kann.

„Kommunikationsfehler“ in den Schleimhäuten

Bei Allergien spielen alle Schleimhäute des Körpers eine tragende Rolle. So ist z. B. der Darm das Kommunikationsorgan des Körpers zur Umwelt. Daneben wird auch eine genetische Disposition diskutiert. So spricht man bei Allergien z. B. auf Pollen oder bestimmte Nahrungsmittel von Sekundärallergien, die ihre Basis in Grundallergien, sowie in gestörten Schleimhäuten und einem gestörten inneren Milieu haben. Das Meiden dieser Sekundärallergene ist daher meist nur von vorübergehendem Erfolg.

Was war das „Primärallergen“?

Das „Primärallergen“ ist meist in Grundnahrungsmitteln zu suchen, die schon im Säuglingsalter verabreicht werden. Oft sind es tierische Eiweiße, die von der Darmschleimhaut des Säuglings noch nicht gut verarbeitet werden können. Daraus resultiert

Fotos: fotolia

langfristig eine Schwächung des Immunsystems. Wird später weiterhin und häufig tierisches Eiweiß aufgenommen, reagiert der Organismus ständig mit einer Immunantwort, bis hin zur Erschöpfung des Immunsystems.

Was kann die Naturheilkunde tun?
„Das hängt davon ab, ob das Geschehen akut ist, oder ob der Patient z. B. im Winter zu uns kommt, um etwas gegen seine Allergie im Frühjahr oder Sommer zu unternehmen“, sagt Heike Weiß. Bei akuten Zuständen werden zunächst die Symptome mit naturheilkundlichen Medikamenten, Akupunktur und Bioresonanz behandelt. Bei Patienten, die vorbeugend kommen, wird als erstes nach den am stärksten belasteten Organsystemen gesucht. Dies erfolgt durch eine ausführliche Anamnese, Blut- und Stuhluntersuchungen, Untersuchungen mit dem Dunkelfeldmikroskop und bioenergetische Austestung. „Die Erfahrung zeigt, dass eine langfristige Allergiebehandlung nur erfolgreich ist, wenn das innere Milieu wieder saniert wird“, erklärt Elisabeth Traut.

„In einer ausführlichen Anamnese suchen wir nach den am stärksten belasteten Organsystemen.“

Entlastung des „inneren Milieus“ stabilisiert das Immunsystem
Das „innere Milieu“ ist ein empfindliches System, das besonders sensibel auf Übersäuerung reagiert. Deshalb wird zuerst diese Übersäuerung behandelt, denn bestimmte allergenfördernde Zellen reagieren in einem übersäuerten Organismus viel sensibler und stärker. Die Entsäuerung kann medikamentös und durch Ernährungsumstellung gelingen. Als nächstes wird der Zustand von Darmflora und der Darmschleimhaut beurteilt. Die Darmflora besteht aus Billionen von Bakterien und bildet einen feinen Film auf der Innenseite des Darmrohres. Ist dieses „Ökosystem“ gestört, z. B. durch wiederholte Antibiotikagaben, einseitige Ernährung und Stress, ist die Darmwand durchlässiger. Die Folge: Zu große Eiweißmoleküle passieren die Darmwand und treten in Kontakt mit dem Lymphsystem, welches die Eiweiße als Fremdkörper erkennt und eine Immunantwort auslöst. Ein gezielter Aufbau der Darmbakterien und eine „Pflege“ der Schleimhaut (z. B. durch Ernährungsumstellung und orthomolekulare Medikamente) ist dann dringend angezeigt. Auch eine effiziente Entgiftung des Körpers von Schadstoffen kann das Immunsystem entlasten und dadurch wieder stabilisieren. „Eine solche Entgiftungstherapie führen wir mit naturheilkundlichen medikamentösen Ausleitungstherapien und unterstützend mit der Akupunktur durch“, erläutern Weiß und Traut. Diese Therapie auf ganzheitlicher Basis dauert 1-2 Jahre und sollte kontinuierlich durchgeführt werden.

