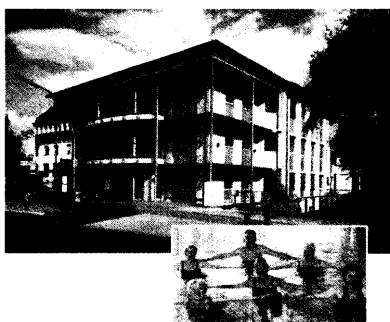


**pro  
medik**  
Reha + Prävention

Erftkreis  
und Köln



**Komplexes Angebot  
für Ihre Gesundheit  
und Ihr Wohlbefinden**

**INFORMATION UND ANNAHME  
VON REHA-ANTRÄGEN IN HÜRTH**

Tel.: 0 22 33 / 39 69-13  
Fax: 0 22 33 / 39 69-70

**HÜRTH**  
Krankenhausstr. 38-40  
50354 Hürth  
Tel.: 0 22 33 / 39 69-0  
Fax: 0 22 33 / 39 69-69  
E-mail: huerth@promedik  
Internet: www.promedik.de

**PULHEIM**  
Ehrenfriedstr. 16A  
50259 Pulheim  
Tel.: 0 22 34 / 98 39 75  
Fax: 0 22 34 / 98 39 76  
E-mail: brauweiler@promedik  
Internet: www.promedik.de



## RATGEBER

- Eine neue Dimension der Entspannung**  
Wasser, Wärme und Kraft  
können Schmerzen lindern **5**
- Deutschlands erfolgreichster  
Biathlet Rico Groß:**  
„Mein Rücken ist wieder in Topform!“ **14**
- Der richtige Schuh –  
keine einfache Wahl** **19**
- Der gesunde Schlaf  
beginnt am Kopf**  
Samina Kissen unterstützen  
die Halswirbelsäule **21**
- Krafttraining –  
aber richtig!**  
Folge 1: Die Schulter **24**
- Nicht XXL,  
sondern XXY**  
Das Klinefelter-Syndrom **32**
- „Die Faust im Nacken“**  
Warum Nackenschmerzen  
so penetrant sein können **36**
- Denn Narben wachsen mit**  
Minimalinvasive Chirurgie bei Kindern **42**
- Entzündungshemmung  
mit Heisteria Pallida** **43**
- Das Läuferknie**  
Jeder Vierte leidet darunter **46**
- Das geht unter die Haut**  
Gesund schwitzen  
im Vitatherm Infrarotcenter **49**
- Muskeln, Masse, Mineralien**  
Was macht den Knochen stark? **50**
- Keine Angst vor Schmerztherapie** **54**
- „Ein krankes Bett ist das sicherste  
Mittel, die Gesundheit zu ruinieren“  
(Paracelsus)** **57**

## VERSCHIEDENES

- Editorial / Impressum** **3**
- Rätsel** **13**
- Kurz notiert** **38**
- Vorschau** **70**

## MEDIZIN AKTUELL

- 10 Dinge, die Sie über  
Zahnimplantate wissen sollten** **6**
- Daumensattelgelenksarthrose**  
Fester Griff mit  
neuer Prothesengeneration **22**
- Neue Hilfe bei hartnäckigen  
Rückenschmerzen**  
Bandscheibenerneuerung  
aus dem Reagenzglas **30**
- Kniearthrose:**  
Endstation Total-Endoprothese –  
oder doch noch nicht? **34**
- Neuer Wirkstoff  
bei Morbus Bechterew**  
Adalimumab erstmals auch bei  
Spondylitis ankylosans zugelassen **39**
- Wirbelkörperbrüche lassen  
sich verhindern**  
Orthesen für Osteoporose-Patienten **44**
- Sturzprophylaxe**  
Gangsicherheit und  
Gleichgewicht fördern **59**
- Perfektes Sehen mit neuer Linse**  
Mehr Sicherheit und Komfort  
mit Blaufilter und asphärischen Schlifflinien **62**
- Biologische Arthrose-Therapie  
mit Knorpelextrakten** **68**

## DIAGNOSE & THERAPIE

- Eine oft nicht erkannte Gefahr**  
Die Schaufensterkrankheit **8**
- Operative Gefäßweiterung  
kann Risiken vorbeugen**  
Die Perkutane  
Transluminale Angioplastie **10**
- Endlich wieder beweglich!**  
Hochfrequenzenergie unterbricht  
Schmerzkreislauf **11**
- Der Triggerpunkt  
als Wegweiser** **15**
- Kunstgelenk –**  
Wann ist es wirklich so weit? **26**
- Kokzygodynie**  
Steißbeinschmerzen **41**
- Übersäuerung – Schmerzen – Trigger –  
und ihre Folgen** **58**
- Moderne Venentherapie:**  
individuell und stadiengerecht **64**