0105 Januar 2005

Medizinische Qualität durch konsequente Spezialisierung

hessingpark

C O N C R E T

Arthroskopie:

Minimal schneiden, maximal sehen

Rehabilitation:

Beginnt in der HP-C schon vor der Op

Bandscheibe:

Gefahr, wenn der Schmerz ausstrahlt

PyroCarbon:

Der Werkstoff mit Zukunft

JETZT NEU! DAS MAGAZIN!

Hallux valgus:

Kein Frust mit „Frostballen“

Editorial

Arthroskopie: Maximale Einsicht mit Minioptik

Dr. med. Ulrich Boenisch

Versuche, sich mit einer kleinen Optik direkten Einblick in den Menschen zu verschaffen, unternahmen japanische Ärzte schon 1918. Aber erst 1962, als in Tokio erstmalig ein Meniskus unter arthroskopischer Sicht entfernt wurde, schlug die wirkliche Geburtsstunde der operativen Arthroskopie (gr. arthros = Gelenk, skopein = betrachten). „Gefährlicher Unsinn“, spotteten damals nicht wenige „richtige“ Chirurgen entsetzt. Irrtum! Bis heute hat sich daraus eine komplett neue Disziplin mit neuer Operationsphilosophie entwickelt: die minimal-invasive Chirurgie.

In der Hessingpark-Clinic ist diese Philosophie Programm in allen operativen Fachabteilungen. Wann immer möglich, werden die im Leistungsspektrum angebotenen orthopädischen Eingriffe arthroskopisch, d. h. minimal-invasiv durchgeführt. Nicht zuletzt deshalb, weil die orthopädischen Krankheitsbilder und die betroffenen anatomischen Strukturen für eine arthroskopische Diagnostik und eine minimal-invasive Versorgung besonders gut zugänglich sind. Ob Knie-, Schulter-, Hand- und Sprunggelenk oder die Wirbelsäule, ob traumatische oder degenerative Veränderungen – die Möglichkeiten zum Einsatz der Arthroskopie sind vielfältig und wachsen durch die Fortschritte in der Medizintechnik ständig weiter. Minimale Optiken bieten heute maximale Einsicht in das Operationsgebiet.

„Die Einsatzmöglichkeiten für die Arthroskopie wachsen ständig“

Gegenüber offenen chirurgischen Verfahren hat die „Schlüssellochchirurgie“ für Sie als Patienten eine ganze Reihe entscheidender Vorteile: kleinere Schnitte und Operationsbezirke, weniger Blutverlust, kürzere Op-Dauer, geringere postoperative Schmerzen. Heilung und Wiederherstellung erfolgen rascher und Sie können schneller wieder Ihrem Alltag und Ihrem Beruf nachgehen. Für die Lebensqualität ein ganz bedeutender Aspekt.

Sich direkten Einblick zu verschaffen ist das Hauptanliegen der Arthroskopie. So wie uns Ärzten der Hessingpark-Clinic das Arthroskop Einblicke in Gelenke verschafft, wollen wir Ihnen mit unserem Magazin **Hessingpark concret,** dessen Erstausgabe Sie gerade in Händen halten, in Zukunft regelmäßig Einblicke hinter die Kulissen „Ihrer“ Hessingpark-Clinic verschaffen. Wir haben uns alle Mühe gegeben, ein buntes Spektrum an Themen aufzugreifen und hoffen, die Lektüre macht Ihnen ebenso viel Spaß wie uns die Erstellung von **Hessingpark concret.**

Dr. Ulrich Boenisch

Impressum

Hessingpark concret: Periodikum der Hessingpark-Clinic GmbH im Eigenverlag
Herausgeber: **Hessingpark-Clinic GmbH, Hessingstraße 17, 86199 Augsburg;** Schriftleitung: **Dr. med. Gunther Boenisch, Willibald Lunzner;** Verlag & Redaktion: **Eigenverlag Hessingpark-Clinic Augsburg;** Redaktion: **Dr. med. Gunther Boenisch;**
Kontaktadresse: **29, Rue des Martyrs, F-69230 St. Genis Laval, Tel. 0172/6 13 68 73, E-Mail: boenisch-lyon@wanadoo.fr;**
Layout & Grafik: **HE!design by Heidi Eichner, Münchsdorf;** Druck: **Moosburger Druckhaus Herbert Hochmuth;** ISSN beantragt

Copyright 2005 by Hessingpark-Clinic GmbH
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Hessingpark-Clinic GmbH

News

Genie und Grenzgänger

Aufgewachsen in Peru, begann der achtjährige Juan José Chuquisengo ohne Lehrer, Klavier zu spielen und zu improvisieren. Gegen den Willen seiner Eltern entschied er sich, Musiker zu werden, und ging als Jugendlicher nach Europa.

Dort begegnete Chuquisengo in München dem Dirigenten Sergiu Celibidache, der seine weitere Entwicklung grundlegend prägte. Chuquisengo gab kaum noch öffentliche Konzerte und widmete sich dem Studium der von Celibidache gelehrten Phänomenologie: „In Celibidaches Lehre öffnete sich mir die Möglichkeit, die Grenzen des rein Subjektiven zu überschreiten und zu den lebendigen Gesetzmäßigkeiten vorzudringen, die die Beziehung von Klang, Musik und Mensch ausmachen."

Mitte der neunziger Jahre begann Chuquisengo wieder, in der Öffentlichkeit aufzutreten. Er gewann erste Preise bei internationalen Klavierwettbewerben, u. a. als bester Bach- und Beethoveninterpret. Seither konzertiert er solistisch und mit Orchestern in Europa, den USA und Lateinamerika.

Juan José Chuquisengo lebt mit seiner Familie in München.

Kontakt:
Musikproduktion
Jürgen Höflich
Enhuberstr. 6–8,
80333 München
Tel. 089/52 20 81
hoeflich@musikmph.de

Begnadete Hände: Juan José Chuquisengo und Dr. Ulrich Frank beim Galakonzert

... eine Clinic, die gerne ihre Gäste empfängt

Die Hessingpark-Clinic ist im Oktober 2002 mit dem Vorsatz angetreten, eine Clinic zu sein, „die ihre Patienten als Gäste empfängt". Diesen Vorsatz, von Kritikern als w(h)ohlklingende Marketingplatitüde im immer härter werdenden Gesundheitsmarkt apostrophiert, leben die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter seither nicht nur im Umgang mit Patienten: Wer immer sich für die Arbeit und das Leistungsspektrum der Hessingpark-Clinic interessiert, der wird willkommen geheißen.

Tausendste Patientin

Eveline Gistel aus Gablingen war die tausendste Patientin, die in der Hessingpark-Clinic operiert wurde. Gefeiert werden konnte dieses kleine „Jubiläum" bereits ein Jahr nach der Eröffnung. „Tausend stationär operierte Patienten sind ein deutlicher Beweis für die Akzeptanz und Leistungsfähigkeit unseres Hauses", sagte Geschäftsführer Willibald Lunzner. Die Blumen, die Lunzner und Physiotherapeutin Heike Artzt überreichten, gab Eveline Gistel symbolisch gleich weiter: „An die Pflegekräfte auf Station, denn die sind wirklich einsame Spitze!"

Hatte nach der Op wieder gut lachen: Eveline Gistel, die tausendste Patientin

Lernen am Modell: Ärzte beim Workshop „Arthroskopie in der Handchirurgie"

„Hands at six"

Der kollegiale Erfahrungsaustausch ist ein wichtiges Anliegen des Ärzteteams der Hessingpark-Clinic. Als feste Größe hat sich die Veranstaltungsreihe „Hands at six" etabliert. In lockerer Reihe, aber immer an einem Mittwoch um 18 Uhr, lädt Dr. Ulrich Frank zur wissenschaftlichen Fortbildung rund um das Thema „Handchirurgie" ein. Weiterer Höhepunkt im vergangenen Jahr: Ein gutes Dutzend Ärzte aus dem In- und Ausland drückte bei dem zweitägigen Praxisworkshop „Arthroskopie in der Handchirurgie" an der Hessingpark-Clinic nochmals die „Schulbank".