Sprechzeiten:
Montag - Freitag:
8.00 - 18.00 Uhr

Anmeldung:
Telefonisch unter:
0821 909 91 16

Kompressionsstrümpfe in Feinstrumpf-Optik und Trendfarben.

Freiheit und Sicherheit in der Therapie mit der Orthese M.4 X-lock.

medi – eine Marke für die ganze Welt.

Ihre Gesundheit steht bei uns an erster Stelle.

medi ist einer der weltweit führenden Hersteller medizinischer Hilfsmittel. Unser Sortiment reicht von Kompressionsstrümpfen über Bandagen und Orthesen bis hin zu Prothesenpassteilen und orthopädischen Einlagen.

medi

www.medi.de

medi. ich fühl mich besser.

Hessingpark-Clinic Therapie und Training begeisterter Partner des Breitensports:

Wieder **ausgelassene Stimmung,** ambitionierte Sportler und jede Menge Spaß beim **„Firmenlauf“**

Was war das wieder für ein Volksfest für Teilnehmer und Zuschauer: 6000 Chefs, Mitarbeiter und Auszubildende von fast 360 (doppelt so viele wie im Vorjahr!) Firmen, Betrieben, Behörden und öffentlichen Einrichtungen waren beim „2. Augsburger m-net Firmenlauf“ am Start bei der Augsburger Messe. Sie wurden entlang der Strecke von Tausenden begeisterten Zuschauern frenetisch angefeuert. Auch in diesem Jahr wieder mit dabei als Partner bei diesem Festival des Breitensports war die Hessingpark-Clinic mit der Abteilung Therapie und Training.

Ideales Läuferwetter

Pünktlich um 19 Uhr schickte Augsburgs Oberbürgermeister Dr. Kurt Gribl, der auch Vorsitzender des Verwaltungsrates der Hessing Stiftung ist, die Läufer und Walker auf die Strecke. Anschließend schnürte das Stadtoberhaupt selbst die Läuferschuhe und machte sich auf die Strecke. Angenehme Frühlingstemperaturen um die 20°C, Sonnenschein, ein paar harmlose Wölkchen - der Wettergott hatte ein großes Herz für Organisatorin Katja Mayer und die Teilnehmer.

Starkes HP-C Team am Start

Das Motto des Tages war: „Laufschuhe sind Teil unserer Arbeitskleidung!“ Diesem Aufruf folgten auch die HP-C und die Hessing Stiftung in zweifacher Hinsicht. Zum einen stand eine 67 Frau und Mann starke Hessing-Mannschaft an der Startlinie des in diesem Jahr von fünf auf sechs Kilometer verlängerten Laufes. Zum anderen präsentierte sich die HP-C im Start-/Zielbereich an und in der Messehalle als Partner des Laufevents und als kompetente Ansprechstelle für Fragen rund um sportmedizinische Probleme. Die Infostände von HP-C Therapie und Training, an denen die Sportwissenschaftler und Physiotherapeuten bereitwillig Trainingstipps und allgemeine Gesundheitsratschläge gaben, waren den ganzen Abend dicht umlagert. Der Andrang war teilweise so enorm, dass die Ratsuchenden sogar kurze Wartezeiten in Kauf nehmen mussten – und das, obwohl die Abteilung Therapie und Training fast mit dem gesamten Personal an den Ständen vertreten war.

Wer am wenigsten wackelt, der gewinnt!

Stabilität und Gleichgewicht sind wichtige Faktoren für ein gesundes Laufen und eine hohe Lebensqualität im Alltag. Trainieren lassen sich Stabilität und Gleichgewicht mit dem Micro-Swing-System. Für den Firmenlauf hatten deshalb die Mitarbeiter von Therapie und Training eine solche „Wackelplatte“ mitgebracht und einen Wettbewerb ausgeschrieben. „Wer am wenigsten wackelt, der gewinnt!“, hieß es an der Messe. Und am wenigsten „gewackelt“ haben bei den Damen Doris Kraus und bei den Herren Martin Ziegler. Beide erhielten aus der Hand von Dipl.-Sportwissenschaftler Steffen Rodefeld jeweils einen Gutschein für eine kostenlose Laufanalyse.

