ISSN: 1861-2539
0205 September 2005

Medizinische Qualität durch konsequente Spezialisierung

hessingpark

C O N C R E T

Hessingpark-Clinic
Triathlon
Festival 2005

Ganz und gar nicht cool: „frozen shoulder“

Handchirurgie:
Präzision unter dem Mikroskop

Achillodynie:
Modernes Leiden aus der Antike

Lumbalstenose:
Diamanten machen den Weg frei

Editorial

HP-C-Triathlon: Orthopädie, Wissenschaft, Breitensport

Dr. med. Ulrich Boenisch

Triathlon ist eine Ausdauersportart, bestehend aus einem Mehrkampf der Disziplinen Schwimmen, Radrennen und Laufen mit ununterbrochener Zeitnahme“, steht in der Freien Enzyklopädie Wikipedia zu lesen. Lassen Sie mich die Disziplinen ersetzen durch Medizin, Wissenschaft und Breitensport, dann waren wir, die Mitarbeiter der Hessingpark-Clinic, in den vergangenen Wochen als (Quasi-)Triathleten unterwegs.

„Wollen nicht erst helfen, wenn es geknackst hat“

Die Zeitnahme war auch bei uns ununterbrochen, wie ein Blick auf das Abreißblatt des Jahreskalenders unschwer erkennen lässt. Wie doch Zeit dahinrennt! Gerannt sind wir an der Hessingpark-Clinic natürlich auch. Bildlich gesprochen. Wir haben uns in vielen Details bemüht, unsere „Paradedisziplin“, die operative Orthopädie und die Patientenversorgung, zu optimieren. Viel haben wir schon erreicht, viele Punkte müssen noch erledigt werden.

Als zweite Disziplin im Rahmen unseres „HP-C-Triathlons“ ist die Wissenschaft zu nennen. Der Kollege Dr. Manfred Thomas hatte die Ehre, als einer der beiden Kongresspräsidenten die 11. Jahrestagung der Deutschen Assoziation für Fuß und Sprunggelenk e.V. (D.A.F.) zu leiten. Nachdem diese hochkarätige Veranstaltung in Augsburg stattfand, waren die Vorbereitungen natürlich besonders akribisch. Das „Ergebnis“ in dieser Disziplin kann sich sehen lassen: Mit fast 500 Spezialisten aus dem In- und Ausland war dies der größte Kongress in der bisherigen Geschichte der D.A.F.

Zum Schluss haben wir es mit dem Triathlon doch noch auf die Spitze getrieben! Beim Hessingpark-Clinic Triathlon Festival, der größten Breitensportveranstaltung in der Region Schwaben, haben wir uns im Juli einem großen und großartigen Publikum als kompetenter Partner in Sachen Sportmedizin und Training präsentieren können. Wir sehen unsere Aufgabe darin, nicht erst zu helfen, wenn es beim Sport „geknackst“ hat. Wir wollen schon im Vorfeld durch eine gezielte Beratung und spezifische Trainingsplanung vorbeugen.

Weil uns die Aktionen so begeistert haben, wollen wir in der vorliegenden Ausgabe von **Hessingpark concret** etwas von unserer Begeisterung weitergeben und in etwas ausführlicherer Form darüber berichten. Aber auch über viele andere aktuelle Themen aus der Orthopädie, der Rehabilitation und verwandten Bereichen wollen wir Sie informieren. Wie die Resonanz auf die Erstausgabe von **Hessingpark concret** gezeigt hat, findet das Konzept Anklang. Wir freuen uns über die vielen anerkennenden Worte, sind aber auch für konstruktive Kritik jederzeit offen.

Ich wünsche Ihnen wieder viel Spaß beim Lesen von **Hessingpark concret**. Und beim Raten, denn auch in diesem Heft warten bei unserem Rätsel wieder attraktive Preise auf die Gewinner.

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, 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, E-Mail: heidi.eichner@o2online.de;** Druck: **Knecht GmbH, 55437 Ockenheim;** ISSN: 1861-2539;

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

News

Neuer „Dauergast“

Seit dem Frühsommer hat die Hessingpark-Clinic einen neuen „Dauergast“: Theresia Rodler. Die gebürtige Niederbayerin kümmert sich – nachdem sie in den Jahren vorher schon „nebenbei“ dafür zuständig war – nunmehr hauptamtlich als Pflegedienstleiterin um die Belange der Pflege- und Funktionsabteilungen der Hessingpark-Clinic.

Von 1984 bis 1987 absolvierte Theresia Rodler ihre Ausbildung zur Krankenschwester im Landkreis Freyung. Anschließend arbeitete sie für zwei Jahre als Krankenschwester im Kreiskrankenhaus Waldkirchen. Zum 1. Juli 1989 kam sie an die Hessing Stiftung, wo sie fünf Jahre als stellvertretende Stationsleiterin tätig war. Von 1996 bis 1999 machte sie, berufsbegleitend zu ihrer Arbeit an der Hessing Stiftung, eine Weiterbildung zur „Pflegemanagerin im Krankenhaus“ an der Katholischen Akademie für Pflegeberufe in Regensburg. Seither war sie stellvertretende Pflegedienstleiterin an der Hessing Stiftung.

… eine Clinic, die gerne ihre Gäste empfängt

Die Hessingpark-Clinic war im Verlauf der vergangenen Monate wieder Anlaufstelle für viele Patienten, die von den Ärzten und Mitarbeitern gerne als Gäste empfangen wurden. Mit weit über 20.000 ambulanten Patienten in den knapp drei Jahren ihres Bestehens hat sich die HP-C auf dem wichtigen Zukunftsmarkt der privatärztlichen Dienstleistungsanbieter schnell einen festen Platz erobert.

Enkel und Urenkelin des Hofrates zu Gast

Das gibt es auch in der HP-Clinic nicht alle Tage: Hermann Meidert, ein leibhaftiger Enkel des ehrwürdigen Herrn Hofrates, und Manuela Baumann, Urenkelin des Stiftungsgründers, statteten beide – mehr oder minder unfreiwillig – der HP-C einen Besuch ab. Beide waren stationäre Patienten in der HP-C.

RC Augsburg Römerstadt in der HP-C

Nachdem das soziale Engagement der weltweiten Rotarier-Bewegung auch immer in irgendeiner Form mit Gesundheit zu tun hat, hatten Präsident Dr. Hanfried Müller und Sekretär Dr. Walter Eschle für die Mitglieder des RC Römerstadt einen Besuch in der Hessingpark-Clinic organisiert.

Topthema „Wirbelsäulenerkrankungen“

Dem kollegialen Erfahrungsaustausch, einem wichtigen Anliegen aller Ärzte der Hessingpark-Clinic, dienten die Vortragsabende von Dr. Felix C. Hohmann. In Zusammenarbeit mit dem Schwäbischen Hausärzteverband und dessen Vorsitzenden, Dr. Josef Schreiegg, wurden bei zwei Fortbildungsveranstaltungen Wirbelsäulenerkrankungen diskutiert, die auch in der hausärztlichen Praxis eine immer größer werdende Bedeutung bekommen. Wie bedeutend, das zeigte sich am Zuschauerzuspruch: An beiden Abenden war der Medienraum der Hessingpark-Clinic „ausverkauft“.

Nach der Op. wieder gut zu Fuß unterwegs: Hermann Meidert, Enkel des Stiftungsgründers Hofrat von Hessing, mit Stationsleiterin Lieselotte Beyler, seiner Ehefrau und Dr. Ulrich Boenisch (v. l. n. r.), dem Ärztlichen Leiter der Hessingpark-Clinic

Professor DeBoer besucht „seine Jungs“

Auf dem Weg in die Schweiz, wo er auf einem orthopädischen Fachkongress einer der Hauptredner war, machte Professor Dr. Piet DeBoer aus York/Großbritannien kurz Halt in Augsburg. Der Grund: ein Besuch bei „seinen Jungs“. „Seine Jungs“, das sind Dr. Ulrich Boenisch, Ärztlicher Leiter der Hessingpark-Clinic, und Dr. Ralf Stapelfeld, Oberarzt an der Orthopädischen Klinik III der Hessing Stiftung. Beide sind Schüler von Pete DeBoer, der am NHS-Hospital in York lehrt und arbeitet und zu den bedeutendsten Chirurgen der Gegenwart zählt.

Zu Besuch bei „seinen Jungs“: Professor Dr. Pete DeBoer mit Ulrich Boenisch (re.) und Ralf Stapelfeld

DePuy Mitek
a Johnson&Johnson company

Seit über 10 Jahren ist Mitek einer der führenden Anbieter von umfassenden Systemen für die

- Schulterchirurgie
- Kniechirurgie
- Handchirurgie

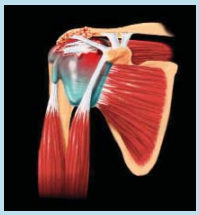
Depuy MITEK · Ethicon GmbH · Oststraße 1 , D-22844 Norderstedt
Telefon: 040 - 5 29 7 - 01 · Fax: 040 - 5 29 7 - 4365

Dr. med. Ulrich Boenisch

Leitender Arzt der Abteilung Sportorthopädie/ Arthroskopische Chirurgie

Ärztlicher Leiter der Hessingpark-Clinic

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



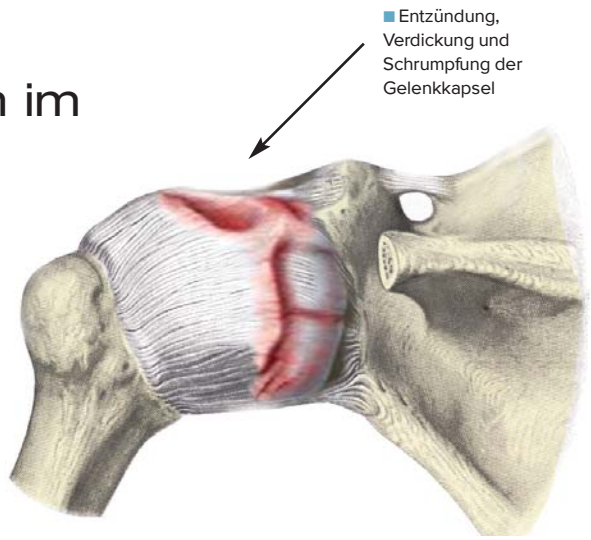
Phasen der „frozen shoulder“

Phase 1:
Schulterschmerzen; zunehmende und teils unerträgliche Bewegungsschmerzen, die sich nachts verschlimmern; langsam zunehmende Bewegungseinschränkung; Dauer: ca. 3–9 Monate.

Phase 2:
Schmerzen lassen nach, die Beweglichkeit des Schultergelenks nimmt wieder zu; allerdings verringert sich das Bewegungsausmaß, es kann im Seitenvergleich auf 50 % reduziert sein; Dauer: 4–12 Monate.