BDS und Rotarier in der HP-C

Beeindruckt von dem medizinischen Leistungsangebot, aber auch von dem hotelähnlichen Ambiente der Hessingpark-Clinic (HP-C) zeigten sich die Mitglieder des Bundes der Selbstständigen (BDS) in Schwaben sowie der Rotary-Clubs aus Dillingen und Friedberg bei ihren Besuchen. „Hier wird Orthopädie als interdisziplinäre Teamarbeit verstanden", bemerkte mit Respekt der stellvertretende BDS-Vorsitzende Rolf D. Neuburger.

Clinic-Foyer als Konzertsaal

Eine Premiere erlebte die Hessingpark-Clinic kurz vor Weihnachten: Beim Galakonzert mit dem peruanischen Klaviervirtuosen und Celibidache-Meisterschüler Juan José Chuquisengo wurde das Foyer der Hessingpark-Clinic zum Konzertsaal. Mit seinen begnadeten Interpretationen alter Meister begeisterte der in München lebende Ausnahmemusiker fast 200 geladene Gäste. Standing Ovations gab es zudem schon vor der Pause für die „Petite Suite" von Claude Debussy, die Chuquisengo vierhändig mit seinem Freund (und Klavierschüler) Dr. Ulrich Frank vortrug.

Beim Alpinski reißt das Kreuzband besonders oft, weiß Dr. Ulrich Boenisch – hier mit Martina Ertl – aus seiner Erfahrung als Mitglied im Ärzteteam des DSV

Dr. med. Ulrich Boenisch

Sportorthopädie/ Arthroskopische Chirurgie

Ärztlicher Leiter der Hessingpark-Clinic

Spezialgebiete:
- Sportverletzungen
- Erst- und Revisionseingriffe an Schulter, Knie, Ellenbogen und Sprunggelenk

Kreuzbandrisse per Schlüsselloch versorgen

Er hatte gerade einen „Riesenlauf“, da erwischt es auch ihn: Jungnationalspieler Andreas Görlitz vom FC Bayern München zieht sich im Champions-League-Spiel bei Juventus Turin im November vergangenen Jahres einen Kreuzbandriss zu. Damit ist er in prominenter Gesellschaft: Ex-Bayern-Star Giovanne Elber, Ski-Ass Hilde Gerg oder TV-Moderator Reinhold Beckmann („Beckmann“), um nur einige zu nennen.

Knie besonders verletzungsgefährdet

Wie Beckmann sind Hobbysportler immer häufiger von Knieverletzungen betroffen: „Besonders risikoreich ist neben Ballsportarten vor allem der alpine Skilauf“, sagt Dr. Ulrich Boenisch, Sportorthopäde und Ärztlicher Leiter der Hessingpark-Clinic. Bedeutete ein gerissenes Kreuzband für viele Profis früher oft das Karriereende, ist es heute meistens nur eine „lästige Unterbrechung“. Dank moderner Operationstechniken und -instrumente sowie verbesserter Trainings- und Rehabilitationsmaßnahmen ist es jetzt in aller Regel so, dass auch Sportprofis nach etwa einem halben Jahr wieder voll und erfolgreich ihrem Beruf nachgehen können. Wie Hilde Gerg, die im Ski-Weltcup auch mit rekonstruiertem Kreuzband regelmäßig aufs Podest „brettert“.

Gezieltes Training stabilisiert das Knie

Ein Kreuzbandriss ohne Begleitverletzung kann konservativ oder operativ behandelt werden: „Vor allem bei älteren Menschen und reinen Hobbysportlern lässt sich durch konsequentes Training die Beinmuskulatur so aufbauen, dass trotz gerissenen Kreuzbandes die Stabilität des Knies für alltägliche Belastungen ausreicht“, so Dr. Ulrich Boenisch. Aber auch bei gut aufgebauter Muskulatur entsteht eine erhöhte Belastung für die Menisken. Folgeschäden, bedingt durch das fehlende Kreuzband, sind nicht endgültig auszuschließen. Wer in seiner Freizeit allerdings wieder sportlich voll aktiv sein will, der wird um eine Operation nicht herumkommen. „Bei Kreuzbandverletzungen mit Begleitverletzungen, etwa Knorpel- oder Meniskusschäden, oder Verletzungen mehrerer Bandstrukturen und bei jüngeren Menschen ist der Eingriff schon deshalb indiziert, weil unbehandelt ein deutlich erhöhtes Risiko für die Entstehung von Arthrosen und Langzeitschäden besteht“, warnt Boenisch vor den Folgen eines zu leichtfertigen Umgangs mit der Verletzung.

> „Unbehandelte Kreuzbandrisse bringen ein deutlich erhöhtes Arthroserisiko“

Operation per Schlüsselloch

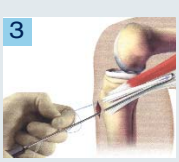
Standard bei der operativen Versorgung einer Kreuzbandruptur ist an der Hessingpark-Clinic das arthroskopische Vorgehen. Dank des Einsatzes hochauflösender Optiken und chirurgischer Instrumente im Miniformat muss das Kniegelenk nicht mehr im großen Umfang geöffnet werden. Über zwei kleine Schnitte am linken und rechten Rand des Gelenkes kann es „per Schlüsselloch“ eingesehen und der Schaden behoben werden. Dabei wird normalerweise das gerissene Kreuzband mit körpereigenen Transplantaten, etwa dem mittleren Drittel der Kniescheibensehne (**Grafik 1** + **2**) oder einem Stück Sehne aus der Oberschenkelmuskulatur (**Grafik 3**), ersetzt. „Es reicht nicht, die zerrissenen Enden einfach zu vernähen“, erläutert Dr. Boenisch das Vorgehen. Die besten Heilungsergebnisse sind zu erwarten, wenn das Knie zum Zeitpunkt der Operation wieder weit gehend abgeschwollen, frei beweglich und möglichst schmerzfrei ist. Das bedeutet, dass nach einem Kreuzbandriss ohne Begleitverletzungen keine Eile für die operative Versorgung angesagt ist. „Günstig ist es, dem verletzten Knie genügend Zeit zur Erholung zu geben, etwa 4 bis 6 Wochen“, so Dr. Boenisch. Zeit, die zur Physiotherapie genutzt werden sollte, damit das Knie bis zum OP-Termin wieder voll beweglich und abgeschwollen ist.

Operation per Schlüsselloch:

1

2

3



Grafiken: Linvatec; Foto: GEPA-pictures

Tipps zur Prophylaxe von Hallux valgus

Dr. med. Manfred Thomas sagt Ihnen, wie es geht:

1 Prophylaxe fängt beim Schuh an!

- Kaufen Sie möglichst keine spitz zulaufenden, sondern Schuhe mit Bewegungsfreiheit für die Zehen.
- Tragen Sie bei schönem Wetter offene Schuhe.
- Wechseln Sie öfter die Schuhe, vor allem, wenn Sie viel stehen müssen.

2 Fußgymnastik kräftigt die Fußmuskulatur

Fußgymnastik fördert die Durchblutung und kräftigt die Muskulatur.

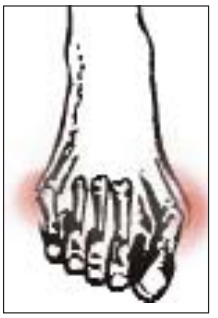
- Kurzprogramm: mehrmals täglich die Zehen einkrallen und wieder strecken, anschließend kreisende Bewegungen mit dem Fuß durchführen, versuchen Sie ein Blatt Papier mit den Zehen zu greifen – so viel Zeit ist immer.

3 Massage & barfuß laufen!

- Bürstenmassagen machen müde Füße wieder munter.
- Laufen Sie wieder mehr barfuß!

