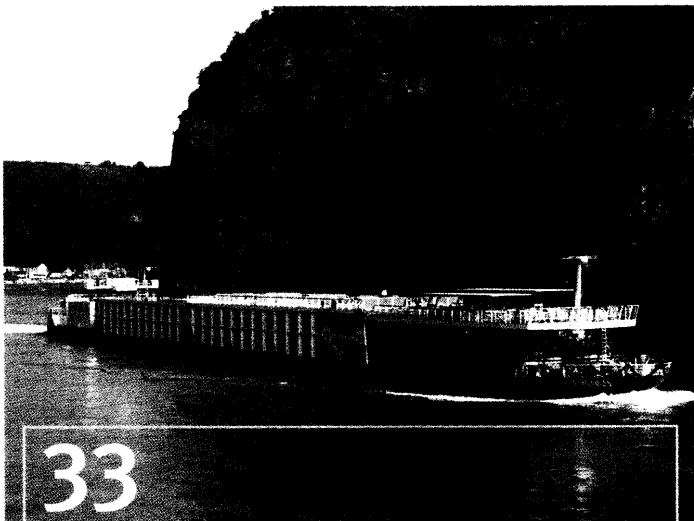
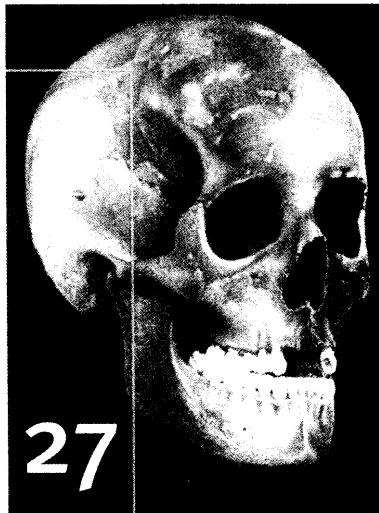




Jeder Dritte über 65 stürzt ein- oder mehrmals pro Jahr. Was man dagegen tun kann? Auch wenn es paradox klingt: Wer sich mehr bewegt, stürzt weniger. Bewegung fördert den Gleichgewichtssinn, trainiert die Muskulatur, fördert die kognitiven Fähigkeiten und macht Spaß.

Einer der größten Dichter Deutschlands, brillianter Denker, Rebell, Arzt und auch Patient – eine schillernde Persönlichkeit: Johann Christoph Friedrich von Schiller. Auch 200 Jahre nach seinem Tod gibt er Rätsel auf, die noch auf ihre Lösung warten.



Nicht immer blau, aber immer eine Reise wert. Die Donau: Ein mächtiger Strom und prächtige Städte bilden die Kulisse für eine traumhafte Reise auf einem einzigartigen Schiff.

Orthoprof.

3/2005

OSTEOPOROSE-SPECIAL	5
BEWEGUNG UND STURZ Dr. Martin Runge	6
OSTEOPOROSE: NACKTE TATSACHEN Nachschau zur Toscani-Ausstellung	8
WAS IST KNOCHENQUALITÄT Heinz Weichselgartner	10
SCHÜTZEN SIE IHRE KNOCHEN BEVOR ES ZU SPÄT IST Rosi Mittermaier	13
ARTHROSE-AKTUELL	15
NEUE LEBENSQUALITÄT: DAS KÜNSTLICHE HÜFTGELENK Dr. Florian Söhn	16
LEBEN MIT ARTHROSE: PRAKTISCHE TIPPS FÜR DEN ALLTAG Heinz Weichselgartner	21
LUMBALE BANDSCHEIBENPROTHETIK Dr. Christian Schneider, PD Dr. H.-M. Mayer	24
STREIT UM SCHILLERS SCHÄDEL Dr. Herbert Ullrich	27
SCHLAFEN OHNE DRUCK Dr. Tom Laser	30
AYURVEDA – SINN-LICHER GENUSS Christiane M. Schröder	32
TEMPERAMENTVOLL LEISE REISEN AUF DER DONAU Heinz Weichselgartner	33
MEDIZIN & WISSEN	
KET-Balance Training	14
14 Tipps zum Umgang mit dem neuen Hüftgelenk	18
Fußtherapie mit System	20
Ersatz der Synovialflüssigkeit	23
IMPRESSUM	22