

TITEL

Halswirbelsäule und CMD 34



DIAGNOSE & THERAPIE

Die Achillessehne 50
Heldenhaft, aber nicht unverwundbar

Zerrungen, Bänderrisse und Knöchelfrakturen 56
Sprunggelenksverletzungen

Kleine Geschwulst mit großer Wirkung 58
Das Ganglion

RATGEBER

Einzigartig 5
3D-Fußvermessung in Köln

Bauchdeckenstraffung 8
Mit „team-approach“- und „high upper tension“-Nähten zu einem schönen Bauch

Vom Kopf zum Fuss 10
Ganzheitliche Schmerztherapie auf neuen Wegen

Mehr Mobilität und Wohlbefinden 14
Was Schuheinlagen vom Profi alles können

Muskeln auf Abwegen 22
Myopathien

Was macht die Kniescheibe im Knie? 26
Anatomie und Funktion der Patella

Seltene Erkrankungen der Knochen und Gelenke 28

Haltung bewahren 30
Haltungsschäden frühzeitig erkennen

Getrübte Sicht 32
Grauer und Grüner Star

Fast ein Wundermittel 40
Wie sich Sport und Bewegung auf Körper, Geist und Psyche auswirken

Gesund und fit im Sattel 42
Richtig Radfahren ist Sport für jedermann

Coxa saltans 44
Wenn die Hüfte über die Stränge springt

Spätfolge Sprunggelenksarthrose? 62
Anwendung der KernspinResonanzTherapie

Experten-Sprechstunde: 64
Brücke oder Implantat – was ist die bessere Wahl?

Mit Sicherheit mehr Lebensqualität – 68
Was macht den künstlichen Gelenkersatz sicher?

Therapeutisches Kernspin 69
Die Bandscheiben neu „aufladen“

Muskeln für Ausdauersport stärken 72
Präventives Krafttraining von Kieser Training

Endlich angekommen 73
Wohnstift Beethoven

MEDIZIN AKTUELL

Künstliches Knie nach Maß 6
Individualisierte Prothese bildet Originalgelenk exakt nach

Weg mit den Nackenschmerzen! 9
Softlaser und Mesotherapie gegen Verspannungen

Der Superior-Spreizer 12
Schonende Behandlung bei Spinalstenose und Facettenschmerz

Kombinierte Stenose: Nerven im Schraubstock! 16
Wie Wirbelkanalspezialisten heute die Schmerzen nehmen

Vorfahrt für Gelenkerhalt 20
Moderne Behandlung bei Hüftgelenksarthrose

Kein Bock auf Hallo und Tschüss 48
Das Asperger-Syndrom

Einfach helfen 54
Blut spenden, Stammzellen registrieren lassen

Stabil und belastbar 66
Neues vorderes Kreuzband in „all-inside“-Technik

VERSCHIEDENES

Editorial/Impressum 3

Rätsel 24

Quellen 74

ANZEIGE

5 Minuten...

...täglich liegen – gegen Verspannungen und daraus entstehende Kopfschmerzen!

Durch sanfte Dehnung der Muskulatur lockern und lösen sich Verspannungen. Spannungskopfschmerzen können so sinnvoll behandelt und nachhaltig gelindert werden. Von Orthopäden und Physiotherapeuten entwickelt.

99€ inkl. Versand

yellow-head.de

Yellow-Head GmbH
Meckenheimer Allee 158 · 53115 Bonn · Fon 0228 629178-10