Nicht nur beratend aktiv, sondern auch auf der Strecke: die Läuferinnen und Läufer von Hessingpark-Clinic und Hessing Stiftung.

Fotos: Th. Franzisi, Ph. Einwang

Nach anstrengenden sechs Kilometern waren alle Sieger.

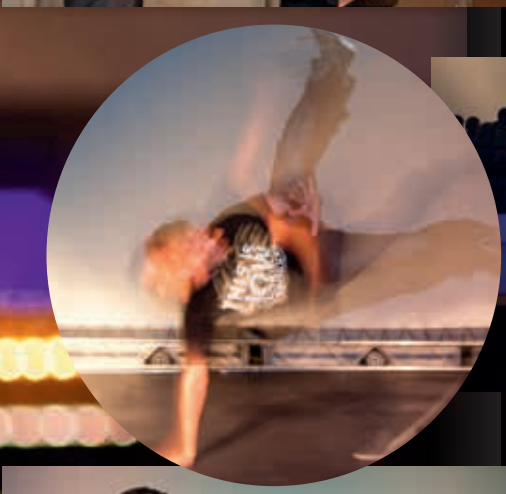
Nur nicht wackeln ...

Ein festlicher Abend für die ganze „Hessingpark-Familie“

Kinder, wie schnell doch die ZEIT vergangen ist ...

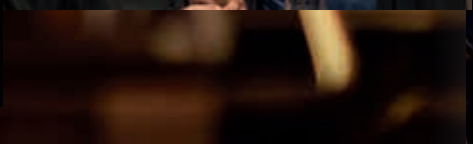
Feste und Jubiläen können verschieden interpretiert und zelebriert werden: Da gibt es die bourgeois überbordend dekadenten mit getrüffelten Spitzwegerich-Sprossen an gesülztem Wortschwallpesto; die „gespreizten“ Musst-Dabeisein-Partys mit Bussi-Bussi-Schickeria zu gestelzten Pumps und sonnenbankgebräunten D-Promis; die „krachernen“, mit Trinkgelagen bis zum raschen Verlust der Muttersprache und und und... Es gibt aber auch die familiären, bei denen die Balance zwischen Frohsinn und dankbarer Rückschau, zwischen besonnenem Ausblick und realitätsbezogener Tagesbetrachtung, zwischen Prosecco und Bier aus der Flasche gewahrt bleibt. So ein Fest für die „ganze Hessingpark-Familie“ (O-Ton Dr. Ulrich Boenisch“) war die 10-Jahresfeier der Hessingpark-Clinic. Die gelebte Internationalität, die die HP-C trotz aller Bodenständigkeit aber auch präsentiert, zeigte sich in der kulinarischen „Weltreise“, die Washington Rojas und seine Mitstreiter im Cateringteam auf die Gaumen der Festgäste zauberten: Kleine, aber feine Leckereien wie Ratatouillesalat mit Büffelmozarella, Satéspieße mit Erdnusssauce, Wokgemüse mit Basmatireis, Rucolatortellini mit Salbeibutter oder Cocos Panna Cotta mit Mangosoße unterstrichen die bodenständige Internationalität der „Jubilarin“.