Phase 3:
Schmerzfreiheit bei voll ausgeprägter Schultersteife, die Schulter kann auch passiv kaum mehr bewegt werden; dann zunehmende Besserung der Gesamtsituation, bis hin zur vollkommenen Wiederherstellung der Beweglichkeit;
Dauer: 1–3 Jahre.

„Frozen shoulder“ auch im Sommer nicht cool



Eine zunächst stark schmerzhafte Bewegungseinschränkung, im Endstadium dann eine schmerzlose Bewegungseinschränkung der Schulter ist das charakteristische Symptom bei der „frozen shoulder“. **Hessingpark concret** sprach mit dem Sportorthopäden Dr. Ulrich Boenisch über die Behandlungsmöglichkeiten der Schultersteife oder adhäsiven Kapsulitis, wie sie die Mediziner nennen.

Interview mit **Dr. med. Ulrich Boenisch**

Hessingpark concret: *Was sind die Ursachen für eine Schultersteife?*
Dr. Boenisch: Die frozen shoulder kann prinzipiell in jedem Alter auftreten, ist aber bei älteren Menschen, vor allem bei Frauen, häufiger. Die Ursachen sind bis heute nicht eindeutig geklärt. Es können Autoimmunvorgänge oder Entzündungen sein, möglicherweise eine erblich bedingte Veranlagung, Verschleiß und Stoffwechselstörungen, etwa Diabetes. Eine frozen shoulder kann aber auch durch Risse der Rotatorenmanschette reaktiv entstehen.

HP c: *Was passiert im Rahmen der Entzündung?*
Dr. Boenisch: Die Entzündung geht mit einer Verdickung und Schrumpfung der Gelenkkapsel einher. Durch die Kapselfibrose wird die Beweglichkeit im Schultergelenk, vor allem das Heben und das Drehen des Armes nach außen, eingeschränkt und schmerzhaft. Das führt zu Behinderung im Alltag und damit zu einer Minderung der Lebensqualität.

HP c: *Schmerzen in der Schulter sind recht unspezifisch. Was spricht für eine frozen shoulder?*
Dr. Boenisch: Eine ausführliche Anamnese sowie die körperliche Untersuchung stehen am Anfang, wobei der Untersuchungsbefund mit dem Constant-Score bewertet wurde. Diese internationale Klassifizierung umfasst neben subjektiven Angaben zu Schmerz und Aktivität auch die objektive Komponente der Kraftmessung. Damit habe ich aber noch nicht in das Gelenk hineingeschaut. Das geht nicht invasiv mit Ultraschall und Kernspin.

HP c: *„Taut“ die gefrorene Schulter wieder mal auf?*
Dr. Boenisch: Eine frozen shoulder kann wieder „auftauen“ und beweglich werden, muss es aber nicht. Das kann sich aber bis zu drei Jahre hinziehen und ist ziemlich nervig. Ein Patient hat es einmal so formuliert: „Eine gefrorene Schulter ist auch im Sommer gar nicht cool.“

HP c: *Wenn die Erkrankung von selbst wieder ausheilt, ist dann eine Therapie überhaupt notwendig?*
Dr. Boenisch: Absolut und zwar phasengerecht. In Phase 1 sollte der Schmerz durch Kühlung und Medikamente therapiert werden. Mobilisierende Maßnahmen sind erst nach Überschreitung des Schmerzgipfels, etwa in der 2. Hälfte der zweiten Phase, sinnvoll. Sollte sich die Beweglichkeit in Phase 3 nicht verbessern, ist die Operation angesagt. Die Gabe von Kortison zur Entzündungshemmung wird unterschiedlich diskutiert.

> „Die frozen shoulder ist eine der langwierigsten orthopädischen Erkrankungen“

HP c: *Nützt eine Operation?*
Dr. Boenisch: Wenn Schmerztherapie und Krankengymnastik keinen ausreichenden Erfolg bringen, kann das narbig geschrumpfte Kapselgewebe arthroskopisch gelöst werden. Das würde ich frühestens in Phase 3 vorschlagen. Allerdings müssen die Patienten wissen, dass die frozen shoulder eine der langwierigsten orthopädischen Erkrankungen ist.

Achillodynie: das moderne Leiden aus der Antike

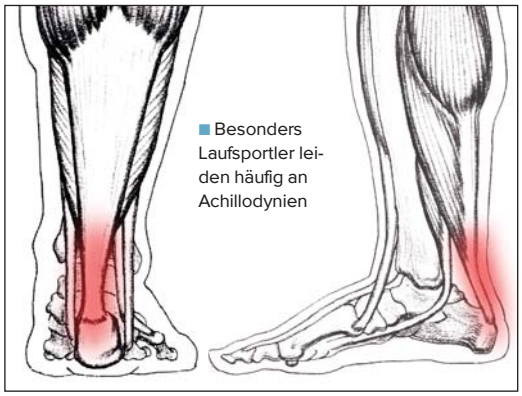
Die Achillessehne ist nicht nur die stärkste Sehne des menschlichen Körpers, sondern zugleich auch eine der am stärksten belasteten. Sie vereinigt die Endsehnen der drei Wadenmuskeln und setzt am Fersenbein an. Schmerzen, Verdickungen, Auffaserungen und komplette Risse der Achillessehne sind typische Überlastungsbeschwerden im Sport. Eines der prominentesten Opfer hier zu Lande: Fußballidol „uns Uwe", Uwe Seeler. Möglicherweise hat den Ehrenspielführer der Deutschen Fußballnationalmannschaft seine halbjährige Zwangspause, die er 1965 nach einem Achillessehnenriss einlegen musste, weniger geschmerzt als die Niederlage im legendären WM-Finale von Wembley im Jahr darauf.

Achill war (fast) unverwundbar

Ihren Namen hat die Sehne von Achill, dem (fast) unbezwingbaren Helden aus der griechischen Mythologie. Seine Mutter war die unsterbliche Meeresgöttin Thetis, sein Vater der gewöhnlich sterbliche Peleus. Um den Sohnemann ebenfalls unsterblich zu machen, tauchte ihn Thetis als Kind in das Wasser des Unterweltflusses Styx. Die geheimnisvollen Fluten machten den Sprössling praktisch unverwundbar und später zu einem der größten Helden von Troja. Allerdings hatte Frau Mama bei dem Tauchbad übersehen, die Ferse, an der sie Achilles gehalten hatte, „nachzubearbeiten". So blieb diese Stelle vom Styx-Wasser unbenetzt und damit die einzige, verletzliche Körperstelle. Pech für den Stammhalter, denn wenn die Sage stimmt, hauchte Achill sein Leben nach einem Pfeiltreffer in die Ferse aus.

Achillesprobleme typisch für Läufer

Beschwerden rund um die Achillessehne werden in der Fachsprache als „Achillodynien" bezeichnet. In etwa sieben Prozent aller Sportverletzungen handelt es sich um Achillessehnenverletzungen. Nach den Erfahrungen des Leiters der Abteilung Fußchirurgie an der Hessingpark-Clinic sind vor allem Läufer (ca. 45 %) und Athleten in Ballsportarten (35 %) betroffen, Frauen seltener als Männer (ca. 30 % : 70 %). Ursachen sind Reizungen eines Schleimbeutels, Teilrisse der Sehne und Überbelastung mit nachfolgender Entzündung. „Eine entzündete Achillessehne wird schlechter durchblutet und ernährt, es treten verstärkt Spannungen im Bereich der Ferse auf, das



Besonders Laufsportler leiden häufig an Achillodynien

erhöht den Reiz auf die Sehne und verstärkt die Entzündung", erklärt Dr. Thomas die Spirale, die zu einer Chronifizierung der Entzündung führt. Schmerzen und eine Verdickung der Sehne sind die Folgen.

Plötzlich kommt der Knall

„Schmerzen können, müssen aber nicht zwingend einem Riss der Achillessehne vorangehen", sagt Dr. Thomas. Typisch für den Riss ist der deutlich wahrnehmbare Knall („Peitschenknall"), häufig verbunden mit dem Gefühl eines Tritts in die Ferse. Die Patienten können anschließend auf der betroffenen Seite nicht mehr auf den Zehenspitzen stehen. Über der Ferse lässt sich eine charakteristische Delle tasten. Als Sofortmaßnahme nach dem Riss empfiehlt Dr. Thomas die „sofortige Entlastung des Fußes durch Ruhigstellung und Abkühlung durch Eis oder kalte Wickel".

> „Eine längerfristige Ruhigstellung nach Achillessehnenriss ist heute nicht mehr angesagt"

Spezialschuh oder Operation?

Auch wenn bei nahe beieinander stehenden Sehnenstümpfen die konservative Behandlung in einem Spezialschuh (u. U. mit erhöhtem Absatz zur Annäherung der Sehnenstümpfe) prinzipiell möglich ist, rät der Fußchirurg vor allem sportlich aktiven Menschen zur operativen Versorgung. „Das aktuelle Vorgehen unterscheidet sich grundlegend von dem lange Zeit propagierten Konzept der längerfristigen Ruhigstellung und Entlastung der Sehne", so Thomas. Heute steht eine intensive und aktive Behandlung mit einer frühzeitigen Aktivierung der gesamten Fuß- und Beinmuskulatur im Vordergrund. „Bis auf geringe Restbeschwerden heilt die Verletzung folgenlos aus", sagt Dr. Manfred Thomas. Wenn das nur Achills Mutter gewusst und sie ihren Sohn etwas sorgfältiger untergetaucht hätte …

Dr. med. Manfred Thomas

Leitender Arzt der Abteilung Fußchirurgie/Sprunggelenkschirurgie

Spezialgebiete:
- Fuß- und Sprunggelenkschirurgie

Sie alle hatten schon Probleme mit der Achillessehne:

Fußballidol Uwe Seeler

Kaiserslauterns Ex-Trainer Kurt Jara

100-Meter-Sprinterin Esther Möller

Fotos: AP; Getty Images

Präzisionshandwerk unter dem Operationsmikroskop

Höchste Konzentration und modernste Technik sind gefordert, wenn Dr. Ulrich Frank mikrochirugische Eingriffe an der Hand vornimmt

Im Vergleich zu einer mikrochirurgische Operationsnadel erscheint das menschliche Haar wie ein Strang

Konzentriert schaut Dr. Ulrich Frank durch sein Operationsmikroskop auf die Hand von Herrn B., der sich mit dem Teppichmesser Nerven und Gefäße im Mittelglied des linken Ringfinger durchtrennt hat. Seit einer halben Stunde verlangt Dr. Frank nach immer neuen Operationsinstrumenten: Mal ist es eine „stumpfe“ Pinzette, dann ein kleiner Tupfer, das nächste Mal ein Operationshaken, mit dem der Leiter der Abteilung für Handchirurgie im Operationsfeld hantiert. Dabei ist „Operationsfeld“ sicher übertrieben, denn eine Briefmarke würde ausreichen, um das „Feld“ abzudecken.