■ Fußgymnastik wirkt solchen Fehlstellungen entgegen

■ Nicht nur kosmetisch störend, sondern auch extrem schmerzhaft: Hallux valgus



Dr. med. Manfred Thomas

Fußchirurgie/Sprunggelenkschirurgie

Spezialgebiete:
- Fuß- und Sprunggelenkschirurgie

Der Frust mit dem schmerzhaften „Frostballen“

Manchmal ist es nur ein kosmetisches Problem, wenn sich die Großzehe immer mehr in Richtung der anderen Zehen abwinkelt. Viel häufiger aber ist ein Hallux valgus, wie die Fehlstellung im Fachjargon heißt, zudem extrem schmerzhaft. Dann hilft nur noch eine Operation, mit der die Großzehe wieder „auf Kurs“ gebracht wird. Denn: „Definitiv geheilt werden kann der Hallux valgus nur operativ“, sagt Dr. Manfred Thomas, Leiter der Abteilung für Fußchirurgie an der Hessingpark-Clinic.

... nur noch mit ollen Schlappen rumlaufen

Wenn es geschlechterspezifische Erkrankungen gibt, dann ist der Hallux valgus eine typische Frauenkrankheit. Ob vom Volksmund „Frostballen“ oder „Ballenzehe“ genannt – der Hallux valgus ist die häufigste Zehenfehlstellung beim Menschen und betrifft weit mehr Frauen als Männer. Davon kann auch Heidi V. ein Lied singen. Für die attraktive Enddreißigerin war es anfangs „nur ein wenig störend“, als sich ihre Großzehen nach innen in Richtung der übrigen Zehen abzuwinkeln begannen. Heute, knapp zwanzig Jahre später, steht vor allem die rechte Großzehe nahezu rechtwinklig zu den anderen Zehen. Die Großzehenballen sind fast immer entzündet und so schmerzhaft, dass Heidi V. „nur noch mit ganz ollen Schlappen“ rumlaufen kann. „Diese Krankengeschichte ist ganz typisch für Hallux valgus“, so Dr. Manfred Thomas. „Treten Schmerzen auf, beginnen sie meist am Großzehengrundgelenk, dort, wo das Köpfchen des ersten Mittelfußknochens an der Innenseite hervorspringt.“ Das hat zweierlei Gründe: Zum einen lastet ein Großteil unseres Körpergewichtes auf dem ersten Mittelfußknochen, zum anderen ist der Fuß an dieser Stelle am breitesten, die Schuhe drücken hier am stärksten.

Spitzes Schuhwerk knickt den Zeh

„Spitzes, enges Schuhwerk mit hohen Absätzen ist neben einer genetischen Veranlagung die Hauptursache für die Entstehung des Hallux valgus und anderer Zehenfehlstellungen“, so Dr. Manfred Thomas. Diese Schuhmode fördert eine Abwinkelung der Großzehe im Grundgelenk. Oft ist die Abwinkelung auch auf einen Spreizfuß zurückzuführen. Begünstigt durch diesen statischen Defekt wölbt sich das Köpfchen des ersten Mittelfußknochens nach außen, wodurch sich ein Schleimbeutel bildet, der sich leicht entzünden kann. Durch den Zug der am großen Zeh ansetzenden Muskeln wird die Fehlstellung verstärkt. Dennoch brauchen die „aus der Reihe tanzenden Zehen“ nicht als schicksalhaft hingenommen werden, moderne Op-Methoden schaffen in den meisten Fällen dauerhaft Abhilfe.

> „Spreizfuß kann einen Hallux valgus fördern“

Gelenkerhalt steht im Vordergrund

Von den über 150 möglichen Op-Techniken bevorzugt Dr. Manfred Thomas die gelenkerhaltenden. Belastbarkeit und Beweglichkeit des Fußes verbessern sich dadurch so, dass „viele unserer Patientinnen wieder problemlos Sport treiben können“. Zudem ist für ihn die Korrektur eines Hallux valgus mehr als das „Geradestellen“ eines Zehs. Dauerhafte Beschwerdefreiheit gibt es nach den Erfahrungen von Dr. Thomas – er gehört zu den ersten Ärzten in Deutschland, die das Zertifikat „Fußchirurgie“ erworben haben – nur bei gleichzeitiger Korrektur der gesamten Statik des Fußes. In der Hessingpark-Clinic können die Patienten zwischen ambulanter und kurzstationärer, d. h. einer 3- bis 4-tägigen Aufnahme, wählen. In beiden Fällen erfolgt die Mobilisierung bei komplikationslosem Verlauf ab dem zweiten postoperativen Tag mit einem Vorfußentlastungsschuh.

Diese Winzlinge aus Kohlenstoff machen arthrotische Finger wieder gelenkig

PyroCarbon macht Finger wieder gelenkig

Kosmetisch perfekt: Die Operationsnarben, die nach Implantation von PyroCarbon bleiben, sind so klein, dass sie nur der Kenner erspäht

In der Hessingpark-Clinic implantiert Dr. Ulrich Frank, Leiter der Abteilung für Handchirurgie, winzige Prothesen aus Kohlenstoff (PyroCarbon) in verschlissene Fingergelenke. Mit dieser neuartigen Behandlungsmethode, die bislang nur wenige Zentren in Deutschland anbieten, kann jetzt auch in fortgeschrittenen Stadien die Gelenkigkeit arthrotischer Finger wieder weitestgehend hergestellt werden.

Es ist weniger der diffuse Schmerz im Daumensattelgelenk, der Monika W., Grundschullehrerin aus Überzeugung und mit einem feinen pädagogischen Händchen, nervt, wenn sie beim Korrigieren der Klassenarbeit längere Zeit den Kugelschreiber im Dreifingergriff hält. Vielmehr, so die charmante Mittvierzigerin etwas verlegen, sei sie ja gekommen, weil neuerdings die kleinen Fingergelenke morgens sehr steif und kälteempfindlich geworden seien. Für die attraktive und aktive Frau, die als Hobbymalerin auch in ihrer Freizeit viel Fingerspitzengefühl beweist, ein ernster Grund zur Sorge.

Volkskrankheit Fingerarthrose

An einer Fingerarthrose, einer chronischen Abnutzung der Finger- oder Daumenwurzelgelenke, leiden hier zu Lande etwa die Hälfte aller Frauen und mehr als ein Drittel aller Männer. Für Dr. Ulrich Frank sind Polyarthrosen der Fingergelenke deswegen auch „kein Schönheitsfehler, sondern eine echte Volkskrankheit mit erheblicher Beeinträchtigung der Lebensqualität“. Fingerarthrosen machen sich vor allem an den End- und Mittelgliedern sowie am Daumensattel bemerkbar. Ursache ist zumeist eine chronische Abnutzung des Gelenkknorpels. Die Beschwerden reichen vom gelegentlichen Belastungs- bis zu heftigem Dauerschmerz mit ausgeprägter Bewegungseinschränkung. Oft bilden sich auch Knötchen an den Seiten der Gelenke, es kann zu Seitenabweichungen kommen und das Gelenk instabil werden. Möglicherweise sind genetische und/oder hormonelle Faktoren dafür verantwortlich, dass Frauen signifikant häufiger betroffen sind als Männer.

Konservativ nur im Frühstadium

Im Frühstadium rät Dr. Urich Frank zu einem konservativen Therapieversuch. „Lassen sich die Schmerzen konservativ nicht beheben, kann die Implantation eines künstlichen Fingergelenks angezeigt sein“, so der Handexperte. Dr. Frank vertraut an der Hessingpark-Clinic auf PyroCarbon-Prothesen, die zu 100 % aus Kohlenstoff bestehen. Der Vorteil: PyroCarbon hat eine hervorragende Knochenverträglichkeit. „Osteointegration“ heißt das Zauberwort, das es Dr. Frank ermöglicht, beim Einsetzen der Prothesen auf Knochenzement zu verzichten. Die Rate der Prothesenlockerung ist damit signifikant geringer als bei anderen Methoden.