10-Jahres Jubiläumsfeier



Fotos: Marko Petz, HP-C

Die „Da F.U.N.K.-Tanz Studios“ an der Oskar-von-Miller-Str. sind gewiss keine Heimstätte kontemplativer Stille. Aber so, wie bei der 10-Jahresfeier der HP-C „abgerockt“ wurde, so etwas erleben auch die Studios nicht alle Tage. Über 150 geladene Gäste, unter ihnen auch Stadtoberhaupt Dr. Kurt Gribl, ließen in der ehemaligen Fabrikhalle und jetzigen Eventlocation die Hessingpark-Clinic hochleben. In seiner Grußadresse meinte Dr. Gribl, der als OB gleichzeitig Vorsitzender des Verwaltungsrates der Hessing Stiftung ist: „Den hervorragenden Ruf, den sich die HP-C in den zehn Jahren ihres Bestehens erworben hat, hat sie sich hart erarbeitet. Durch hervorragende Ärzte, durch kompetentes und fürsorgliches Pflegepersonal und durch patientenorientierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Verwaltung und im Servicebereich“. Dass die HP-C-Familie aber ebenso „hart“ feiern wie arbeiten kann, das zeigte sie nach den offiziellen Willkommensadressen. Bei Musik, Tanzeinlagen und vielen Gesprächen vergingen die Stunden mindestens so rasch wie die ersten 10 Jahre der Clinic-Geschichte.



10-Jahres Jubiläumsfeier

HP-C Mitarbeiter als VIP-Gäste von Ex-Bayern-profi Jens Jeremies in der Allianz-Arena

Claus Rasch und **seine Lotterie** brachten die Stimmung zum Kochen

Diese „Showeinlage“ brachte die Stimmung bei der 10-Jahresfeier der HP-C zum Kochen: Geschäftsführer Claus Rasch bat kurz vor Mitternacht um etwas Aufmerksamkeit. Um Aufmerksamkeit für eine Tombola, bei der es Preise zu gewinnen gab, die sonst wohl kaum in Reichweite von Martina und Fritz Mustermann sind: Eintrittskarten für die VIP-Lounge von Ex-Bayernprofi Jens Jeremies in der Allianz-Arena! Nachdem sich das sehr schnell im Saal herumgesprochen hatte, brauchte Claus Rasch kein Mikro mehr, um auch den letzten Partygänger in der hintersten Ecke zu erreichen. Immer wieder brandeten Beifall und Jubel auf, als ein Name nach dem anderen aus der Lostrommel gezogen wurde. Aber auch die, die nicht unter den Glücklichen waren, freuten sich über das noble „Geburtstagsgeschenk“ des sympathischen Fußballstars.

Die unbekannten Gesichter der Hessingpark-Clinic:

„Operation Clean“ zwischen den OPs

Sie arbeiten hart für den Erfolg der HP-C, doch die wenigsten Gäste werden je von ihnen Notiz nehmen oder gar mit ihnen Kontakt haben: die „stillen Stars“ im Hintergrund, ohne die der Betrieb stillstehen würde.

Operation „Clean“

Wo gearbeitet wird, da entstehen Verunreinigungen, das ist eine Binsenweisheit. Abfall und Verunreinigung passen nun aber einmal gar nicht mit einem aseptischen OP-Bereich zusammen. Deshalb schlägt die Einsatzstunde von Andrea Patzina, Marion Plattner, Hudija Alic, Sanela Hodzic, Amra Delic, Sabina Mustic (nicht auf dem Foto) und Ursula Bönning (nicht auf dem Foto) immer dann, wenn die Ärzte die OP-Handschuhe abgestreift haben und der Eingriff beendet ist. Die „Operation Clean“, wie das Team der Hauswirtschaft OP auch genannt wird, muss dann in kürzester Zeit seine Aufgaben erledigen. Verbrauchte Tupfer, OP-Tücher und manchmal auch Blutspuren müssen entsorgt und beseitigt werden, der Fußboden penibel gewischt und der Raum für den nächsten Eingriff vorbereitet werden. Svetlana Diringer, Fachkraft Sterilisation, sorgt derweilen dafür, dass den Ärzten bei den nachfolgenden Eingriffen nie das „Besteck“ ausgeht und höchste Hygienestandards eingehalten werden.