Was für den Laien aussieht wie die verzweifelte Suche eines Kurzsichtigen nach der Nadel im Heuhaufen, das ist medizinisches Präzisionshandwerk in höchster Vollendung.

Nahtmaterial dünner als Frauenhaar

„Die Entwicklung der Hand zu einem komplexen Tast- und Greiforgan war eine wesentliche Voraussetzung für die Menschwerdung“, sagt Dr. Frank ehrfürchtig und begeistert zugleich. Ehrfürchtig, weil der komplexe Aufbau der Hand aus Knochen, Muskeln und Sehnen sowie dem filigranen Netzwerk aus Nerven und Gefäßen die Handchirurgie zu einem Fach für Kunsthandwerker macht. Begeistert, weil die empfindliche Struktur der menschlichen Hand eine besonders schonende und präzise Operationsweise erfordert. So verweist Dr. Ulrich Frank darauf, dass der bei Herrn B. durchtrennte Fingernerv nur einen Durchmesser von knapp einem Millimeter hat. Nicht viel größer ist die Arterie, deren durchtrennte Enden von Dr. Frank gerade mit acht Stichen zusammengefügt werden. Dabei verwendet er einen Faden, dessen Durchmesser ein menschliches Frauenhaar wie einen Zwirn erscheinen lässt: Gerade einmal 0,02 Millimeter ist der Faden dick, ein Frauenhaar bringt es auf etwa 0,1 Millimeter.

> „Die empfindliche Struktur der menschlichen Hand erfordert besondere Präzision“

Ambulante Mikrochirurgie

Eine isolierte mikrochirurgische Nervenrekonstruktion kann an der HP-C ambulant durchgeführt werden. Die Rekonstruktion einer Arterie erfolgt kurzstationär, um die postoperative Durchblutung engmaschig kontrollieren zu können. Die von Dr. Frank an der HP-C praktizierten mikrochirurgischen Operationsmethoden sind gewebeschonend und haben den Vorteil, dass der anschließende Heilungsprozess in aller Regel sehr kurz ist. In wenigen Tagen wird auch die Wunde von Herrn B. wieder verheilt sein und ihn nur noch eine kleine Narbe an sein Missgeschick erinnern. Die volle Wiederherstellung der Nervenfunktion wird allerdings etwa drei Monate auf sich warten lassen, denn durchtrennte periphere Nerven erholen sich nur ganz langsam.

Nachgefragt bei **Dr. med. Ulrich Frank**

Dr. med. Ulrich Frank

Leitender Arzt der Abteilung Handchirurgie

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

Hessingpark concret: *Womit befasst sich das Fach Handchirurgie?*
Dr. Frank: Die Handchirurgie an der Hessingpark-Clinic umfasst Verletzungen, Erkrankungen sowie Fehlbildungen an der Hand, die sowohl konservativ als auch operativ behandelt werden können. In enger Zusammenarbeit mit dem Kollegen Dr. Ulrich Boenisch wird in unserem Haus auch der Ellenbogen durch die Abteilung Handchirurgie abgedeckt.

Hessingpark concret: *Wie definieren Sie die Behandlungsziele bei Handverletzungen?*
Dr. Frank: Behandlungsziel bei Handverletzungen ist die Erhaltung oder Wiederherstellung einer sensiblen, greiffähigen, beweglichen, kräftigen sowie schmerzfreien Hand.

Hessingpark concret: *Wer darf die Bezeichnung „Handchirurg“ führen?*
Dr. Frank: Handchirurgen sind besonders ausgebildete Fachärzte der Orthopädie, Chirurgie oder Plastischen Chirurgie, die eine dreijährige Zusatzausbildung an einer Spezialklinik absolviert und abschließend eine Prüfung bestanden haben.

Normaler Wirbelkanal

Enger Wirbelkanal

Tipps

Für einen gesunden Rücken

„Es muss nicht immer gleich der Gang ins Fitnessstudio oder zur Krankengymnastik sein, wenn man dem Rücken etwas Gutes tun will“, meint Dr. Felix C. Hohmann. Oft reichen schon kleine Maßnahmen und Übungen, um den Rücken zu entlasten.

Ihr Rücken wird es Ihnen danken, wenn Sie:

- regelmäßig Sport treiben; besonders günstig sind Wandern, Radfahren, Schwimmen, Skilanglauf
- den Rücken gerade halten, vor allem auch im Sitzen
- beim Bücken in die Hocke gehen
- sich etwas härter betten: mittelharte Matratze

Das nimmt Ihnen Ihr Rücken „krumm“:

- Tennis, Kegeln, Squash – generell alle Sportarten, bei denen die Wirbelsäule durch extreme Drehbewegungen belastet wird
- (zu) langes Stehen belastet die Wirbelsäule und drückt buchstäblich aufs Kreuz
- schweres Heben und dann auch noch ungleich verteilte Lasten – eine Last für jede Wirbelsäule
- Übergewicht und Nikotin (Raucher haben ein deutliches höheres Risiko)

Diamanten machen verengten Wirbelkanal frei

Zu wenig Bewegung (Bürojobs, Computerarbeit) oder falsche Bewegung (einseitig) ist der Gesundheit von Wirbelsäule und Rückenmuskulatur abträglich. Daneben sind es noch Verschleißerscheinungen, die zu Rückenschmerzen führen.

Eine typische Verschleißerscheinung ist der enge Wirbelkanal, der bevorzugt im höheren Lebensalter auftritt. Er kann alle Abschnitte der Wirbelsäule betreffen, meist ist jedoch die Lendenwirbelsäule betroffen (lumbale Spinalstenose). Gehstreckenabhängige Gefühlsstörungen und Muskelschmerzen sind die Folgen; aber auch Schmerzen beim Gehen schon nach kurzen Strecken, die sich erst durch das Einlegen von häufigen Pausen lindern lassen („Schaufensterkrankheit“).

Welche Hilfe es im Erkrankungsfall gibt, erklärt Dr. Felix C. Hohmann, Leiter der Abteilung für Wirbelsäulentherapie an der Hessingpark-Clinic.

Dr. Felix C. Hohmann klärt einen Patienten über die Operation auf

Interview mit Dr. med. Felix C. Hohmann

Dr. med. Felix C. Hohmann

Leitender Arzt der Abt. Wirbelsäulentherapie

Spezialgebiete:

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

Knöcherne Randzacken können eine Spinalstenose verursachen

Hessingpark concret: *Herr Dr. Hohmann, Gefühlsstörungen und Schmerzen sind ja auch Zeichen eines Bandscheibenvorfalles. Wie unterscheidet sich eine spinale Stenose davon?*

Dr. Hohmann: Die spinale Stenose ist eine Verengung des Wirbelkanals. Sie gilt als eigenständiges Krankheitsbild, weil überwiegend altersbedingte Veränderungen an den Wirbelgelenken und an den Bändern der Wirbelsäule zur Stenose führen.

HP c: *Gibt es typische Zeichen für eine solche Verengung?*

Dr. Hohmann: Typisch ist, dass sich die Symptome beim Bücken verringern und in gestreckter Haltung verstärken. Oft ist es so, dass die Patienten ganz automatisch beim Gehen einen Buckel machen.

HP c: *Wodurch werden die Schmerzen verursacht und wie stellen Sie die Diagnose?*

Dr. Hohmann: Häufig sind es knöcherne Randzacken im Bereich der kleinen Wirbelgelenke, die sich im Alter bilden. Durch die zunehmende Verengung des Wirbelkanals werden die im Spinalkanal verlaufenden Nerven beeinträchtigt. Die Folge sind diffuse Rückenschmerzen, die bis in die Beine ausstrahlen und auch ein Taubheitsgefühl verursachen können. Die Diagnose wird durch eine ausführliche klinische Untersuchung gestellt und durch eine Kernspintomographie erhärtet.

> „Knöcherne Randzacken verengen den Wirbelkanal“

HP c: *Muss dann auch gleich operiert werden?*

Dr. Hohmann: Nein. Zunächst kann konservativ der Versuch unternommen werden, die Hohlkreuzfehlstellung der Lendenwirbelsäule aufzuheben. Durch Krankengymnastik kann die Rückenmuskulatur gestärkt und der Wirbelkanal funktionell erweitert werden.

HP c: *Und wenn das nicht reicht?*

Dr. Hohmann: … dann ist eine operative Entfernung der Knochenzacken zu empfehlen. Das wird in der HP-C minimalinvasiv über einen winzigen Hautschnitt und mit Hilfe eines speziellen Operationsmikroskops durchgeführt. Mit einer hochtourigen Diamantpräzisionsfräse entfernen wir schonend das überschüssige Knochengewebe. Unsere Patienten dürfen unmittelbar nach der Operation aufstehen und auch sitzen.

HP c: *… und dann gleich nach Hause gehen?*

Dr. Hohmann: Nicht gleich, aber nach drei bis vier Tagen. Nach einer etwa vierwöchigen Erholungsphase sollte physiotherapeutisch nachbehandelt werden, damit die Muskulatur schrittweise wieder aufgebaut wird. Körperliche Arbeiten sollten erst nach vier bis sechs Wochen begonnen werden.

www.sska.de

Und wann dürfen wir Sie zum Thema Krankenversicherung beraten?

Stadtsparkasse Augsburg

Bei uns ist nicht nur Ihr Geld in guten Händen. Sondern auch Ihre Gesundheit. Wir beraten Sie kompetent zu allen Fragen der Krankenversicherung. Und finden ganz individuell das Angebot, das am besten zu Ihnen passt. Mehr Informationen in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sska.de. **Nicht nur wenn's um Geld geht - Stadtsparkasse Augsburg.**

Ein kleiner Blick in das Reich des Radiologen

CT, MRT, Szintigramm, Positronen – die Fachsprache des Radiologen Dr. Peter Mundinger ist voll von Begriffen, mit denen der Nicht-Radiologe gewöhnlich nicht sehr viel anfangen kann. Für **Hessingpark concret** hat der Leiter der Abteilung Radiologie an der Hessingpark-Clinic einmal einige Begriffe so übersetzt, dass sie auch der Laie verstehen kann.

Computertomographie (CT)
Bildgebendes Verfahren zur dreidimensionalen Abbildung eines Objektes; rechnergestützte Auswertung einer Vielzahl aus verschiedenen Richtungen aufgenommener Röntgenaufnahmen.

Magnetresonanztomographie (MRT)
Bildgebendes Verfahren zur Darstellung (Schnittbilder) von Strukturen im Inneren des Körpers; MRT nutzt magnetische Felder, keine Röntgenstrahlen (wie bei der CT).

Positronen-Emissions-Tomographie (PET)
Nuklearmedizinisches Verfahren zur Erzeugung von Schnittbildern von lebenden Organismen; PET stellt die Verteilung einer radioaktiv markierten Substanz im Organismus dar, wobei die Struktur, biochemische und physiologische Vorgänge abgebildet werden (funktionelle Bildgebung).