Interview mit Dr. Ulrich Frank

Dr. med. Ulrich Frank

Handchirurgie

Spezialgebiete:
- Komplette Hand- und Handgelenkschirurgie
- Unterarm- und Ellenbogenchirurgie inkl. plastischer Chirurgie

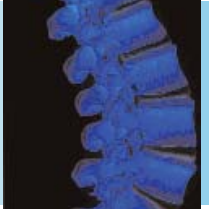
Hessingpark concret: *Herr Dr. Frank, wie haltbar sind die von Ihnen verwendeten Prothesen?*

Dr. Frank: Auch nach Millionen von Bewegungen hat sich in Tests kein nennenswerter Abrieb auf den Gelenkflächen gezeigt. Es gibt nach dem heutigen Wissensstand der Werkstoffkunde kein vernünftiges Argument, diese Prothese nicht auch bei jungen Patienten einzusetzen.

Hessingpark concret: … *und die Nachbehandlung?*

Frank: Eine intensive Nachbehandlung ist zwingend erforderlich. Die Rehabilitation erstreckt sich über etwa 6 Wochen. Unser Haus verfügt über eine Rehabilitationsabteilung mit dafür bestens geschulten Therapeuten.

„Intensive Nachbehandlung ist zwingend erforderlich“



Infos

Alarm, wenn der Kreuzschmerz ins Bein schießt!

Eigentlich ist der Mensch gar nicht zum Aufrechtgehen geschaffen. Dass wir es dennoch können, verdanken wir nicht zuletzt den Bandscheiben. Diese unterliegen ständig hoher Belastung, bei entsprechendem Verschleiß kann es zu einem Bandscheibenvorfall kommen. „Zwar sind diese häufig, doch bedeutet nicht jeder stärkere Rückenschmerz automatisch einen Bandscheibenvorfall“, beschwichtigt Dr. Hohmann.

Allerdings gibt es ein paar Anzeichen, die für einen Bandscheibenvorfall sprechen, vor allem, wenn Sie sich im dafür „kritischen“ Lebensalter zwischen dem 45. und 65. Lebensjahr befinden:

- Rückenschmerzen, die ab und an ins Gesäß oder Bein ausstrahlen
- Das Anheben der Zehen oder das Stehen auf den Zehen ist erschwert.
- Es kommt zu einem leichten Kribbeln im Bein.

Alarmstufe Rot besteht, wenn folgende Symptome auftreten:

- Anheben der Zehen ist nicht mehr möglich.
- Das Stehen auf den Zehen ist unmöglich.
- Der Oberschenkel knickt mangels Kraft ein.
- Der Rückenschmerz strahlt dauerhaft ins Bein aus.
- Es kommt zu Taubheitsgefühl und Lähmungserscheinungen im Bein.

Bei diesen Symptomen sollten Sie umgehend einen Arzt aufsuchen, denn ein Verschleppen dieser Symptome kann schon in kurzer Zeit zu möglicherweise irreparablen Nervenschädigungen und bleibenden Schäden führen.

Kein „Kreuz“ mit dem Kreuz: Bandscheibenvorfälle mikrochirurgisch beheben

Herr Doktor, ich komme mit einem dicken Fragezeichen“, erinnert sich Dr. Felix C. Hohmann noch deutlich an das Ende des Telefonates mit Dieter P. Kaum eine Stunde später stand Herr P. im Praxiszimmer von Dr. Hohmann, dem Wirbelsäulenspezialisten der Hessingpark-Clinic. Trotz der offensichtlichen Schmerzen, die Herr P. hatte, mussten beide schmunzeln. Herr P. hatte zweifellos einen unerschütterlichen Humor, denn das von ihm angedeutete Fragezeichen bezog sich nicht auf eine Frage, sondern auf seine Körperhaltung: Ganz offensichtlich zwang ihn ein akuter Bandscheibenvorfall in eine Körperhaltung, die einem Fragezeichen nicht unähnlich war.

Wenn der Stoßdämpfer schlapp macht

Dr. Hohmann vergleicht die Bandscheiben der menschlichen Wirbelsäule mit den Stoßdämpfern eines Autos. Nicht nur, weil Dieter P. als Fahrlehrer einem solchen Vergleich besonders zugänglich ist, sondern weil es in der Funktion von Bandscheiben und Pkw-Stoßdämpfern größte Gemeinsamkeiten gibt. Wie ein Autostoßdämpfer federt die menschliche Bandscheibe im Verlauf eines Lebens hunderttausende von Schlägen und Stößen ab. Bei jedem Schritt lastet kurzfristig ein tonnenschwerer Druck auf der Wirbelsäule. „Wären die Wirbelkörper nicht so hervorragend durch die dazwischen liegenden Bandscheiben abgefedert, könnten wir praktisch nicht oder nur sehr kurz aufrecht gehen“, verdeutlich der Orthopäde. Nicht immer bleiben die menschlichen „Stoßdämpfer“, die aus einem sehr festen, sehnigen Faserring (Anulus fibrosus) und dem knorpeligen Bandscheibenkern (Nucleus pulposus) bestehen, ein Leben lang unversehrt. Wie im Fall von Dieter P.: Bei ihm, das zeigte sich in der anschließenden Kernspintomografie, war es zu einem kompletten Bandscheibenvorfall zwischen dem 4. und dem 5. Lendenwirbel gekommen. Eine Operation war in diesem Fall unumgänglich, denn „hier waren große Teile des Gallertkerns durch einen Riss im Faserring in Richtung Rückenmarkskanal gerutscht und hatten den Ischiasnerv eingeklemmt“, skizziert Dr. Hohmann den Vorfall. Dieter P. blieb dann auch gleich in der Hessingpark-Clinic, wo er noch am selben Tag unters „Messer“ kam.

> „Mikrochirurgie wird auch bei Bandscheiben favorisiert“

Mikrochirurgie trotz Maximalvorfall

Allerdings benutzte Dr. Hohmann kein gewöhnliches Skalpell, sondern eines aus dem Werkzeugkoffer der Mikrochirurgie. Trotz des maximalen Bandscheibenschadens, wie ihn beispielsweise Herr P. hatte, setzt Wirbelsäulenspezialist Dr. Felix Hohmann bevorzugt auf diese minimal-invasiven Operationsverfahren. „Natürlich hängt die Wahl der Op-Methode von der Größe und der Lage des Bandscheibenvorfalls sowie der Dringlichkeit des Eingriffes ab“, unterstreicht Hohmann, „aber in der überwiegenden Zahl der Fälle werden in der Hessingpark-Clinic Bandscheibenoperationen mikrochirurgisch durchgeführt.“ Für die optimale Übersicht und die bestmögliche Ausleuchtung des gerade mal ein paar Quadratzentimeter großen Operationsfeldes sorgt das Operations-Mikroskop. Das Verfahren ist gewebeschonend und meist so unblutig, dass auf das Einlegen von kleinen Drainageschläuchen zur postoperativen Hämatomprophylaxe verzichtet werden kann. Unbestreitbarer Vorteil für die Patienten: Der notwenige Hautschnitt von zwei bis drei Zentimetern verheilt schnell, der Wundschmerz ist gering und schon nach etwa vier Stunden können die Patienten das Krankenbett erstmalig wieder verlassen. „Insgesamt sind die Patienten nach einem mikrochirurgischen Eingriff viel schneller wieder auf den Beinen“, sagt Hohmann.

Dr. med. Felix C. Hohmann

Wirbelsäulentherapie

Spezialgebiete:
- Mikrochirurgie Hals- und Lendenwirbelsäule
- Verengung des Wirbelkanals
- Bandscheibenvorfälle
- Rückenschmerzen
- Ischiasschmerzen
- Bandscheibenverschluss
- Instabilität der Wirbelsäule
- Künstl. Bandscheiben

Schmerzen unterdrücken, wo sie entstehen

Tuto, cito, jucunde – sicher, schnell und angenehm soll eine Operation sein. Diese Forderung stammt von einem der ganz „Großen“ der Medizin: Asklepios (12. Jh. v. Chr.). Vielleicht forderte der griechische Gott der Heilkunde das aus eigener leidvoller Erfahrung. Denn Asklepios, das Leib gewordene Ergebnis eines Schäferstündchens von Lichtgott Apollo mit der Nymphe Koronis, ist – zumindest sagt es so die griechische Mythologie – per Kaiserschnitt zur Welt gekommen. Dem Vernehmen nach soll seine Mutter dabei weit gehend bei Bewusstsein gewesen sein.

