



Spriztour gegen Gräser

56

DIAGNOSE & THERAPIE

Mit dem richtigen Dreh gegen Arthrose und Osteoporose
Hightech für Gelenke und Knochen in Köln 10

Keine Angst vor dem Knochenaufbau 12

Arthroskopische Operationen im Überblick 22

Verengter Wirbelkanal:
So werden Sie schmerzfrei 24

Spineliner hält Einzug in die Formel 1 30

Hallux valgus:
Die richtige OP für jeden Fuß 70

Der kindliche Fuß 72

VERSCHIEDENES

Editorial / Impressum 3

Kurz notiert 29, 40

Rätsel 60

RATGEBER

Innenansichten eines Knochens Teil 2
Osteoporose – Früherkennung
mit dem XtremeCT 20

Chondroitin und Glucosamin
Eine starke Allianz für gesunde Gelenke 21

Knochen-Management
Wenn der Kiefer nicht genug Knochen bietet 26

Wenn es uns die Sprache verschlägt:
Sprach- und Stimmstörungen 28

Fit in den Tag – mit gestärktem Rücken 32

Schnell passiert und leicht geheilt?
Der Schlüsselbeinbruch 34

Thema: Harninkontinenz
Wenn die Krankheit plötzlich
das Leben bestimmt 41

Fusionen an der Wirbelsäule
Schmerzlinderung durch Stabilisierung 46

Fuß aus der Balance
Bänderdehnung und Bänderriss 52

Spriztour gegen Gräser
... und andere Pollen 56

Endoprothetik
Was leistet die Nachsorge? 58

Aus einer Idee wird Geschichte 65

Prae-Fit®
Fitnesstraining mit Brief und Siegel 68

Gesund durch Sport
Individuelle Leistungsdiagnostik
nützt auch Freizeitsportlern 69

MEDIZIN AKTUELL

Quantensprung in der Knie-Endoprothetik –
innovatives Material
erweitert Einsatzmöglichkeiten 6

Osteoporose –
die „Knochenbruchkrankheit“ 16

Magnetfeldtherapie –
ein Kraftwerk gegen Schmerzen
Ein Erfahrungsbericht von Dr. Hartmann 17

Rehatron alpha
Selbstheilung mit Nano-Impulsen anregen 36

Nur Mut!
Der Gang zum Männerarzt 38

Fit mit der Aminovital-Therapie
Neues aus der Naturmedizin
mit Prof. Hademar Bankhofer 44

TergoVital – Fitnesstrainer und
Rückentherapeut
Ein Muss für die gehobene
Fitness-Einrichtung 45

Welche OP-Technik ist die beste?
Wirbelsäulenfusionen auf dem Prüfstand 49

Navigierte Hüftprothesen
Wie genau sind sie wirklich? 62

Der Knochenbau ist eine
dynamische Skulptur
Osteoporose ist durch
Bewegung behandelbar! 66