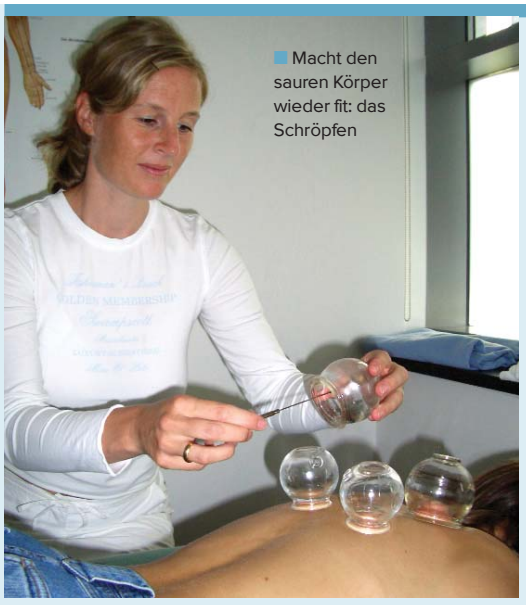
Szintigraphie
Bildgebendes Verfahren mit Hilfe von radiaktiven Substanzen (Radionuclide); diagnostisch werden Radionuclide eingesetzt, die Gammastrahlen aussenden; sie reichern sich je nach chemischer und biologischer Beschaffenheit des Radiopharmakons in bestimmten Organen an (z. B. Schilddrüse, Knochen) und werden über ein Szintillationskristall dargestellt (Szintigraphie).

Sonographie
Nichthörbare Ultraschallwellen (Frequenzen 1 bis 12 MHz,) werden vom „Schallkopf" als Impuls ausgesandt, dringen in den zu untersuchenden Körperteil ein und erfahren je nach Zusammensetzung des Gewebes Absorption, Streuung, Reflexion oder Brechung; anschließend wirkt der Schallkopf als Empfänger und nimmt die von der Materie reflektierten Schallimpulse auf; diese Informationen werden an einen Computer weitergeleitet und zu einem zweidimensionalen Bild zusammengesetzt; „Sono" braucht keine Röntgenstrahlen und kann auch in der Schwangerschaft eingesetzt werden.

Dr. med. Peter Mundinger

Leitender Arzt der Abteilung Radiologie/ Neuroradiologie

Spezialgebiete:
- Orthopädisches MRT
- Neuroradiologie



Macht den sauren Körper wieder fit: das Schröpfen

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

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

Sprechzeiten: nach Vereinbarung von Montag bis Freitag **telefonisch unter** Tel. 08 21 /9 09 91 16

Wer sauer ist, ist nicht leistungsfähig

Falsche Ernährung, Bewegungsmangel und der allgemeine Stress in Beruf und Freizeit sind die Hauptgründe für eine Übersäuerung unsers Körpers", sagt die Physiotherapeutin und Heilpraktikerin Heike Artzt. Die Folgen: Gelenk-, Muskel- und Kopfschmerzen, Sodbrennen, Herzbeschwerden, depressive Verstimmungen, Müdigkeit und ein allgemeiner Leistungsknick.

Gut kauen, mein Kind …
„Diesen wohl gemeinten Ratschlag unserer Mutter vergessen wir im Erwachsenenalter leider nur zu oft", bedauert Heike Arzt. Zu schnelles Essen, schlecht gekaute Nahrung und zu spätes Essen am Abend sind Kardinalfehler, die allerdings leicht zu vermeiden wären. Eine basenreiche Vollwertkost mit viel Gemüse, Salaten und Obst sowie als „neutrale" Getränke Wasser ohne Kohlensäure oder Kräutertee verhindern die Ansäuerung des Körpers durch Nahrungsmittel.

Tipps

Basenbildende Nahrungsmittel, die sie großzügig genießen dürfen:
- alle Blattsalate
- Keimlinge
- fast alle Gemüsesorten, v. a. Karotten, Kartoffeln, jegliches Wurzelgemüse (manche werden gekocht genossen allerdings sauer verstoffwechselt wie Tomaten und Spinat)
- jedes ausgereifte frische Obst
- Nüsse, Mandeln

Säurebildende Lebensmittel, die Sie vermeiden sollten:
- alle Weißmehlprodukte, wie Brot, Pasta, Pizza …
- alle Süßigkeiten
- alle Genussmittel wie Alkohol

Gute Narkosen sind kein Geheimnis mehr

Dr. med. Sebastian Swierkot

Eberhard Binhammer

Leitende Ärzte der Abteilung Anästhesie

Spezialgebiete:
- Anästhesie und Schmerztherapie
- Schmerztherapiekonzepte für chronische Schmerzzustände

16. Oktober 1846, Boston/USA: Die erste Äther-Inhalation ist öffentliches Spektakel

Heute so wichtig wie das Anästhetikum: der Computer

Weitgehend schmerzfreie Operationen und eine schmerzarme postoperative Phase sind durch die moderne Anästhesie heute (fast) eine Selbstverständlichkeit. „Obwohl unser Fach eines der jüngsten in der Medizin ist, sind gute Narkosen heute kein Geheimnis mehr“, sagt Dr. Sebastian Swierkot, der zusammen mit Eberhard Binhammer an der Hessingpark-Clinic für das Ausschalten des Schmerzempfindens der Patienten verantwortlich ist. **Hessingpark concret** unterhielt sich mit den beiden Anästhesisten über die Geschichte ihres Faches

Moderne Narkoseeinheiten erinnern leicht an Raumstationen

„Spezialisierung hat das Narkoserisiko deutlich reduziert“

Der Traum von einem schmerzfreien medizinischen Eingriff ist wohl so alt wie die Menschheit. Schon in der Schöpfungsgeschichte steht, dass Gott Adam in einen tiefen Schlaf versetzt, um aus seiner Seite Eva zu formen: „Da ließ Gott (…) einen tiefen Schlaf auf den Menschen fallen, sodass er einschlief, nahm eine seiner Rippen und verschloss die Stelle mit Fleisch.“ (Genesis 2,21). Von Schmerzen und Pein berichtet die Bibel nicht. „Sollte das so stimmen, dann wäre unser Herrgott der erste Anästhesist und Chirurg gleichzeitig gewesen“, schmunzelt Dr. Swierkot.

1844 beginnt ein neues Zeitalter

Der Beginn der modernen Anästhesie wird von Medizinhistorikern auf das Jahr 1844 datiert: In diesem Jahr führte der Amerikaner Horace Wells (1815–1845) die „Lachgasnarkose“ ein. Er zog sich in einem heroischen Selbstversuch einen Zahn, ganz ohne Schmerzen, wie er behauptete. Als bei einem Versuch an einem Freiwilligen das Vorhaben misslang, wurde Wells so gnadenlos ausgepfiffen, dass er sich verbittert das Leben nahm. Mehr Erfolg hatte am 16. Oktober 1846 der Zahnarzt William Morton: Mit einer Äther-Inhalation versetzte er am General Hospital in Boston einen Patienten in den Zustand der Schmerzfreiheit – oder was man damals dafür hielt. Seither gilt er als einer der Wegbereiter der modernen Anästhesie.

Schwierige und bescheidene Anfänge

Die Anfänge waren schwierig, vor allem deswegen, weil die medikamentösen und technischen Möglichkeiten zur Durchführung einer Anästhesie und zur Überwachung der Patienten bescheiden waren. „Was da früher an Morphium, Opium, Alkohol und Cannabis eingesetzt wurde, das reicht heute für eine mehrjährige Haftstrafe wegen Verstoßes gegen das Betäubungsmittelgesetz“, meint Swierkot mit einem Augenzwinkern und ergänzt: „Mit diesen Mitteln waren einfache und kurze Eingriffe möglich, wobei diese im Vergleich zu heute noch immer schmerzvoll und gefährlich waren.“

Narkoseprofis erst seit 50 Jahren

Die Professionalisierung der Anästhesie erfolgte erst 100 Jahre nach der ersten Narkose, als 1937 in Oxford/Großbritannien Sir Robert Macintosh erster Lehrstuhlinhaber für das Fach Anästhesie wird. In Deutschland wurden aber noch bis in die Mitte des vergangenen Jahrhunderts die Narkosen meist vom Operateur selbst oder aber unter Anleitung des Operateurs von Schwestern oder Pflegern durchgeführt. Erst 1952 wird in Deutschland der „Facharzt für Narkose und Anästhesie“ eingeführt. „Die Spezialisierung von Ärzten auf das Fach Anästhesie hat das Narkoserisiko deutlich reduziert und ermöglicht auch bei kritisch kranken Patienten komplizierte Operationen“, betont Dr. Swierkot. Gleichzeitig ist er froh darüber, seinen Beruf in der heutigen Zeit ausüben zu können, „denn heute sind gute Narkosen kein Geheimnis mehr, sondern das Ergebnis einer konsequenten Spezialisierung“.

DARCO – ein kompetenter Partner für innovative Fußchirurgie.

DARCO bildet mit den Standorten USA, Europa und China eine internationale Unternehmensgruppe. Wir sind spezialisiert auf innovative Lösungen in der Fußchirurgie, wie Implantate und Instrumente aber auch Verbandschuhe, Postoperationsschuhe und Entlastungsschuhe.

Durch unser starkes Engagement in der Erweiterung bisheriger Erkenntnisse und der Organisation vielseitiger Fortbildungsveranstaltungen im Bereich der Fußchirurgie, gewannen wir das Vertrauen vieler Spezialisten rund um den Globus.

Im Bereich der postoperativen Versorgung ist DARCO weltweit führend und brachte hier zum Beispiel als erstes Unternehmen die innovative Sportschuh-Technologie mit ein.

In enger Zusammenarbeit mit international bekannten und erfahrenen Ärzten entwickelt unser medizinisches Fachpersonal ständig neue Osteosynthesesysteme und Spezialinstrumente für die moderne Fußchirurgie. Alle Implantate und Instrumente werden aus hochwertigen Materialien gemäß dem DIN/ISO-Standard, gefertigt. Alle Produkte sind CE-zertifiziert.

Ein Auszug aus der DARCO-Produktpalette

> Spezialinstrumente für die Fußchirurgie
> Spezialimplantate und Osteosynthesematerial für die Fußchirurgie
> Kleinknochenchirurgische Maschinensysteme (elektrisch/pneumatisch)
> Original DARCO Schuhe, Diabetesschuhe und Bandagen

Die DARCO-Philosophie

Ganz nach unserem Leitsatz »Innovation in Foot Care Technology« zeigt sich DARCO als Botschafter des Wissens. Weltweite Workshops, Schulungen, Symposien und Messen, sowie OP-Videos und einschlägige Literatur in vielen Sprachen publizieren den aktuellen Stand unserer Forschungsarbeit und geben ihn für Ärzte zur Diskussion frei.

Als Hauptsponsor der unabhängigen Gesellschaft für Fußchirurgie, 1993 von DARCO-Gründer Dr. H. Darrel Darby ins Leben gerufen, steht DARCO in direktem Austausch mit den erfahrensten Fußchirurgen. Gerade dort, wo aus wirtschaftlichen Gründen hochinnovative Spezialprodukte noch nicht eingesetzt werden können, profitieren Ärzte vom offenen und konzentrierten Umgang mit allgemeinem Fachwissen.