Sie sind die „stillen Stars“, ohne die es an der HP-C keine Operationen gäbe: Die Damen der Hauswirtschaft OP.

Internationales Ausbildungszentrum für Fußchirurgie in Augsburg

Unsere Operationskurse zu den wichtigen Themen der modernen Fußchirurgie

- Vorfußchirurgie (Hallux Valgus, Hallux Rigidus, Hammerzehen)
- Rückfußchirurgie (Arthrodesen, Umstellungsosteotomien)
- Sprunggelenk-Chirurgie (Prothetik, Nagelung, Fixateure)
- MIS – Minimalinvasive Techniken
- Traumatologie (Vorfuß, Kalkaneus, Sprunggelenk)

Modernste Technik in einem historischen Gebäude

- Präparationssaal mit 7 Tischen und Vortragssaal mit 25 Sitzplätzen
- 20 Workshops in 2013
- 40 Workshops pro Jahr ab 2014
- Erfahrene Instruktoren

Q081192A_16-Jul-2013

WRIGHTLAB
MEDICAL EDUCATION INSTITUTE
AUGSBURG GERMANY

KURSE

BASIC
Dr. Paul Simons & Dr. Manfred Thomas: 01.10.2013 // 09.11.2013

ADVANCED + CCI
Dr. Ralph Springfeld: 02.11.2013 // 23.11.2013 // 14.12.2013

ORTHOLOC – Hallux valgus
Dr. Berlet (USA): 11.09.2013

TRAUMA
Dr. Cohen (USA): 30.09.2013

MICA – Minimal invasive Fußchirurgie
Dr. Vernois (F): (14.09.2013 // 08.10.2013 BEIDE TERMINE AUSGEBUCHT) 19.11.2013 // 17.12.2013

Weitere Termine in Planung – Kurssprache ist überwiegend Englisch
Aktuelle Informationen auf www.wright-medical.de

Wright Medical Technology reserves the right to publicly disclose the payment by Wright of any expenses, or any other transfer of value, made to or on behalf of a healthcare professional or organization and any other information required to be disclosed by applicable law.

hp-concret sagt:
„Happy Birthday“

Gudrun Wagner
17.10.
Marion Cervenka
05.11.
PD Dr. Florian Elser
21.11.
Susanne Depner
27.11.
Sabine Gabelsberger
10.01.
Helena Lang
27.03.
Manfred Scheurer
02.05.
Eva Emmerling
10.05.
Irina Ustuzanin
23.05.
Annerose Schäfer
06.08.

„Glückwunsch zur Hochzeit“

Aus **Ursula Siems**
wurde am 26.04.
Ursula Bönning

Aus **Sandra Horseling**
wurde am 01.06.
Sandra Siegner

Dr. Manfred Thomas
und **Teresa Thomas**
am 21.06.

„Willkommen“

Moritz Thomas
Sohn von
Dr. M. Thomas und
Teresa Thomas
*02.11.12

Madeleine Pauly
Tochter von
Helgart Pauly
*07.11.12

Sophie Kratzer
Tochter von
Katrin Kratzer
*15.11.12

Antonia Thumm
Tochter von
Isabell Thumm
*15.02.2013

Emilio Rother
Sohn von
Daniela Rother
*10.04.2013

Wertvolle Preise zu gewinnen!