„Tempi passati: Diese Zeiten sind vorbei“, sagt Eberhard Binhammer und bekommt Zustimmung von seinem Kollegen Dr. Sebastian Swierkot. Beide leiten an der Hessingpark-Clinic die Abteilung für Anästhesie und Schmerztherapie. **Hessingpark concret** sprach mit ihnen über die modernen Therapiemöglichkeiten, die ihr Fach bietet.

Interview mit Dr. med Sebastian Swierkot und Eberhard Binhammer

Dr. med. Sebastian Swierkot, Eberhard Binhammer

Anästhesie

Spezialgebiete:
- Anästhesie und Schmerztherapie
- Schmerztherapiekonzepte für chronische Schmerzzustände

Hessingpark concret: *Asklepios forderte eine „angenehme“ Operation. Ist das nicht ein Widerspruch in sich?*
Dr. Swierkot: Wohl selten ist eine Operation angenehm. Mit der modernen Anästhesie können wir aber schon im Vorfeld einer Op dafür sorgen, dass sie so angenehm wie möglich wird.
Binhammer: ... zumindest hier an der Hessingpark-Clinic gehört eine „angenehme Anästhesie“ zum Therapieplan.

Hessingpark concret: *Wie sieht dieser Plan aus?*
Binhammer: Größten Wert legen wir darauf, dass er das Ergebnis einer vertrauensvollen Zusammenarbeit von Patienten, Operateur, Anästhesist und Physiotherapeut ist. Gemeinsam wird die am besten geeignete Form der Anästhesie ausgewählt. Wir bevorzugen, wann immer es machbar ist, die Regionalanästhesie.

Hessingpark concret: *Darauf legen Sie in der Hessingpark-Clinic Wert?*
Dr. Swierkot: Bei Ops an Armen und Beinen drängt sich diese Anästhesie geradezu auf. Warum sollten wir eine Vollnarkose machen, wenn wir mit regionaler Betäubung genauso viel erreichen?
Binhammer: Gezielte Schmerzausschaltung, wovon Menschen seit Jahrtausenden geträumt haben, schaffen wir heute millimetergenau, während und nach der Operation.

Hessingpark concret: *Wie ist das zu verstehen?*
Dr. Swierkot: Das ist der Erfolg der PCA. PCA steht für „patient-controlled analgesia“, die „patientengesteuerte Schmerzbehandlung“. Die hoch dosierte systemische Gabe von Schmerztabletten wird dadurch vermieden.

Hessingpark concret: *Wie finden Sie denn die nötigen Nervenareale, damit die PCA auch zuverlässig wirkt?*
Binhammer: Geht es beispielsweise um periphere Nerven in Armen oder Beinen, verwenden wir einen Nervenstimulator. Dieser bringt durch Stromimpulse die Muskulatur im Kenngebiet zum Zucken und dorthin legen wir den PCA-Katheter.

Hessingpark concret: *Wenn es sich aber beispielsweise um Wirbelsäulenoperationen handelt?*
Dr. Swierkot: Dann kommen solche Katheter in den Rückenmarkssack oder außerhalb in den Rückenmarkskanal.

„PCA statt Schlafen ohne Wahrnehmung“

News

PCA – Schmerz selbst ausschalten

Für die Dauer der „patient-controlled analgesia“ (PCA), also der von den Patienten selbst gesteuerten Schmerzbehandlung, bekommen Sie eine tragbare Infusionspumpe. Damit können Sie, wenn Sie mit der von Ihrem Arzt voreingestellten Dosis keine ausreichende Schmerzlinderung haben, einen zusätzlichen Bolus des Schmerzmittels direkt in die Region geben, wo der Schmerz entsteht. Dabei richten Sie sich nach Ihrem subjektiven Empfinden. Und Sie können sich trotzdem frei bewegen. Nicht nur, weil die bewegungshemmenden Schmerzen ausgeschaltet sind, sondern weil die Infusionspumpe diskret überall mit hin genommen werden kann.

Die in der Hessingpark-Clinic eingesetzten Infusionspumpen des englischen Herstellers Graseby erfüllen alle wesentlichen Forderungen von Schmerztherapeuten: Sie sind klein, leicht, handlich, sicher in der Anwendung, dosiskonstant und zuverlässig.

Der Rasterfahnder mit dem Magnetfeld

Kernspin- oder Magnetresonanz-Tomografen (MRT) gehören heute so selbstverständlich zum Handwerkszeug eines Radiologen wie das Skalpell zu dem des operativ tätigen Orthopäden. „Die moderne minimal-invasive Chirurgie wird durch eine MRT-Befunderhebung erst richtig möglich“, sagt Dr. Peter Mundinger, Facharzt für Radiologie/Neuroradiologie und Leitender Arzt für Kernspintomografie an der Hessingpark-Clinic.

3-D-Einblicke ohne Strahlenbelastung

Ganz ohne Strahlenbelastung, nur über ein um die Körper der Patienten aufgebautes Magnetfeld, betreibt Dr. Mundinger die „Rasterfahndung“ nach kleinsten Abweichungen nicht nur in Gelenken, sondern auch im Gehirn, der Wirbelsäule sowie den Bauchorganen und dem Herz. Der in der Hessingpark-Clinic aufgestellte Kernspintomograf Philipps INTERA baut ein Magnetfeld der etwa 20 000-fachen Stärke (1,5 Tesla) des Erdmagnetfeldes auf und gehört damit zu den Hochleistungsgeräten kernspintomografischer Bildgebung. Je stärker das Magnetfeld, umso genauer die Messdaten, aus denen der Computer die Bilder errechnet. Mit einem MRT, wie ihn die Hessingpark-Clinic hat, lassen sich nicht nur statische dreidimensionale Aufnahmen „schießen“. Vielmehr können Gelenkfunktionen auch in dynamischen Bewegungsstudien untersucht und wie in einem Videofilm dargestellt werden.

Einblicke im Mikrometerbereich

Sensationelle mikroskopische Einblicke verschafft sich Mundinger mit speziellen Mikroskopiespulen, über die nur ganz wenige Kernspin-Zentren in Europa verfügen. „Mit diesen Spulen gelingen hoch auflösende Darstellungen auch noch von Strukturen, die teilweise nur den Bruchteil eines Millimeters betragen“, begeistert sich Mundinger, dessen „Adlerauge“ von den operativ tätigen Kollegen in höchsten Tönen gelobt wird. Die millimetergenaue präoperative Diagnostik versetzt den Chirurgen in die Lage, eine optimierte Operationsplanung ohne „unliebsame Überraschungen“ durchzuführen.

Dr. med. Peter Mundinger

Radiologie/ Neuroradiologie

Spezialgebiete:
- Orthopädisches MRT
- Neuroradiologie

Heike Artzt

Natürlich heilen mit vier Schwerpunkten
- Kinesiologie
- Orthomolekulare Medizin
- Traditionelle Naturheilkunde und Ernährungsberatung

Das sind die vier komplementärmedizinischen Schwerpunkte von Heike Artzt. Damit sollen Selbstheilungskräfte in anatomischen Strukturen, der Psyche und im Stoffwechsel natürlich angeregt und gestärkt werden.

Aktive Gesundheitspflege auf natürlichem Weg

Als Heilpraktikerin betreibt Heike Artzt seit Oktober 2004 in der Hessingpark-Clinic eine eigene Praxis. Die junge Dame, die viele Patienten der HP-C auch als Physiotherapeutin kennen und die zwei Jahre die alpine Skinationalmannschaft der Damen betreut hat, will ihre Profession nicht als Zeichen der Unzufriedenheit mit der klassischen Medizin verstanden wissen. Vielmehr sieht sie ihr komplementärmedizinisches Diagnose- und Therapieangebot als „natürliche Ergänzung und Ausschöpfung aller medizinischen Ressourcen im Sinne einer ganzheitlichen Patientenbetreuung“.

Gütesiegel für Qualität in der Naturheilkunde: Fachverband Deutscher Heilpraktiker e.V.