Ein innovatives Produkt verlangt nach Erweiterung des aktuellen Wissensstandes. Daher sind wir weltweit mit führenden Spezialisten im Gespräch und fördern durch kooperative Zusammenarbeit und durch die Organisation von rein informativen Veranstaltungen und Nachschlagewerken den Informationsfluss rund um die Fußchirurgie.

Nur so können wir die neuesten Erkenntnisse und Erfahrungen aus der Praxis in unsere Produkte einfließen lassen und selbst auf gesunden Füßen stehen – denn das ist unsere Herausforderung.

DARCO (Europe) GmbH
Gewerbegebiet 18
D-82399 Raisting
Telefon +49 (0) 88 07.92 28-0
Fax +49 (0) 88 07.92 28-22
info@darco-europe.com
www.darco-europe.com

DARCO®
Innovation in Foot Care Technology

Dr. med. Manfred Thomas

11. Tagung der Deutschen Assoziation für Fuß und Sprunggelenk e.V.

Fußchirurgen ließen „die Puppen“ tanzen

„Arthroskopische Therapie von Sprunggelenkverletzungen wird immer wichtiger“

Die Fuß- und Sprunggelenkschirurgie hat sich in den vergangenen Jahren rasant weiterentwickelt. „Gelenkerhaltende Techniken in der Vorfußrekonstruktion ebenso wie der endoprothetische Gelenkersatz haben neue Behandlungsmöglichkeiten erschlossen, die vor wenigen Jahren kaum denkbar waren“, sagte Tagungspräsident Dr. Manfred Thomas in seiner Eröffnungssrede zum 11. wissenschaftlichen Jahreskongress der Deutschen Assoziation für Fuß und Sprunggelenk e.V. in Augsburg. Der Leiter der Abteilung für Fußchirurgie an der Hessingpark-Clinic hatte in diesem Jahr zusammen mit Professor Dr. Johannes Hamel, München, die Ehre, den hochkarätigen Fachkongress zu leiten.

Wachsendes Interesse für wachsenden Fuß

Bei den zahlreichen Fachvorträgen standen diagnostische, konservativ-therapeutische und insbesondere operative Aspekte zur Fußchirurgie im Mittelpunkt. Dabei wurden die neuesten Trends der arthroskopischen Behandlung von Sprunggelenksverletzungen – einer stetig wichtiger werdenden Therapieform, die auch von Dr. Manfred Thomas an der Hessingpark-Clinic mit Erfolg praktiziert wird – wie auch der Endoprothetik am Sprunggelenk ebenso thematisiert wie die operativen Strategien für die komplexe Vorfußrekonstruktion. „Der reine Oberflächenersatz des oberen Sprunggelenks erscheint heute bereits Routine, die Indikationen erweitern sich aber hin zu komplexeren Eingriffen bei schweren Deformitäten und Defiziten des knöchernen Lagers“, so Thomas. Der Verschmelzung der orthopädischen und traumatologischen Fachgebiete trug ein Expertengespräch zur Behandlung von Unfallfolgen nach Fußwurzelverletzungen Rechnung. Ein weiterer Schwerpunkt waren kindliche und neurogene Fußdeformitäten. In fünf gesonderten Fachsymposien zeigten die in Augsburg versammelten Fußexperten, dass sie für den wachsenden Fuß wachsendes Interesse entwickeln. Ergänzt wurde das Programm durch zahlreiche Seminare und Workshops, in denen die Teilnehmer selbst aktiv werden und neueste Operations- und Diagnosemethoden erlernen konnten.

Der neue „Vize“ der D.A.F., Dr. Manfred Thomas (li.), mit seinen Vorstandskollegen

Beim Gastspiel der Augsburger Puppenkiste ließen die Fußchirurgen die „Puppen“ tanzen

Besucherrekord und „Fußspitze“

Mit mehr als 470 Teilnehmern hatte der 11. Kongress der D.A.F. e.V. eine neue Rekordbeteiligung zu verzeichnen. Als besonderes Zeichen der zunehmenden internationalen Wertschätzung ihrer Organisation werteten es die Offiziellen der D.A.F., dass mit Prof. Dr. Michael Coughlin, Boise/USA, der Präsident des Weltverbandes der Fußchirurgen IFFAS (International Federation of Foot and Ankle Surgery) in die traditionsreiche Fuggerstadt gekommen war. Coughlin war aber nicht nur als berufspolitischer Repräsentant nach Augsburg gekommen, sondern bereicherte auch mit einem viel beachteten Vortrag zur Vorfußchirurgie das wissenschaftliche Programm des Kongresses.

Tanz mit den Puppen

Mit dem Rahmenprogramm, zu dessen Höhepunkten ein Empfang im „Goldenen Saal“ des Augsburger Rathauses gehörte, zeigten die Verantwortlichen, dass sie neben der Wissenschaft auch Wert auf kollegialen Gedankenaustausch in locker-festlicher Runde legen. Ehe sich die Fußchirurgen am Büffet bedienen und auf der Tanzfläche die Beine vertreten konnten, ließen die Kongressveranstalter aber erst einmal die „Puppen“ tanzen: Der Auftritt der weltberühmten „Augsburger Puppenkiste“ riss die Besucher zu Begeisterungsstürmen und spontanem Szenenapplaus hin.

Interview mit Dr. med. Manfred Thomas

„Zeiten des Alles-Schneiders sollten vorbei sein“

Beim D.A.F.-Kongress wurde Dr. Manfred Thomas auch neu zu einem der drei Vizepräsidenten der Gesellschaft gewählt. Gleichzeitig ist er Koordinator für die Ausbildungs- und Zertifizierungskurse der D.A.F. **Hessingpark concret** sprach mit Dr. Manfred Thomas über die Ziele seiner Amtszeit.

HP c: *Herr Dr. Thomas, welche Schwerpunkte wollen Sie als Weiterbildungskoordinator der D.A.F. setzen?*
Dr. Manfred Thomas: Durch eine zertifizierte Fortbildung über acht Seminare in drei Jahren wollen wir die Qualität in unserem Fach auf einem hohen Niveau festschreiben. Zudem will ich für einen regen internationalen Austausch sorgen, um den Anschluss an die Weltspitze zu finden.

HP c: *Wer ist darin im Moment führend?*

Dr. Manfred Thomas im Gespräch mit Prof. Dr. Michael Coughlin, dem Präsidenten des Weltverbandes IFFAS

Dr. Thomas: Eindeutig die USA, dort ist die Fußchirurgie eine eigene Disziplin mit speziell ausgebildeten Fachleuten.

HP c: *Geht da die Spezialisierung nicht etwas zu weit? Irgendwann gibt es dann den Facharzt für den linken kleinen Zeh.*
Dr. Thomas: Da habe ich keine Angst. (*lacht*) Was die Spezialisierung angeht, sollten die Zeiten einfach vorbei sein, in denen der alles schneidende Universalchirurg zum Zuge kommt. Der Fuß ist ein so komplexes Gebilde und die therapeutischen Möglichkeiten sind heute einfach zu groß, als dass jeder alles könnte.

HP c: *Wie wollen Sie die Internationalisierung der D.A.F. voranbringen?*
Dr. Thomas: Gemeinsam mit den Kolleginnen und Kollegen im Vorstand. Aber auch in meiner Funktion als Mitherausgeber der Fachzeitschrift „Fuß und Sprunggelenk“ werde ich mich verstärkt um ausländische Gastautoren bemühen. Zudem werde ich den Kontakt zu Fortbildungsbeauftragten in anderen Ländern suchen. Dafür sehe ich mich auch zu sehr in der Hessing’schen Tradition verhaftet: Schon der alte Herr Hofrat war ja auf Internationalität bedacht, das sollten wir so beibehalten.

Anzeige

Hornhautmodellierung während des Schlafes mit seefree®, der formstabilen Contactlinse.
Durch die besondere Gestaltung der Rückfläche modelliert seefree® die Vorderfläche der Hornhaut so, dass der Brennpunkt wieder auf der Netzhaut liegt. Wie bei einem scharf eingestellten Kameraobjektiv. Und das alles im Schlaf!
Das Ergebnis: freies Sehen tagsüber, schon nach wenigen Tagen. Ganz ohne Brille, Contactlinse oder Laser-OP.
Möchten Sie mehr wissen über die neue Freiheit des Sehens?
Wir beraten Sie gerne!

CONTACTLINSEN-INSTITUT
BY CITY OPTIK GMBH
Maximilianstr. 35 · 86150 Augsburg
Tel. 0821/3 32 55 · Fax 0821/31 14 57
www.cityoptic.com · info@cityoptic.com

CONTACTLINSEN-INSTITUT BY CITY OPTIK GMBH

Die neue Freiheit des Sehens. Über Nacht.

Gut kommuniziert, gut therapiert, gut rehabilitiert

Die schnelle und komplette Genesung nach einer orthopädischen Verletzung ist für Wolfhard „Cliff“ Savoy wie ein anspruchsvoller Triathlon. Die Disziplinen: Kommunikation, Therapie, Rehabilitation. Was der Chefphysiotherapeut der HP-C zum Ausdruck bringen will: Ein Nachbehandlungsschema ist so gut wie der Informationsaustausch zwischen Operateur, Patienten und Therapeuten.

Kurze Informationswege

Die erste Disziplin, „Kommunikation“, beginnt in der Hessingpark-Clinic schon mit der Aufnahme der Patienten. Dabei beschränkt sich die Kommunikation nicht auf das Gespräch zwischen den freundlichen Damen an der Rezeption und den Patienten. „Wir sind an der HP-C stolz, dass Ärzte und Physiotherapeuten mit den Patienten in engem Dialog stehen und Infos auf kürzestem Weg, häufig im direkten Gespräch, übermittelt werden“, beschreibt Savoy das Konzept. So können alle drei Parteien frühzeitig die beste Therapieoption festlegen und schon präoperativ alle Schritte für einen schnellstmöglichen Genesungsprozess in die Wege leiten. „Dass die zweite Disziplin, die Therapie, in unserem Haus gut ist, davon gehe ich aus, wenn ich mir den Zuspruch ansehe, den die HP-C hat“, meint Savoy.

„Effektive Reha heißt an der HP-C individuelle Reha“

Disziplin drei: Rehabilitation

„Strategien für Therapie und Rehabilitation nach dem Ersatz des vorderen Kreuzbandes gibt es genügend. Nur: Die Standardverletzung oder das Standardkreuzband gibt es nicht“, sagt Savoy. „Wir betreuen in unserer Einrichtung Patienten, die mit unterschiedlichsten Op.-Methoden und Implantaten versorgt werden. Patellasehnenplastiken müssen in der Reha anders angegangen werden wie Semitendinosus- oder Quadrizepsplastiken“, so Savoy. Er nennt ein Beispiel: Bei einer Semitendinosusplastik ist das Training der rückseitigen Oberschenkelbeuger für die ersten sechs Wochen eher kontraindiziert, während bei den anderen Plastiken so früh wie möglich damit begonnen werden sollte.