1. Preis:
Laufanalyse

2. Preis:
Funktionelle Bewegungsanalyse

3. Preis:
Sportfreizeitführer Augsburg

X	Y	X	K	O	N	T	R	A	I	N	D	I	K	A	T	I	O	N
T	V	M	X	Q	O	X	R	A	M	B	U	L	X	A	G	L	T	Y
X	L	Z	Y	N	K	N	O	R	P	E	L	S	C	H	I	C	H	T
O	E	T	O	P	A	T	E	L	L	O	Y	N	D	E	A	K	R	H
R	U	W	O	H	E	N	T	X	A	T	A	M	H	Y	R	J	R	F
X	K	O	E	L	L	E	O	Y	N	X	Y	E	L	I	X	I	E	R
E	O	V	K	M	N	F	L	B	T	W	U	K	X	A	B	G	S	I
O	Z	P	H	I	S	P	A	L	I	B	E	B	I	T	L	G	E	B
X	Y	X	O	S	N	E	A	Y	E	V	N	A	R	K	O	S	E	U
R	T	N	S	Y	N	A	T	U	R	H	E	I	L	K	U	N	D	E
H	E	X	C	V	A	K	N	E	E	H	A	Z	E	P	N	G	U	R
X	N	K	E	S	E	L	L	E	N	B	O	G	E	N	D	K	T	O
G	I	H	D	O	M	A	S	T	Z	R	I	S	F	O	P	A	E	F
N	D	K	N	X	A	E	X	T	R	E	M	I	T	A	E	T	E	N
G	O	N	A	R	T	H	R	O	S	E	L	U	V	S	K	I	M	P

SO GEHT`S:

10 Begriffe finden, die mit der Hessingpark-Clinic in (lockerer) Verbindung stehen und die Sie nach der Lektüre von ***hessingpark-concret*** bestimmt erraten werden. Die Anfangsbuchstaben der Lösungswörter ergeben – von oben nach unten gelesen – das Lösungswort. Wer gute Augen hat, findet die Wörter auch in unserem „Buchstabensalat“. Auf die Gewinner warten wieder wertvolle Preise.

1. Gegenanzeige
2. Künstlicher Schlaf mit Schmerzlosigkeit
3. Einpflanzen, einbauen
4. Heiltrank
5. Lat.: Arthrose des Kniegelenks
6. Gelenk der oberen Extremität
7. Weiße Blutkörperchen
8. Gliedmaßen
9. Behandlung mit natürlichen Mitteln
10. Schutzschicht in Gelenken

Programm **„Losziehung“** feierte erfolgreiche Premiere

Das von ihnen selbst entwickelte manuelle Programm „Losziehung“ haben die beiden EDV-Experten Tobias Böck und Siegfried Ratzinger bei der Ziehung der Gewinner der Jubiläumsausgabe erstmalig erfolgreich angewendet.

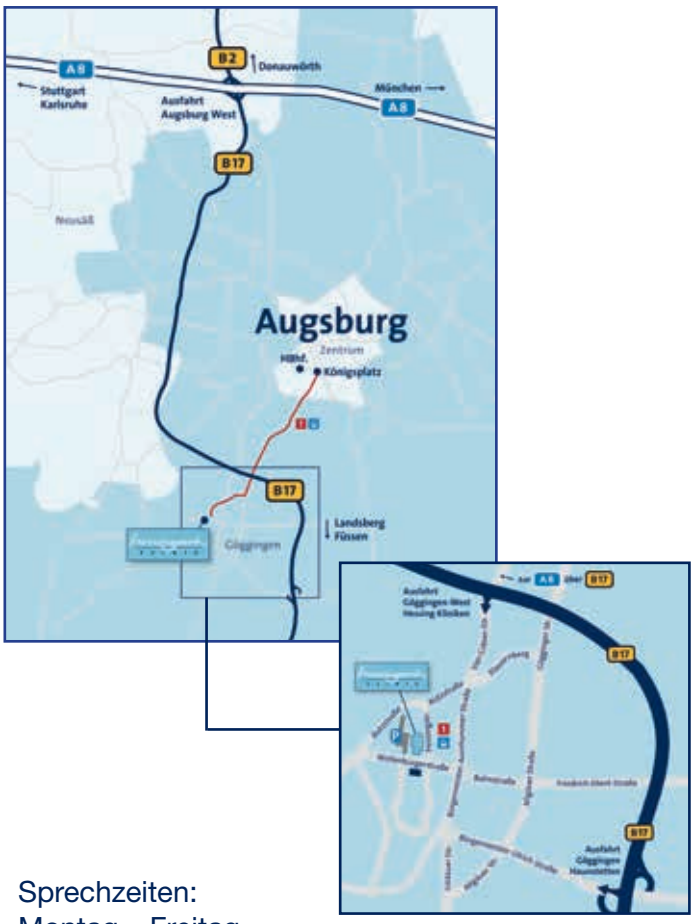
GEWINNER DER LETZTEN AUSGABE:

