

DIAGNOSE & THERAPIE

Mobilitätsverlust durch
Nerveneinengung – muss das sein? 8

Mit MBST® gegen
Arthrose und Osteoporose
Hightech und doch ganz natürlich 10

Spinale Enge und die Folgen 36

Wirbelsäulendegeneration –
Preis hoher Lebenserwartung 54

Fit durch den Winter
mit kräftigen Füßen 62

US-Methode besiegt Rückenschmerzen
Operation nur noch selten nötig 64

Rückfußbeschwerden richtig behandeln
Der Fersensporn:
Schmerzhaft, aber nicht aussichtslos 66

VERSCHIEDENES

Editorial /Impressum 3

Kurz notiert 5

Rätsel 15

Wenn die Bandscheibe schlapp macht
Osteochondrose 48

Sinn und Unsinn arthroskopischer
Operationen bei Kniearthrose
Sind arthroskopische Operationen
bei Kniearthrose sinnlos? 60

Quelle 74

RATGEBER

Strahlendes Lächeln inklusive
Ästhetik bei Zahnimplantaten
ist konkurrenzlos 6

Wann welcher Zahnersatz? 16

Der Charcot-Fuß und seine Behandlung
Gefahr für Diabetiker 23

Der Facharzt für Gastroenterologie
Spezialist mit
breitem Aufgabenspektrum 24

Sport in der Schmerztherapie
Den Schmerzen davonlaufen 28

Mammografie
Ab wann zu empfehlen? 30

Mit der Bioprothese und einem
Meniskusimplantat noch lange aktiv 34

Ausreichend durchblutet
und gut gelüftet
Das brauchen Füße
in der kalten Jahreszeit 38

Welche Möglichkeiten gibt es heute?
Narkose 40

Schlaf –
warum er gerade jetzt so wichtig ist 46

Wie schütze ich mich
vor Knieverletzungen?
Special: Wintersport 51

Hörverlust –
meist kommt er schleichend 56

Bioluft zum Einatmen
Atmungsergänzung: Eine neuartige
Therapieform setzt sich durch 69

Es muss nicht immer eine OP sein
Sinn und Nutzen konservativer
Behandlungsmethoden 71

MEDIZIN AKTUELL

Schmerzfrei nach einem Tag
Vesselplastie 18

Kniegelenks-Denervation
bringt Lebensqualität zurück
Schmerzfreie Knie
ohne große Operation 21

Was geschieht eigentlich mit
Knochenschrauben und -platten?
Chirurgische Metallentfernung 26

Arthroskopische Knorpelzell-
transplantation mit Sphäroiden 44

Die Onlay-Prothese für
jüngere Hüftpatienten 65

Karpaltunnelsyndrom
Operation ohne „Auszeit“ 68

ANZEIGE

»Heute schon
an morgen
denken...«



Malteser bieten Sicherheit und Nähe

Die Menschen werden immer älter. Bald wird ein Drittel der Deutschen 60 Jahre und älter sein. Wer als alter Mensch, als Kranker oder Behinderter allein lebt, braucht sich jedoch keine Sorgen mehr zu machen, wie er im Notfall Hilfe holen kann: Der Malteser Hausnotruf-Dienst sorgt für ein hohes Maß an Sicherheit - und damit auch für persönliche Freiheit um möglichst lange Zuhause zu wohnen. Im Notfall kann der Teilnehmer einfach auf den Knopf an der Halskette drücken und sofort Sprechkontakt zu den Maltesern bekommen. Das Grundpaket gibt es bereits ab nur 0,60 Cent pro Tag. Eine Kostenübernahme durch die Pflegekasse ist in bestimmten Fällen möglich.

Informieren Sie sich jetzt unter
0221 94976050 für Köln/Rhein-Erft oder
unter 0228 9699230 für Bonn/Rhein-Sieg



Malteser
... weil Nähe zählt.