Feinheiten kommunizieren

„Je mehr Strukturen geschädigt, gerissen oder zumindest überdehnt waren, umso mehr sollte das bei den stabilisierenden und koordinativen Übungen in der Nachbehandlung berücksichtigt werden“, betont die auf Sportreha spezialisierte Therapeutin Caro Baur. Ein isoliertes vorderes Kreuzband kann schmerzfrei direkt nach der Op. voll belastet werden. Musste ein Meniskusschaden mit behandelt werden, bietet sich eine kurze Zeit der Teilbelastung an, die bei einer Meniskusnaht bis zu vier Wochen betragen kann. Bei einer Schädigung des Knorpel-Knochenbereichs („bone bruise“) ist eine Entlastungszeit von bis zu drei Wochen einzuhalten, erst dann kann über Teilbelastung wieder mit dem Aufbauprogramm begonnen werden. „Diese Feinheiten sollten und müssen ständig und ehrlich kommuniziert werden, damit die Patienten frühzeitig informiert sind, sich entsprechend einstellen und kompetent mitarbeiten können“, sagt Savoy.

Infos

Nachbehandlung bei Patellasehnenplastik

Operationstag:
keine Belastung, Ruhigstellung in Schaumstoffschiene, isometrische Übungen (Hüftbeuger, Adduktoren, Kniestrecker), aktive Übungen mit dem gesunden Bein (Cokontraktion).

1. u. 2. postoperativer Tag:
keine aktiven Übungen, entstauende Therapie (Lymphdrainage, Eiskompression), Motorschiene, Gangschule

ab 3. Tag:
Bewegungsübung aktiv/passiv, Vollbelastung erlaubt (Schmerztoleranz)

bis 3. Woche:
Bewegungsübungen aktiv und passiv 0-0-90, 50 % Körpergewicht Belastung, Einzelkrankengymnastik mit PNF, Krafttraining der Ischiokruralmuskulatur, Kryotherapie fünf Minuten am Ende jeder Übungsserie.

4.–6. Woche:
Bewegungsübungen aktiv und passiv 0-0-90, Vollbelastung, steigende Widerstände beim Muskeltraining, Koordinationstraining, Schwimmbad, Isokinetik, Standfahrrad.

7.–12. Woche:
freies Bewegungsmaß, Alltagsbelastbarkeit meist nach acht Wochen erreicht,
Behandlung plus Laufband, Koordinations- und Geschicklichkeitstraining (Kippkreisel, Trampolin).

ab 13. Woche:
freies Bewegungsmaß, Vollbelastung, Training nach Anspruch und Fortschritt, isokinetisches Muskeltraining, Fahrrad, Schwimmen.

Vermeidung dynamischer Sportarten im ersten postoperativen Jahr wegen Gefahr der Transplantatdehnung!

Wir lassen Sie nicht so einfach los ...

Wer bei medizinisch gestützter Funktionsdiagnostik und medizinisch gestütztem Training nur an Rehabilitation denkt, der war noch nie im Hessingpark-Training. Dort, in einem der modernsten Zentren für Funktionsdiagnostik und Training, kann sowohl der Freizeitsportler wie auch der Vollprofi nach den modernsten Methoden seiner persönlichen Fitness eine neue Qualität verleihen. Die Sportphysiotherapeuten und Dipl.-Sportwissenschaftler von Hessingpark-Training kennen die Welt der Fitness im Detail, denn nicht wenige von ihnen sind erfahrene Betreuer bei Europa- und Weltmeisterschaften, Olympischen Spielen und in diversen Nationalmannschaften.

Keiner geht einfach so los ...

Anders als in vielen „Muckibuden" legen die Therapeuten und Trainer von Hessingpark-Training absoluten Wert auf Individualität und persönliche Betreuung. Das beginnt mit der Trainingsplanung, denn im Hessingpark-Training wird kein Gast einfach so auf die Trainingsgeräte losgelassen. Neben der strukturellen und funktionellen Untersuchung durch erfahrene Therapeuten kann mit speziellen Funktionstests ein objektives skeletomuskuläres und kardiovaskuläres Profil erstellt werden, das mögliche Defizitbereiche individuell darstellt. Die Zauberworte lauten:

- **Manueller Muskelfunktionstest für Beweglichkeit und Kraft**
- **Rückenfunktionstest für Beweglichkeit und Kraft**
- **Isolierter isokinetischer Krafttest für alle Muskelgruppen**
- **Ausdauertest für kardiovaskuläre oder internistisch vorbelastete Fitnessfreaks (Personal Working Capacity Test, Lactattest)**
- **Herzleistungstest, Herzstresstest**

„Wir passen ihr Trainingsprogramm Ihren individuellen Wünschen und Möglichkeiten an. Denn: Bei uns heißt Training individuelle Betreuung", sagt Dipl.-Sportwissenschaftler Steffen Rodefeld.

Wolfhard Savoy

Leiter der Abteilung 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

Anzeige

Scharf sehen,
sicher agieren,
gut aussehen!

Eine rundum gute Sicht ist nicht zu unterschätzen, vor allem wenn Sie temporeiche Sportarten lieben. Wie gut, wenn Sie sich mit einem schnellen Blick nach hinten absichern können, weil scharf zu erkennen ist, was sich dort abspielt. Eine neue Generation individueller Brillengläser für die dynamischen Sehanforderungen im Sport ermöglicht dies jetzt. Das ist die Garantie für scharfe Sicht bis in den Randbereich!

Mit den neuen Kollektionen von ADIDAS, OAKLEY oder NIKE sehen Sie außerdem noch gut aus!

City Optik präsentiert Ihnen die Brillen und Sonnenbrillen für Ihre „schönsten Augenblicke" von GUCCI – DIOR – FREUDENHAUS – ALAIN MIKLI – STARCK-Design – AIR TITAN.

City Optik bedeutet seit 26 Jahren Kompetenz für Ihre Augen im Herzen von Augsburg.

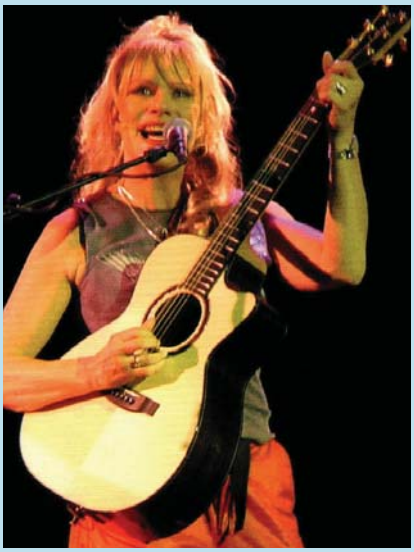
Augenprüfung: Ihre Sehleistung ist uns wichtig! Daher nehmen wir uns Zeit für das perfekte Vermessen Ihrer Glasstärken und berücksichtigen Ihre individuellen Wünsche. Sehberatung: Egal ob Ferne, Nähe, Gleitsicht, Office oder Sport. Sie sagen uns, wo Sie scharf sehen möchten und wir empfehlen Ihnen das passende Brillenglas. Perfekt sehen, wo „Sie" wollen! Das ist kompetente Fachberatung für Ihre Augen!

Weitere Pluspunkte bei City Optik:
Video-Zentrierung
Verträglichkeits-Garantie
Qualitäts-Garantie

City Optik,
Maximilianstr. 35
86150 Augsburg
Tel. 0821-51 56 31

CITY OPTIK
FÜR IHRE SCHÖNSTEN AUGENBLICKE

VIPs



„Der Mann, der den Erfolg verachtet, ist unwürdig, ihn zu haben“

Edmond Huot de Goncourt (1822–1896)

1 2 3 4 5 6

1
„Bodycheck“: Wegen eines schmerzenden Kniegelenks konsultierte Eishockey-Alt(lehr)-Meister Josef „Jojo“ Capla die HP-C.

2
„Mittelfeldmotor“: Karsten Hutwelker, Mittelfeldspieler des FC Augsburg, ist schon wieder fit für die Saison 2005/06.

3
„Lex Mihi Ars“: Vor dem Start ihrer neuen Tournee „gastierte“ die bayerische Rockröhre Lisa Fitz in der HP-C.

4
„Bergmann“: Der „Ex-Clubberer“ Sasa Ciric brennt auf die Rückkehr an den Bieberer Berg in Offenbach.

5
„Trainingslager“: Der Bayern-Star Andi Görlitz in der Obhut von Wolfhard Savoy (re.).

6
„Neuzugang“: Nationalspieler Patrick Owomoyela wechselte („via Hessingpark-Clinic“) von Arminia Bielefeld zum SV Werder Bremen.

Fit- und Muntermacher: Frühstück à la HP-C

Jeder Tag beginnt auch für mich privat mit einem guten Frühstück, denn das macht fit, steigert das Wohlbefinden, die Leistungs- und Widerstandskraft“, sagt Gudrun Kießling überzeugt und offensichtlich gut gelaunt. Keine Selbstverständlichkeit für eine Frau, deren Arbeitstag im Normalfall um 6.00 Uhr beginnt. Dann nämlich tritt Gudrun Kießling ihren Dienst in der Küche der Hessingpark-Clinic an. Erster Job des Tages: das Servieren des Frühstücks. „Für viele unserer Patienten ist das Frühstück die wichtigste Mahlzeit des Tages. Deshalb sollte es nicht nur gut schmecken, sondern auch gut ausschauen, denn bekanntlich kommt zuerst das Auge und dann der Gaumen“, betont auch HP-C Küchenchef Lorenz Eschenlauer, ein bekennender (und bekannter) Ästhet in Sachen Tisch- und Küchenkultur.

