



## RATGEBER

<b>Kreuzband-OP</b> Höhere Stabilität mit Zweibündeltechnik	8
<b>Arthrose richtig vorbeugen</b>	20
<b>Wenn alles wehtut</b> Polymyalgie und ihre Behandlung	22
<b>Leben in einer kranken Haut</b> Wie die Schuppenflechte das Leben verändert	26
<b>Krampfadern – so werden Sie sie schonend los</b>	30
<b>Das Bett</b> Ergonomie bestimmt unser Leben	36
<b>Mit Diabetes leben</b>	52
<b>Was den Füßen Freiheit gibt</b> So halten Sie Ihre Füße gesund	60
<b>Rückenschmerzen als Hilferuf der Seele</b>	66
<b>Schmerzfreie Knie – schonend ohne Operation am Gelenk selbst</b>	74

## VERSCHIEDENES

<b>Editorial / Impressum</b>	3
<b>Rätsel</b>	16
<b>Kurz notiert</b>	32, 63
<b>Quellen</b>	78

## DIAGNOSE & THERAPIE

<b>Chronische Rückenschmerzen müssen nicht sein</b> Magnetfeldbehandlung im Wirbelkanal	13
<b>Spineliner® – Wir bewegen Ihr Leben</b> Neu – Diagnose und Therapie	34
<b>Chronische Schmerzen schonend behandeln</b> Die Triggerpunkt-Stoßwellentherapie	51
<b>Zwischen Kopf und Körper</b> Halswirbelsäulenerkrankungen	54
<b>Bandscheibenprothese: Alter ist kein Hinderungsgrund</b>	59

## MEDIZIN AKTUELL

<b>Moderne Implantologie</b> Original oder Kopie? Dank der richtigen Planung kaum noch Unterschiede	6
<b>Arthrose der Halswirbel: Lassen Sie den Kopf nicht hängen</b>	10
<b>Endlich schmerzfrei bei Band- scheiben- und Wirbelsäulenleiden</b>	18
<b>Die sogenannte einfache Meniskusoperation</b> Eingriff mit Komplikationen	24
<b>Neue Therapiekonzepte bei Rückenbeschwerden</b>	29
<b>Osteoporose – was hilft wirklich?</b> Aktueller Stand der medikamentösen Behandlung der Osteoporose	38
<b>Osteoporose – Innenansichten des Knochens</b> Nur eine fundierte Diagnose schafft die Vor- aussetzung für eine optimale Behandlung	43

<b>Wieder hören – aber ohne Hörgerät!</b> Mehr Lebensqualität durch neuartiges Implantat	44
<b>Was hilft gegen die Hölle im Kopf?</b> Die Migräne und ihre Behandlungsmethoden	46
<b>Unsere Füße brauchen die richtige Erdung</b> Sensomotorische Einlagen verbessern Haltung und Bewegungskoordination	69