Kinesiologie und klassische Verfahren

Die Schwerpunkte der Arbeit von Heike Artzt liegen einmal in der ganzheitlich orientierten Diagnostik mit Hilfe der Kinesiologie, der Lehre vom Energiefluss in bewegten Muskeln. Die Aktivierung von Körperenergien kann die körperliche, seelische und geistige Balance erhalten, wieder herstellen und verbessern. „Bei Symptomenkomplexen behandele ich hingegen eher mit der traditionellen Naturheilkunde“, so die Heilpraktikerin. Dabei kommt die klassische Schröpfung ebenso zum Einsatz wie die Akupunktur und die Pflanzenheilkunde. Ergänzt wird das Angebot durch neuere Verfahren wie die Bioresonanztherapie und Injektionskuren. „Jede Maßnahme wird mit den Patienten besprochen und für den jeweiligen Fall individuell maßgeschneidert“, betont Heike Artzt. Private Krankenversicherungen und Beihilfestellen erstatten (nach Einzelprüfung) weit gehend die Behandlungskosten.

Anmeldung: persönlich im 1. Stock der **Hessingpark-Clinic** Hessingstraße 17 86199 Augsburg

Sprechzeiten: nach Vereinbarung von Montag – Freitag **telefonisch unter** Tel. 0821 /9 09 91 16

VIPs

„Wir erinnern uns nicht an Tage, wir erinnern uns an Momente“

Sergio Bambaren

1
2 3
4
5 6
7

1
Der Behindertenradsportler Erich Winkler (r.) holt Silber bei der Deutschen Bahnmeisterschaft, Daniela Janosi und Jochen Unger freuen sich mit ihm

2
Köperlich fit wie eh und je: Ex-Rallye-Weltmeister Walter Röhrl beim „Boxenstopp“ im Hessingpark-Trainingszentrum

3
Fußwurzelbruch beim Fußball: Für Fechtweltmeister Ralf Bißdorf (l.) führte der Weg zu Olympia 2004 über Dr. Manfred Thomas

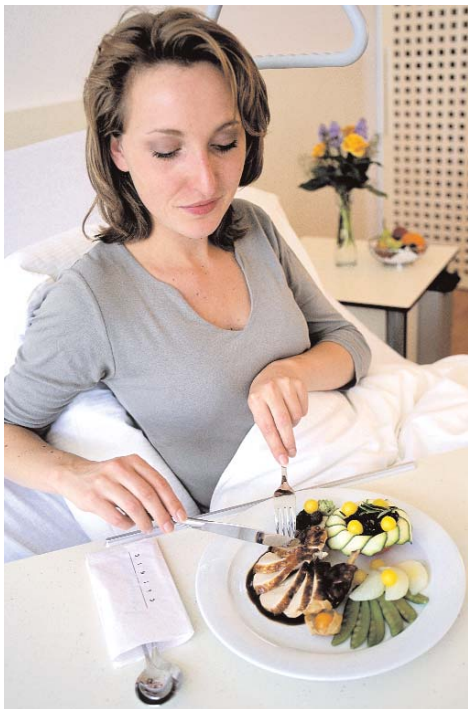
4
Nach Operation und Reha wieder voll auf den Beinen: Augsburgs Tennislegende Max Wünschig

5
„Ilhan Mansiz, sansin bol, yolun acik olsun. Gecmis olsun“ – alles Gute und viel Glück für den türkischen „Fußball-Kaiser“

6
Bayerns Wirtschaftsstaatssekretär Hans Spitzner (l.) besucht auf der „Arab Health“ in Dubai den Stand der Hessingpark-Clinic

7
„Train the Trainer“ an der Hessingpark-Clinic: Halbjahrestagung der DFB-Stützpunkttrainer für den Nachwuchsbereich

Den Genuss nicht der Erkrankung unterordnen



Mit Genuss ein gelungenes Menü zu verzehren, das gehört zu den schönsten Dingen des Lebens und fördert das Wohlbefinden in jeder Lebenssituation“, sagt Lorenz Eschenlauer. Man nimmt es ihm ab, denn schließlich lebt der Mann vom Essen – oder besser gesagt: für das Essen. Lorenz Eschenlauer ist Küchenchef der Hessingpark-Clinic und als solcher tagtäglich mit Akribie darauf bedacht, dass „zumindest in der Hessingpark-Clinic der Genuss nicht der Erkrankung untergeordnet wird“.

Nach aufregenden Lehr- und Wanderjahren, die ihn an so feine Adressen wie die Münchener Nobelherbergen „Der Königshof“, „Vierjahreszeiten“ und „Bayerischer Hof“ führten, wollte der gebürtige Meringer nicht zuletzt aus familiären Gründen wieder „heimatnah“ kochen. Als Chef de Cuisine ist er zusammen mit seinem nimmermüden Team deshalb seit der Eröffnung der Hessingpark-Clinic für das leibliche Wohl der Patienten verantwortlich.

Speisen à la carte

Unverwechselbares Markenzeichen der Kochphilosophie von Lorenz Eschenlauer ist die absolute Verpflichtung zu Frische und Qualität. „Das Geheimnis einer guten Küche liegt im Respekt vor den Lebensmitteln und einer Zubereitung, die den natürlichen Geschmack des jeweiligen Produktes pointiert“, sagt der Meisterkoch. Denn: „Wer immer nur lamentiert, das sei unter Kosten- und Organisationsaspekten im Großküchenbetrieb nicht machbar, der verwendet meiner Meinung nach einfach zu wenig Detailliebe auf Einkauf und Ablauforganisation.“ Deshalb ist es für Eschenlauer eine Selbstverständlichkeit, den Patienten jeden Mittag eine À-la-carte-Auswahl aus acht Hauptgerichten, vier Vorspeisen und ebenso vielen Nachspeisen zu bieten. Das kann dann so aussehen, dass zu Mittag eine Broccolicremesuppe mit Lachsstreifen, gefolgt von Filetspitzen in Morchelrahm mit kleinem Kartoffelrösti, buntem Marktgemüse und knackigen Salaten der Saison sowie abschließende Eisvariationen mit frischen Früchten erst gar keine Gedanken an ideenlose und öde Krankenhausküche aufkommen lassen.

„Basis einer guten Küche sind Fonds“

... auch bei Sonderwünschen

Wenn aber die angebotene Speisenauswahl bei den 3-Gänge-Menüs partout nicht den Gaumen streicheln will oder wenn sich der Verzehr der einen oder anderen Variation aus religiösen oder ethnischen Gründen verbietet, dann findet der Gast bei Maître Lorenz Eschenlauer immer ein offenes Ohr für Sonderwünsche. Denn die Arbeit am Herd der HP-C ist für ihn und sein Team eine ebenso große Herausforderung wie ein Job in einem sternedekorierten Nobelrestaurant. Bon appetit!

Lorenz Eschenlauer

Chefkoch der Hessingpark-Clinic

Fonds und Saucen sind für Lorenz Eschenlauer die Basis einer guten Küche und gar nicht schwer selbst herzustellen. Hier verrät Eschenlauer zwei Rezepte aus seinem persönlichen Rezeptbuch.

Fischfond:
Klare Fischgräten hacken, wässern. Butter, gewürfelte Sellerie, Karotten, Lauch, Schalotten anschwitzen, Dill und Petersilienstängel, Thymian, Estragon, Lorbeerblatt, Nelke dazugeben, mit Weißwein ablöschen und mit Wasser anfüllen. 20 Min. ziehen lassen und abschmecken, Salz, Pfeffer

Weißwein-Fischsauce:
250 ml Fischfond,
100 ml trockener Weißwein (z. B. Chablis)
1 EL Mehlbutter,
75 gr. Sahne,
5 EL Crème fraîche,
Zitrone, Salz, Pfeffer
verquirlen, aufköcheln
verfeinern mit z. B. Noilly Prat, Pernod

■ Modernste Geräte sichern eine effektive und effiziente Rehabilitation

■ Kompetent in Theorie und Praxis: Das Team der Rehabilitationsabteilung der Hessingpark-Clinic

Rehabilitation beginnt vor der Operation

Wolfhard Savoy

Therapie/Training/ Diagnostik

Spezialgebiete:
- Konservative und postoperative Rehabilitation und Prävention

Wolfhard Savoy hat umfangreiche Erfahrung im Spitzensport (u. a. Fußball-Bundesliga, Dt. Skiverband). Trainings- und Ernährungsberatung für Spitzen- und Freizeitsportler

„Enge Kooperation verspricht Therapieerfolg“

Der Raum ist hell, freundlich und großzügig dimensioniert. Sehr großzügig sogar. Dezente Musik im Hintergrund. An der Wand hängen die Bilder zahlreicher älterer und jüngerer Meister: Deutsche, Welt- und Europameister, auch vier Olympiasieger sind darunter. Das sandfarbene Parkett unterstreicht das „Schöner Wohnen“-Ambiente, die Fensterfront erlaubt ungestörte Panoramablicke ins Freie. Ein Traum von einem Penthouse?