Der „Motor“ Körper braucht immer Energie

Ob in Bewegung oder im Schlaf: Der menschliche Körper mit seinen Milliarden von Zellen gleicht einem Motor, der von der Geburt bis zum Tod nie abgestellt wird. Atmung, Herzschlag, Entgiftung über die Nieren, Gehirntätigkeit – das sind nur einige der Körperfunktionen, die ständig ablaufen. Dazu wird Energie benötigt, Tag und Nacht. Diese Energie bezieht der Körper im „Energiestoffwechsel“ aus den Nährstoffen der Nahrung. Diese werden so verarbeitet, dass der Körper die gelieferte Energie speichern und jederzeit nutzen kann. Die meiste Energie benötigt der Körper bei anstrengender Arbeit und bei schweren Erkrankungen, wie z. B. nach Operationen

„Ein gutes Frühstück ist besser, als wenn einer einen guten Morgen wünscht“

Sprichwort

Ausgewogen und individuell starten

In der Hessingpark-Clinic werden schon beim Frühstück die individuellen Wünsche und Bedürfnisse der Patienten berücksichtigt. „Der Start in den Tag soll ernährungsphysiologisch ausgewogen sein, aber natürlich auch individuelle Ernährungsvorlieben oder Begleiterkrankungen wie Diabetes oder Allergien berücksichtigen“, sagt Gudrun Kießling. Gerade nach Operationen, wenn der Stoffwechsel einem starken Stress unterliegt, kann ein gesundes, in Ruhe und mit Genuss verzehrtes Frühstück den Selbstheilungskräften des Körpers ordentlich Schwung verleihen. Vollkornbrötchen, Croissants, sechs verschiedene Sorten Konfitüre, Honig, eine reiche Auswahl an Wurst- und Käseplatten, frische Fruchtsalate, Joghurts und frische Fruchtsäfte sollen in der Hessingpark-Clinic helfen, die Patienten für den Start in den Tag und für die baldige Genesung fit zu machen. Und ein gut gelauntes Lächeln von Frau Kießling gibt es kostenlos sowieso dazu.

Kein Käse:

Käse stärkt die Knochen

Eine ausreichende Kalziumzufuhr ist, besonders bei Kindern und Jugendlichen, wichtig für den Aufbau gesunder Knochen. Milch und Milchprodukte wären wertvolle Kalziumlieferanten, doch trinken Teenies immer weniger Milch. Was tun?

Eine finnische Studie hat gezeigt, dass Käse den Körper offenbar besser mit Kalzium versorgt als Kalziumtabletten. Forscher der Universität Jyväskyla verglichen den Effekt von Käse und Kalziumtabletten während der Wachstumsphase bei 150 Mädchen. Eine Gruppe bekam täglich zwei Tabletten (= 1000 mg Kalzium), eine andere täglich 100 g Edamerkäse (= ca. 900 mg), eine dritte Placebos.

Die Knochenreifung der Mädchen wurde durch eine Knochendichtemessung beurteilt. Das Ergebnis: Die Mädchen in der „Käsegruppe“ hatten den höchsten Zuwachs an Knochenmasse. Möglicherweise kann Kalzium mit Hilfe der Käseeiweiße besser vom Körper aufgenommen werden als das Kalzium aus Tabletten.

Gudrun Kießling

Frühstückstipps

Ganz oben auf der Frühstücks-Hitliste der Patienten steht in der Hessingpark-Clinic das täglich unterschiedlich zubereitete Müsli. Der persönliche „Favorit“ von Gudrun Kießling für einen guten Start in den Tag sieht so aus:

Ca. 40 g Beerenmüsli, etwas Milchknuspermüsli, zwei Esslöffel Naturjoghurt, etwas Honig, frische Früchte (Banane, Erdbeere, Mango …) – und einen kleinen Klecks geschlagene Sahne.

Tipp:

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt für Kinder unter einem Jahr die Einnahme von 400 mg Kalzium pro Tag. Jugendliche sollten rund 1200 mg, Erwachsene etwa 1000 mg/Tag zuführen.

Fast 900 „eiserne“ Sportler stürmten den Kuhsee

HP-C neuer Hauptsponsor beim 6. Hessingpark-Clinic Triathlon Festival am Kuhsee

Da kamen einige ganz schön ins Schwitzen: 500 Meter Schwimmen, 18 Kilometer Radfahren und fünf Kilometer im Laufschritt sind schließlich nichts für „Warmduscher“. Diese Distanzen mussten die fast 900 eisenharten „Iron-Ladys“ und „Iron-Männer“ beim 6. Kuhsee-Triathlon bewältigen, ehe ihnen der verdiente Lorbeerkranz überreicht wurde. Ins Schwitzen, sogar ohne sportliche Betätigung, kamen aber auch die Ärzte, Physiotherapeuten, Mitarbeiter und Manager von Hessingpark-Clinic und Hessingpark-Training, dem neuen Hauptsponsor des größten Breitensportereignisses im Großraum Augsburg.

HP-C als neuer „Stern“ im Sportsponsoring

Für die ersten fünf Triathlon Festivals an der „Augsburger Riviera“ hatte der große Stuttgarter Autokonzern mit dem Stern im Firmenlogo die Patenschaft übernommen. In diesem Jahr zog sich das Unternehmen aber bundesweit aus diesem Sponsoringsegment zurück und Kuhsee-„Erfinderin“ Katja Mayer musste sich recht kurzfristig um einen Ersatz für den Stern bemühen. „Wir haben die Chance gerne ergriffen, uns bei diesem regionalen Großereignis als kompetente Partner in Sachen Sportmedizin präsentieren zu können“, sagt Willibald Lunzner, Geschäftsführer der Hessingpark-Clinic.

„Und es hat sich für die Beteiligten allemal gelohnt, denn die Stimmung beim 6. Hessingpark-Clinic Triathlon Festival am Kuhsee war ausgezeichnet, die sportlichen Leistungen mehr als beachtlich und die Organisation durch das Team der km-Sportagentur von Ex-Triathletin Katja Mayer exzellent“, bilanzierte nach dem Festival ein sichtbar erschöpfter, aber auch zufriedener Philipp Einwang. Der Diplom-Kaufmann, der sich im Hauptberuf an der Hessingpark-Clinic um die Geschäftsentwicklung kümmert, war in den Wochen vor dem Event aber als federführender „Organisations-Triathlet“ für die Hessingpark-Clinic tätig. Dabei haben er und seine Mitstreiter eine Leistung abgeliefert, die denen der Sportler beim Triathlon in nichts nachstand.

■ In allen Klassen und Disziplinen gab es tolle sportliche Leistungen

■ Särkster HP-C Einzelstarter war Konrad Reinauer (li.)

„Blaue Blaukraut-Bauern“ mit Rekord

Lange blickten die Organisatoren eher verängstigt zum Himmel, denn für den Wettkampftag hatten die Wetterfrösche Regen vorausgesagt. Pünktlich zum Startschuss, den Stadtdirektor Dr. Gerhard Ecker in Vertretung von Schirmherr Bürgermeister Paul Wengert abfeuerte, hatte der Wettergott aber doch ein Einsehen und sorgte für hervorragende Wettkampfbedingungen. So stellte die siegreiche Staffel „Die Blauen Blaukraut-Bauern“ einen Streckenrekord auf: Nach 51:01 Minuten hatten Schwimmer Anton Neuß, Radfahrer Michael Schultz und Läufer Werner Fendt das Ziel erreicht. Mehr als eine Minute betrug der Vorsprung der Aichacher Sieger auf das Fitness-Center Vita-Fit aus Meitingen. Mit dem Trio Sabrina Bischofer, Michael Dosch und Tim Fieger holte sich die Stadtsparkasse den dritten Rang. Auch Dr. Walter Eschle, Vorstandsvorsitzender der Stadtsparkasse und Marathonläufer, radelte für eines der fünf Stadtsparkassen-Teams.

„Viele Hindernisse machen den Sieg bewusster“
Erich Limpach (1899–1965)

Starke Einzelkämpfer

Der vereinslose Christian Greppmair konnte bei den Einzelstartern seinen Vorjahreserfolg wiederholen. „Erst beim Laufen wusste ich, dass es wieder klappt“, so der erfolgreiche Triathlet. Nach 56:12 Minuten hatte der Elektriker aus Sulzbach bei Aichach einen komfortablen Abstand auf Martin Müller aus Untermeitingen. Die Frauenkonkurrenz im 302-köpfigen Teilnehmerfeld beherrschte Bettina Walther-Richters. Die Physiotherapeutin und Langstreckenläuferin (LG Zusam) kam mit 61:50 Minuten nahe an die „Schallmauer“ von einer Stunde. Stärkste „Hessing“-Dame war Silvia Reißner (Team HFZ) mit 75:41 Minuten auf Rang 25. Bei den Männern erreichten Konrad Reinauer (Team HP-C) mit 70:08 Minuten und Peter Hobmair (Team HP Geriatrie) mit 76:13 Minuten starke persönliche Zeiten.

Erfolgreiche Hessingpark-Trios

Nicht ganz für einen Platz auf dem Treppchen, aber immerhin für persönliche Bestleistungen hat es für die Teams der Hessingpark-Clinic gereicht. Mit einer Zeit von 64:09 Minuten holte sich das Hessingpark-Trio Ines Schuster, Lars Pamler und Simon Falch einen hervorragenden 60. Rang, das zweite HP-C-Trio mit Stefanie Liebmeier, Rainer Wohlfahrt und Sabine Haas kam auf Platz 148.

Stolz auf seinen Erfolg konnte auch Tim Binhammer, elfjähriger Sohn von HP-C- Anästhesist Eberhard Binhammer, sein: Erschöpft, aber überglücklich erreichte er beim Kindertriathlon nach 100 Metern Schwimmen, vier Kilometern Radfahren und einem Kilometer Laufen in 22:04 Minuten die Ziellinie. Damit war er achtbester Starter in seiner Jahrgangsstufe. Dafür bekam er den verdienten Applaus der rund 5.000 Zuschauer, die aus dem „6. Hessingpark-Clinic Triathlon Festival am Kuhsee“ wieder ein Fest für die ganze Familie gemacht hatten.

Presse-stimmen

Und das schrieb die „Augsburger Allgemeine Zeitung“ über den neuen Hauptsponsor des Triathlons:

Diagnostiker: Der neue Hauptsponsor des Kuhsee-Triathlons, die Hessingpark-Clinic, präsentierte sich erstmals mit seinem neuen Medmobil von Opel Holzer am Kuhsee – einem Bus, in dem das Diagnostik-, Trainings- und Therapiezentrum unter der Leitung von Wolfhard Savoy jede Menge Leistungstest vor Ort erledigen kann; beispielsweise der Fitnesszustand, die Lactatwerte oder das Herz-Kreislauf-System können in dieser mobilen Anlaufstelle überprüft werden. Vor allem bei Motorsportrennen, wie dem 24-Stunden-Rennen, kommt der Bus aus Augsburg zum Einsatz.

■ Links: Zufriedene Gesichter beim 6. Hessingpark-Clinic Triathlon Festival

■ Rechts: Ein starkes Team – die Mannschaft der HP-C vor dem HP-medmobil

Fotos: Dr. Ulrich Frank

Schulter Fixations Systeme

Innovative Implantate entwickelt für Ihre Bedürfnisse

Super Revo®

Impact™ Suture Anchor

UltraFix® RC

Contour™ Labral Nail

UltraFix® Knotless Suture Anchor

BioCuff® C

Mini Revo®

BioAnchor®

Duet™ Suture Anchor

Bankart™

Linvatec Deutschland GmbH
Frankfurter Str. 74
D-64521 Groß-Gerau
Tel.: 0 61 52 - 937 - 0
Fax: 0 61 52 - 937 - 100
Internet: www.linvatec.de
E-Mail: info@linvatec.de

CONMED LINVATEC

1

2

3

4

5

Den Traum von Olympia fest im Auge behalten

Die Betreuung von Sportlern aus allen Bereichen – vom Hobby(tri)athleten bis hin zum Profi aus der Deutschen Fußballnationalmannschaft – gehört mittlerweile fast zum Alltagsgeschäft von Therapeuten und Ärzten der Hessingpark-Clinic. Auch ganze Teams werden von den Therapeuten des Hessingpark-Trainings begleitet, wie die Deutsche Nationalmannschaft der Snowboarder von Caro Baur und das U18 Herren Nationalteam des Deutschen Hockeybundes von Wolfhard „Cliff" Savoy.