1. Preis: Daniela Wenninger, Gersthofen
2. Preis: Hannelore Binder, Augsburg
3. Preis: Herbert Weiß, Diedorf

Die Gewinner werden durch Los ermittelt, schriftlich benachrichtigt und veröffentlicht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Nicht teilnahmeberechtigt sind Mitarbeiter der Hessingpark-Clinic GmbH und deren Familienangehörige. **Einsendeschluss: 30.11.2013 (Datum des Poststempels)**

Lösungswort eintragen und gewinnen! Schreiben Sie an: Hessingpark-Clinic, Redaktion: *hessingpark-concret*, Hessingstraße 17, 86199 Augsburg

… eine Clinic, die ihre Patienten als Gäste empfängt.



hessingpark
CLINIC

Zentrum für konservative und operative Orthopädie

Fuß- und Sprunggelenkschirurgie
Handchirurgie
Hüftchirurgie
Kniechirurgie
Schulterchirurgie
Wirbelsäulentherapie

Anästhesie und Schmerztherapie
Kernspintomografie
Naturheilkunde
Prävention
Rheumatologie
Therapie und Training

Sprechzeiten:
Montag – Freitag
und nach Vereinbarung

Anschrift:
Hessingpark-Clinic GmbH
Hessingstraße 17
(Parkplatz Wellenburger Str.)
86199 Augsburg

Telefon: 0821 9 09 90 00
Fax: 0821 9 09 90 01
E-Mail: contact@hessingpark-clinic.de
Internet: www.hessingpark-clinic.de

Die Informationen in ***hessingpark-concret*** ersetzen nicht die Betreuung, Beratung und Versorgung durch Ärzte, Krankenhäuser, Apotheker und andere Leistungserbringer. Alle Informationen sind unverbindlich und für Patienten gedacht, die allgemeine medizinische und gesundheitliche Fragen haben. Die Informationen der Experten basieren auf deren aktuellem Wissensstand. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechtzeitigkeit der Antworten und Informationen wird jede Haftung ausgeschlossen.

Die Hessingpark-Clinic bietet ihre Leistungen außerhalb eines Versorgungsvertrages mit den gesetzlichen Krankenversicherungen an. Diese übernehmen daher in der Regel keine Kosten für eine Behandlung in der Hessingpark-Clinic. Fragen zur Kostenübernahme sollten bereits im Vorfeld einer Behandlung mit der jeweiligen Versicherung geklärt werden.

hessingpark CLINIC

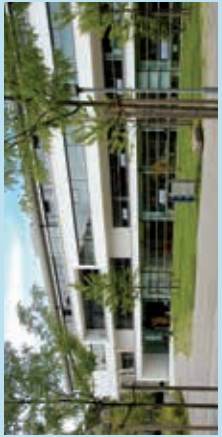
Anschrift:
Hessingpark-Clinic GmbH
Hessingstraße 17
86199 Augsburg

Telefon: 0821 9099000
Fax: 0821 9099001
E-Mail: contact@hessingpark-clinic.de
Internet: www.hessingpark-clinic.de

Sprechzeiten:
Montag – Freitag
und nach Vereinbarung

Hier ausschneiden!

hessingpark CLINIC



Hier ausschneiden!

Absender:

_____

_____

_____

Lösungswort:

***hessingpark-concret*, Ausgabe 1/13**

hessingpark CONCRET

Bitte ausreichend frankieren!

Hessingpark-Clinic GmbH

Redaktion: *hessingpark-concret*

Hessingstraße 17

D-86199 Augsburg