Reha beginnt vor der Operation

„Kein Penthouse, aber trotzdem ein Traum“, sagt Wolfhard Savoy über die Räumlichkeiten der Abteilung für Rehabilitation, Fitness und Leistungsdiagnostik an der Hessingpark-Clinic. Er ist deren Leiter und hat eine genaue Vorstellung von Qualität in seinem Fachgebiet. Die ist hoch und soll sich, so Savoy, „auch im Ambiente widerspiegeln“. Besonders wichtig ist ihm und seinem Team eine wirklich individuelle physiotherapeutische Betreuung der Patienten. „Die Reha beginnt bei uns schon vor der Op“, betont Savoy. Ärzte, Physiotherapeuten und Patienten entwickeln an der Hessingpark-Clinic gemeinsam individuelle Nachbehandlungsstrategien. „Wir kooperieren sehr eng mit den Ärzten aus dem Haus, aber auch niedergelassenen. Durch die enge Rückkoppelung können wir schnell und individuell reagieren“, unterstreicht Savoy das Konzept. Degenerative Schäden am Haltungs- und Bewegungsapparat sowie Verletzungsfolgen nach Sport-, Arbeits- und anderen Unfällen sowie die interne Reha nach Operationen stehen im Fokus des Behandlungsspektrums.

Modernste Technik für den Erfolg

Ob Kreuzbandriss, Vorfußoperation, Bandscheiben-Op oder die Nachbehandlung bei Handproblemen – in dem Team von international ausgebildeten Physiotherapeuten und Sportwissenschaftlern ist jeder Generalist und Spezialist zugleich. Wie Savoy, der das deutsche Team bei den Olympischen Winterspielen in Nagano und in Lillehammer sowie mehrere Jahre die alpine Skinationalmannschaft der Damen betreut hat, haben auch alle anderen KollegInnen umfangreiche Erfahrung im Spitzensport. „Diese Erkenntnisse kommen unseren Patienten direkt zu Gute“, sagt Savoy nicht ohne Stolz. Stolz klingt auch mit, wenn Savoy und sein Team auf die gerätetechnischen Möglichkeiten zu sprechen kommen, die ihre Abteilung zu bieten hat: Elektro-, Hydro-, Magnetfeld- oder Thermotherapie, computergestütztes Krafttraining, dreidimensionales Bewegungstraining – die Liste der Möglichkeiten ist schier unendlich. Selbst ein Bewegungsbad mit Gegenstromanlage fehlt nicht.

„Rundum-Fitness“ für jeden Typ

Fit werden und fit bleiben durch Funktionsdiagnostik und medizinisch gestütztes Fitnesstraining – das bietet das Hessingpark-Training. Seit Oktober vergangenen Jahres sind die Räumlichkeiten und die Öffnungszeiten deutlich erweitert und noch kundenfreundlicher geworden.

Das Zentrum für Funktionsdiagnostik und Training gilt als eines der modernsten Trainingszentren in Bayern. Die Trainingsgeräte genügen den höchsten Ansprüchen und arbeiten alle nach der neuartigen TrainTec-Technologie. Chipkarte und Computer sorgen dafür, dass jede Übung im Leistungsoptimum durchgeführt wird. „Damit erreichen unsere Kunden schnell und effektiv ein neues körperliches Leistungsniveau“, sagt Steffen Rodefeld, Diplom-Sportwissenschaftler. Ein weiteres „Schmankerl“ ist das besonders gelenkschonende Aquatraining, das im zentrumseigenen Bewegungsbad angeboten wird.

Additiv zur ärztlichen Diagnostik können sich Hobby- und Leistungssportler im Hessingpark-Training mit folgenden Verfahren spezielle Partien und Körperfunktionen durchchecken lassen:

- **Manueller Muskelfunktionstest**
- **Rückenfunktionstest**
- **Isolierte isokinetische Krafttests**
- **Kardiologisch-internistische Ausdauertests**
- **Herzleitungstest, Herzstresstest**

„Ob für Hobby- oder Leistungssportler, ob für Lieschen Müller oder Max Mustermann, mit unserem Angebot können wir alle Fitnesswünsche erfüllen. Individuell und medizinisch ausgewogen, bieten wir ein Ganzjahresprogramm, wie es sonst nur ganz wenige Einrichtungen können“, so Rodefeld.

■ Christina Surer, TV-Moderatorin und Rennfahrerin, beim Fitnesstest

Anschrift:
Hessingpark-Training
in der Hessingpark-Clinic
Hessingstraße 17
86199 Augsburg
Tel. 0821/9 09 91 16
Fax 0821/9 09 93 91 16
E-Mail: contact@hessing-park-training.de
www: www.hessingpark-training.de

Öffungszeiten des Trainingszentrums:
Montag – Donnerstag
von 08:00 – 21:00 Uhr
Freitag
von 08:00 – 19:00 Uhr
Samstag und feiertags
von 09:00 – 12:00 Uhr

Petr`s Putting Corner

„Doktor Golf“ kennt die Probleme aus der Praxis

Dr. med. Petr Spurek

Sportmediziner in der Hessingpark-Clinic

Spezialgebiete:
- Golf-Verletzungen

Termine nach Vereinbarung von Mo. bis Fr.
Tel. 0821/9 09 90 00

Ein Wägelchen über eine gepflegte Wiese ziehen, ab und an mal mit einem Stöckchen einen Ball durch die Luft schlagen, nett mit Freunden plaudern und sich gemütlich in der Landschaft bewegen und dass es nur etwas für Betuchte ist – solche Vorstellung haben auch heute noch viele Nicht-Golfer von dem Sport. „Dabei ist Golf längst schon ein Breiten- und ein Leistungssport“, sagt Dr. Petr Spurek, auf Golfverletzungen spezialisierter Sportmediziner an der Hessingpark-Clinic.

■ Üben den Abschlag schon mal in der „Halle“: Dr. Petr Spurek (r.) und Wolfhard Savoy

Hüftregion besonders gefährdet

Verletzungen beim Golf? Der nächste Kalauer? „Keineswegs“, weiß Handicap-9-Golfer Spurek zu berichten und verweist dabei auf überlastungsbedingte Verletzungen an den Haltungs- und Bewegungsstrukturen. Im Rücken, vor allem im Lendenwirbelsäulenbereich, haben bis zu 50 Prozent der Amateurgolfer irgendwann Probleme, bei den Profis mehr als 30 Prozent. Auch Hand- und Ellbogengelenke sind häufig betroffen. Aber: Golfer-Ellenbogen oder Impingement-Syndrom müssen nicht sein, sie können durch gezielte Vorbeugung vermieden bzw. durch sportmedizinisch gestütztes Training kuriert werden.

Mit Schwung in die neue Saison

Damit in der neuen Saison die Verletzungsgefahr geringer wird, bietet Dr. Petr Spurek in Zusammenarbeit mit der Trainingsabteilung der Hessingpark-Clinic spezielle „Golf-Sprechstunden“ an. „Es geht darum, etwaige muskuläre Defizite oder Haltungsschäden zu erkennen“, sagt Spurek. Darauf aufbauend, können durch einen individuell ausgearbeiteten Trainingsplan dann golfrelevante Körper- und Muskelpartien gezielt gestärkt werden.