Mit „Top Team Turin" zu Olympia 2006

„Cooles Feeling" trotz sommerlicher Temperaturen zog durch das Hessingpark-Training, als das „Top Team Turin" des Deutschen Snowboardverbandes zu Besuch war. Auf Einladung ihrer Mannschafts-Physiotherapeutin Caro Baur waren die zwölf jungen Damen und Herren samt Betreuern mal kurz vom Konditionslehrgang im Olympiastützpunkt Augsburg „rübergejumpt", um sich über die Trainings- und Rehabilitationsmöglichkeiten am Zentrum für Funktions- und Leistungsdiagnostik zu informieren.

Caroline Baur arbeitet seit drei Jahren als Physiotherapeutin im Hessingpark-Training und betreut daneben auch die Teams der Snowboardcrosser und der Racer des Deutschen Snowboardverbandes. Beim Snowboard Cross (SBX) fahren die Snowboarder auf einer speziellen Piste mit Schanzen, Tunnel, Buckel und Wassergräben. Für viele Snowboarder ist das SBX der ultimative Kick, denn fast alles ist erlaubt und die Athleten lassen sich immer schwierigere Tricks einfallen. „Dadurch steigt die Verletzungsgefahr", sagt Caro Baur, bei der sich die Aktiven für den „Fall der Fälle" aber in guten Händen wissen. In so guten, dass sie die gebürtige Friedbergerin auf alle Fälle bei den Olympischen Spielen 2006 in Turin dabeihaben wollen. Dort wird SBX erstmalig olympisch sein.

> „Der Wille öffnet die Türen zum Erfolg"
> *Louis Pasteur, 1822–1895*

U18 Europameisterschaft

Ob beim traditionellen Vier-Nationen-Turnier in Spanien (Teilnehmer: Deutschland, England, Spanien, Niederlande), bei den Vorbereitungslehrgängen oder bei der Europameisterschaft im polnischen Gniezno – die Jungs von der U18 Nationalmannschaft des Deutschen Hockeybundes können sich immer auf „ihren Physio" Cliff Savoy verlassen.

Höhepunkt in diesem Jahr war im Juli die EM in Polen. Mit dem diesjährigen Jahrgang 1987/88 errang das Team von Bundestrainer Torsten Althoff bei der U16-EM 2003 in Spanien den EM-Titel. Entsprechend hoch waren die Erwartungen für die EM in Polen. Doch der Traum von Edelmetall war schnell ausgeträumt. Am Ende reichte es nur für einen 5. Platz. Europameister wurden die Niederlande. „Die EM war ein wirkliches Highlight und ein tolles Erlebnis. Leider hat es sportlich nicht ganz so hingehauen, aber trotzdem war jede Minute lohnend", bilanziert der hockeybegeisterte „Cliff" Savoy.

1 Cliff Savoy (hi. Reihe, 2. v. re.) mit dem U18 Nationalteam in Polen

2 Das kriegen wir schon wieder hin …

3 Bei Caro Baur ist das „Top Team Turin" des Deutschen Snowboardverbandes in guten Händen

4 Immer schön das Gleichgewicht halten – Snowboarder beim Training

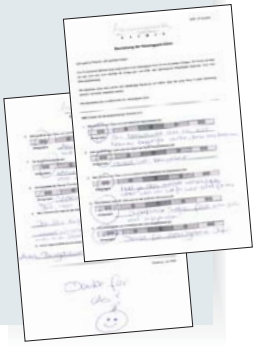
5 Coole Typen, die Snowboardcross einfach nur „endgeil" finden und heiß auf Olympia 2006 sind

Dipl.-Kfm.
Philipp Einwang

Leiter des Bereiches Geschäftsentwicklung an der HP-C

„Wenn schon krank, dann in Ihrem Haus“

Anonym



Das gesamte Hessingpark-Team ist der „Star“

Die Hessingpark-Clinic scheint tatsächlich eine Clinic zu sein, die ihre Patienten nicht nur als Gäste empfangen will, sondern eine Clinic, in der sich die Patienten auch wie Gäste empfangen fühlen. Das zumindest lässt sich aus den statistischen Ergebnissen einer Patientenbefragung ableiten, deren Präsentation jetzt nicht nur bei der Geschäftsleitung für einen höchst zufriedenen Gesichtsausdruck gesorgt hat.

Ihr Urteil war gefragt

Bis Ende Juli 2005 wurden alle stationär in der Hessingpark-Clinic behandelten Patientinnen und Patienten gebeten, anonym einen kurzen Fragebogen auszufüllen, auf dem sie ihren Gesamteindruck von den unterschiedlichen Teams und Abteilungen zum Ausdruck bringen sollten. Insgesamt 1172 Fragebögen kamen ausgefüllt zurück. Die Bewertung orientierte sich dabei am Notensystem der Schule und reichte von „1“ (hervorragend) bis „5“ (mangelhaft). Abgefragt wurden dabei alle Bereiche. Das Auftreten der Ärzte, die stationäre Patientenbetreuung durch das Pflege- und Funktionsteam, die Aufnahmemodalitäten und der Empfang durch das Ambulanzteam wurden ebenso kritisch hinterfragt wie die Aufklärung über das Krankheitsbild, die Operations- und Nachbehandlungsmöglichkeiten, die Qualität und das Arrangement der angebotenen Speisen oder auch die Sauberkeit und das Ambiente in den Patientenzimmern. „Wir haben keinen Bereich ausgespart, denn wir wollen uns nicht in die eigene Tasche lügen“, sagt Philipp Einwang, der als Leiter des Bereiches Geschäftsentwicklung an der HP-C die Patientenbefragung organisiert und koordiniert hat.

Danke, liebe Gäste, Ihr Urteil ist uns Anerkennung und Verpflichtung zugleich

Anerkennung und Auftrag zugleich

Um es vorweg zu nehmen: Den „Notendurchschnitt“ von 1,09 über alle abgefragten Aspekte werten alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hessingpark-Clinic als Dankeschön ihrer Gäste. „Dieses Ergebnis macht deutlich, dass der Spaß am Umgang mit Menschen, am Gestalten, am Einbringen von Erfahrungen und neuen Ideen im gesamten Team der HP-C die beherrschende Motivation ist und das auch so an die Patienten vermittelt wird“, sagt Pflegedienstleiterin Theresia Rodler. Dr. Ulrich Boenisch, der Ärzliche Leiter der Hessingpark-Clinic, pflichtet ihr bei: „So ein Ergebnis gibt es nicht alleine durch ärztliche Qualität. Da müssen alle Bereiche zusammenstehen. Deshalb ist für mich das gesamte Team der Hessingpark-Clinic der Star, dem ehrlicher Dank gebührt.“ Allerdings ist das Ergebnis auch gleichzeitig ein wohl verstandener Aufruf, nicht in den Leistungen nachzulassen und noch vorhandene Schwächen konsequent abzubauen.

Audi Zentrum Augsburg
Eichleitnerstraße 11
86199 Augsburg
Tel.: 08 21-5 70 47-0

Mayr & Wagner
Augsburger Straße 53
86368 Gersthofen
Tel.: 08 21-4 97 09-0

Autohaus Nickl
Neuburger Straße 109
86167 Augsburg
Tel.: 08 21-7 00 20-0

Riedmüller
Aichacher Straße 24
86316 Friedberg
Tel.: 08 21-2 67 57-0

SchwABa Autohausgruppe

Ar(t)zt-gespräch

Lieben heißt, unser Glück in das Glück eines anderen zu legen.
Gottfried Wilhelm Freiherr von Leibniz (1646–1716)

▲ Hallo, ich heiße Hannah Katharina Weiß und bin seit dem 03.06.2005 das neueste „Arzt-Gespräch" im Hause Artzt. Ganz schön verwirrend, werden Sie sagen. Natürlich, aber ich helfe Ihnen: Meine Mami ist die Naturheilpraktikerin Heike Artzt. Die heißt aber, so viel ich weiß, jetzt Heike Weiß, weil sie ganz in Weiß meinen Papi, den Herrn Weiß, geheiratet hat.

▲ Hat sich getraut: Carola Dengler, geb. Seifert. Anfang Juli war's, da ist die Krankenschwester in den „Hafen der Ehe" eingelaufen. Den Glückwünschen von PDL Theresia Rodler (re.) schließt sich auch die Redaktion von **Hessingpark concret** an.

▲ Ad multos annos, Herr Willibald Lunzner! Auch ein Geschäftsführer wird zumindest einmal im Jahr von seinen Mitarbeitern bejubelt. Vor allem, wenn bei dem Ereignis auch noch Sekt zum Ausschank kommt …

Abo für „Hessingpark-Training" gewinnen

1. Preis: 1x 3-Monatsabo für „Hessingpark-Training"
2. Preis: 2 Eintrittskarten für Lisa Fitz „Lex Mihi Ars" (Tournee bis März 2006)
3. Preis: 1 Buch „DER ABT – Die Geschichte, 100 Jahre Power & Faszination"

Starter bei einem Wettbewerb

Beruf von Jan Ullrich

Einfall

Medizinische Gelenkspiegelung

Sprunggerät

Hofrat von …

Ausdauersportart

Fachgebiet der Hessingpark-Clinic

Medizinische Betäubung

Einsendeschluss: 31. Oktober 2005
(Datum des Poststempels)

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

So einfach ist das Mitmachen: zwölf 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".

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.

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

Glücksfee mit einem goldenen Händchen

Das ist eine prima Verteilung, das kann nur eine wirkliche Glücksfee mit einem „goldenen Händchen", freute sich Dr. Ulrich Frank nach der Ziehung der Gewinner unseres Preisrätsels. Unter dem gestrengen Blick von Papa Claus Rasch, Geschäftsführer der Hessingpark-Clinic, und von Dr. Ulrich Frank hatte die $4^{1/2}$ Jahre alte Linda die Gewinner aus der Trommel mit den richtigen Einsendungen (Lösungswort: Arthroskopie) gefischt.

Die Preise, CDs mit Meisterwerken von Juan José Chuquisengo, gingen an:

1. Preis (3 CDs):
Brigitte Körtel, Friedberg
2. Preis (2 CDs):
Werner Dilger, Schönaich
3. Preis (1 CD):
Dagmar Krauss, Wertingen

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

hessingpark
CLINIC

Zentrum für ambulante und kurzstationäre orthopädische Chirurgie

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

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

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

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.