1
Die erfolgreichen Kanuten des Olympiastützpunktes Augsburg

2
Briefing vor dem Start in der „grünen Hölle“: Dr. Ulrich Boenisch (r.) mit den AUDI-Werksfahrern

3
AUDI TT = Tolles Team: AUDI und die HP-C

4
Bronze in Athen: der Behindertenradsportler Erich Winkler

5
Die Abt-Junioren holten im SEAT Leon Supercopa ein tolles Mannschaftsergebnis

6
Ex-Formel-1-Pilot Karl Wendlinger mit Steffen Rodefeld (l.) und Wolfhard Savoy (r.)

Aus der „grünen Hölle“ in den „Eiskanal“

Sich täglich neu zu beweisen und der Wille zu Spitzenleistung – diese zwei Elemente prägen wesentlich das Bestreben der Hessingpark-Clinic und das von Spitzensportlern. Damit dieses Streben nicht durch Sportverletzungen getrübt wird, vertraut bereits eine ganze Reihe namhafter Sportler und Teams auf die Zusammenarbeit mit Ärzten und Physiotherapeuten der Hessingpark-Clinic. Wir stellen Ihnen einige dieser Kooperationen vor.

Herausforderung „grüne Hölle“

Es gibt wohl kaum einen Höllenplatz, den Rennsportfans aus aller Welt mehr lieben als die „grüne Hölle“ Nürburgring. Traditionell im Juni, wenn das legendäre 24-Stunden-Rennen auf dem Programm steht, pilgern sie zu Hundertausenden in die Eifel. Mit dabei bei der 32. Auflage des Klassikers im Juni 2004 als sportmedizinische Betreuer von Infineon Team Abt Sportsline, der offiziellen Werksmannschaft von AUDI: Dr. Ulrich Boenisch, Wolfhard Savoy und Steffen Rodelfeld. Sowohl für die AUDI-Piloten als auch für das Team der Hessingpark-Clinic wurde die 2004er-Ausgabe des Eifel-Marathons zu einer echten Herausforderung. Am Ende liefen die beiden Autos aus Ingolstadt nach mehreren technischen Problemen auf den Rängen 5 und 8 ein.

Kein „Slalom“ nach Sportverletzungen

Zwar gehört Wildwasserslalom nicht zu den verletzungsträchtigsten Sportarten, doch wenn sich ein Athlet verletzt, dann ist eine geradlinige sportmedizinische Betreuung ohne „wilden Slalom“ gefragt. Deshalb haben die Verantwortlichen des Olympiastützpunktes München die Hessingpark-Clinic zum „Offiziellen Kooperationspartner des Olympiastützpunktes München / Außenstelle Augsburg“ ernannt.

Den Rennstars von morgen Beine machen

Kräftig „Gas“ gaben die Junioren von Team Abt sportsline mit sportmedizinischer Unterstützung der Hessingpark-Clinic auch im SEAT Leon Supercopa 2004. Christina Surer, Peter Terting, Florian Gruber, Andy Kolb und Jarkko Venäläinen zeigten schon beim Fitness-Check vor dem Saisonstart, dass es an Kraft und Ausdauer für die zehn Rennwochenenden nicht fehlen sollte. Trotzdem waren sie froh, an der Rennstrecke immer auf den medizinischen Rat und die Tat der Hessingpark-Crew zurückgreifen zu können. Am Ende stand ein starkes Teamergebnis für die jungen „Äbte“: Terting (2.), Gruber (8.) und Kolb (9.) unter den Top Ten, Venäläinen auf Rang 12 und Rennamazone Christina Surer auf 19.

„Erfolg: Triumpf des Einfalls über den Zufall“

Prof. Lothar Schmidt

Bronze bei den Paralympics

Die dpa-Meldung liest sich sachlich knapp: „Der Radsportler Erich Winkler hat im kombinierten Straßenrennen und Zeitfahren der Startklasse LC4 bei den XII. Paralympischen Sommerspielen in Athen in der Zeit von 1:36,09 Minuten den dritten Platz belegt.“ Ist aber eine Sensationsgeschichte! Winkler, der bei einem Motorradunfall den rechten Arm und den linken Unterschenkel verloren hat, holte bei seinen ersten Paralympics Edelmetall. In der Hessingpark-Clinic hatte sich Erich Winkler in den Monaten vor den Spielen immer mittwochs zum Spezialtraining eingefunden. Glückwunsch zu diesem Erfolg!

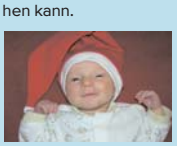
Fröhliches Quartett: Die HP-C-Babys 2004

Erst wenn man eigene Kinder hat, weiß man, wie groß die Liebe der Eltern war (Japanische Weisheit)

▲ Hallo, ich bin Tom Crämer und seit dem 9. Juni 2004 mit Begeisterung auf diesem Planeten unterwegs. Meine Mami Diana hat Ihnen vielleicht schon einmal in der Ambulanz geholfen.

▲ Meine Mama Heike vermummt sich im OP immer, aber ich erkenne sie immer, weil sie so lieb zu mir ist. Ich, Jana Beck, freue mich seit dem 18.11.2004, dass sie sich so viel Zeit für mich nimmt.

▲ Gestatten: Maximilian Patrick Thamm. Habe mir seit dem 6.12.2004 bis auf weiteres erlaubt, meine Mami Susanne so zu verplanen, dass sie Ihnen an der Rezeption der HP-C derzeit nicht zur Verfügung stehen kann.



▲ Ich finde, dass der 12.12.2004 ein ganz tolles Datum ist: Da kam ich, Florian Elsenhans, zur Welt. War zwar kalt, aber meine Mami Steffi hält mich seither mit ihrer Physiotherapie für Babys ganz schön auf Zack.

6 x Meisterwerke von Juan José Chuquisengo zu gewinnen!

1. Preis: 3 CDs
2. Preis: 2 CDs
3. Preis: 1 CD

1. Wirbelsäule ..... Ü
2. Gelenkkrankheit .....
3. Gewebsverpflanzung .....
4. Operative Fachabteilung in der HPC ...
5. Knochenschwund .....
6. lat.: Wiedereingliederung .....
7. Wintersport .....
8. Teil des Beines .....
9. Gerät zum Durchleuchten .....
10. lat.: Vorbeugung ..... Ä
11. Abstand zwischen zwei Tönen .....
12. Name eines Meisterkochs .....

So einfach ist das Mitmachen: 12 Begriffe finden, die mit der Hessingpark-Clinic in (lockerer) Verbindung stehen und die Sie nach der Lektüre von **Hessingpark concret** bestimmt erraten werden. Die Buchstaben in den blau unterlegten Feldern ergeben – von oben nach unten gelesen – das Lösungswort. Das müssen Sie uns nennen und schon haben Sie die Chance, eine der nicht alltäglichen Klassik-CDs von Klaviervirtuose Juan José Chuquisengo zu gewinnen.
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: 12. März 2005 (Datum des Poststempels)

Machen Sie mit! Schreiben Sie an: **Hessingpark-Clinic, Redakion: Hessingpark concret, Hessingstraße 17, 86199 Augsburg;** Lösungswort eintragen und gewinnen!

Absender:

_____

_____

_____

_____

Bitte ausreichend frankieren!

Lösungswort:

Hessingpark Clinic

Redaktion: Hessingpark concret

Hessingstraße 17

D-86199 Augsburg

Hier ausschneiden!

... eine Clinic, die ihre Patienten als Gäste empfängt!

hessingpark
CLINIC

Zentrum für ambulante und kurz-
stationäre orthopädische
Chirurgie

Sportorthopädie
Arthroskopische Chirurgie
Fuß- und Sprunggelenkschirurgie
Handchirurgie
Wirbelsäulentherapie
Anästhesie und Schmerztherapie
Kernspintomographie
Therapie/Training/Diagnostik

Sprechzeiten:
Montag – Donnerstag
von 08:00 – 18:00 Uhr
Freitag
von 08:00 – 14:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Anschrift:
Hessingpark-Clinic
Hessingstraße 17
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 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.

Hier ausschneiden!