

Hessingpark

C O N C R E T

Engagement im Sport erweitert:

Nach Golf und Triathlon jetzt auch Partner des FC Augsburg



Ausruhen war gestern:
Durch Frühmobilisierung schneller auf die Beine



Für eine stabile Statik:
Den Rücken wieder in (s)eine Balance bringen



Hauch von Hollywood:
Jürgen Prochnow - Weltstar ohne Starallüren



Dr. med. Ulrich Boenisch

Facharzt für Orthopädie

Ärztlicher Leiter der Hessingpark-Clinic

HP-C geht optimistisch in den nächsten „Fünfer“: Ein gutes Fundament ist gelegt

Aller Anfang ist schwer, jedes Durchhalten schwerer“, schreibt der Schweizer Publizist und Aphoristiker Dr. phil. Ernst Reinhardt in seinem Werk „Gedankensprünge“.

Der Anfang der HP-C ist gemacht, zum Ende des vergangenen Jahres konnten wir den fünften „Geburtstag“ feiern. Wir haben dies nicht mit lautem Getöse getan, sondern mit einem Fest für unsere Mitarbeiter und Gesellschafter. So ein Jubiläum feiern zu können, das ist sicher schön. Noch schöner aber ist es, wenn es nach fünf erfolgreichen Jahren gefeiert werden kann. Und für diesen Erfolg bedanken wir uns bei Ihnen, liebe Gäste / Patienten der Hessingpark-Clinic. Sie sind es, denen wir unseren Erfolg verdanken, denn sie entscheiden täglich neu über Erfolg oder Misserfolg unseres Angebotes durch ihr Erscheinen oder Fernbleiben. Deshalb freut es mich umso mehr, dass wir offensichtlich in weiten Bereichen unsere Gäste / Patienten in den ersten fünf Jahren erfolgreich zufrieden stellen konnten. Das Durchhalten wird insofern sicher nicht schwerer als der Anfang, denn - so meine ich - ein gutes Fundament ist gelegt.

Orthopädie und (Leistungs)Sport gehören ja praktisch zusammen wie Fuß und Ball, Muskeln und Sehnen, Gelenke und Bänder. Daher bereitet es mir große Freude, dass ich an dieser Stelle über die Kooperation des FC Augsburg mit unserer Einrichtung auf medizinischer und rehabilitativer Ebene berichten kann. Es ist für uns eine sehr große Ehre, die „Medizinabteilung“ für diesen Traditionsverein stellen zu dürfen, der so prominente Namen wie Helmut Haller oder Bernd Schuster hervor gebracht hat.

Bleiben wir beim Sport, mit und ohne Ball! Wir sind auch in diesem Jahr wieder begeistert als Namensgeber mit dabei, wenn der Golfclub Augsburg zum EDP-Turnier mit den besten Nachwuchsprofis einlädt und der Kuhsee-Triathlon wieder unter dem Logo der HP-C über die Bühne gehen wird. Wir werden darüber in der nächsten Ausgabe von **hessingpark-concret** berichten.

Für heute aber wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen der aktuellen Ausgabe.

Dr. Ulrich Boenisch

NEWS



Wirbelsäulen-Winter 2007/2008

Rückenschmerzen - davon sind rund 25 Millionen Bundesbürger betroffen. Welch enormes Interesse an Diagnostik und Therapie dieses Volksleidens besteht, zeigte einmal mehr die Vortragsreihe „Wirbelsäulen-Winter“ an der HP-C. An die 200 Interessierte fanden sich allein zur letzten Veranstaltung des Trimesters zum Thema „Wirbelsäulenprävention: Zurechtfinden im Therapiedschungel“ ein.

Die beiden Initiatoren Dr. Felix C. Hohmann (li.) und Dr. Karsten Wiechert (re.) sehen sich in ihrem Konzept bestätigt und haben bereits signalisiert, die Vortragsreihe im nächsten Jahr im bewährten Team mit den Physiotherapeuten um Cliff Savoy, dem Osteopathen Andreas Rigel (re.) und dem Sportwissenschaftler Steffen Rodefied fortzuführen.

... eine Clinic, die gerne ihre Gäste empfängt

HP-C Besucher nicht nur aus dem Land der aufgehenden Sonne

Eine nicht mehr weg zu denkende Rubrik in **hessingpark-concret** ist die Rubrik „Aktuelles“, in der wir über Besucher und erinnerungswerte Ereignisse berichten. Seit der letzten Ausgabe unseres Periodikums hat sich in dieser Hinsicht wieder einiges zugetragen, das es zu berichten wert ist.

Beckstein „in der Hand“ der HP-C

Jubel, Trubel, Heiterkeit - und einen ganz und gar nicht (damals noch zukünftigen) leutscheuen „Landesvater“ Dr. Günter Beckstein gab es beim Betriebsausflug der Hessingpark-Clinic zum letztjährigen Oktoberfest. Beim Besuch im „Armburstschützenzelt“ der Familie Inselkammer, den Dr. Manfred Thomas durch seine Kontakte zur Wirtsfamilie gebahnt hatte, „verging“ sich doch glatt der jetzige Ministerpräsident in den Armen von Susanne Depner. Gegen diese charmante „Geiselnahme“ hatten offensichtlich aber auch die Sicherheitsbeamten von Dr. Beckstein nichts einzuwenden.

Japanische Physios von HP-C begeistert

Eine etwas längere Anreise nach Augsburg hatte kürzlich eine Delegation des Verbandes Japanischer Physiotherapeuten. Die Besucher aus dem „Land der aufgehenden Sonne“ wurden durch die Einrichtungen der Hessing Stiftung als auch durch die Räume der Hessingpark-Cli-



nic geführt. Besonders angetan zeigten sich die Besucher aus Fernost dabei von den therapeutischen Möglichkeiten, die Hessingpark-Training zu bieten hat.

Pamplonas Mannschaftsarzt am OP-Tisch

Breiten Raum nahm für die Mitarbeiter der Hessingpark-Clinic in den zurückliegenden Monaten die Rehabilitation von Javad Nekounam, iranischer Nationalspieler in Diensten des CA Osasuna Pamplona in Spanien, ein. Während des Aufenthaltes des Spielers an der HP-C entwickelte sich zudem eine sehr kollegiale Partnerschaft zwischen Dr. Patxi Cipriáin Urmendia (re.), Mannschaftsarzt von CA Osasuna Pamplona, und Dr. Ulrich Boenisch (li.), Ärztlicher Leiter der HP-C. Als eine der wichtigsten Vertrauen bildenden Maßnahmen erwies sich die Tatsache, dass Dr. Cipriáin Urmendia bei der Operation seines Schützlings am OP-Tisch dabei sein konnte.

Impressum

hessingpark-concret: Periodikum der Hessingpark-Clinic GmbH im Eigenverlag

Herausgeber: Hessingpark-Clinic GmbH, Hessingstraße 17, 86199 Augsburg

Schriftleitung: Dr. med. Gunther Boenisch, Dipl.-Kfm. Philipp Einwang, Dipl.-Oec. Willibald Lunzner

Verlag & Redaktion: Eigenverlag HP-C Augsburg; **Redaktion:** Dr. med. Gunther Boenisch, Ertstr. 6, 65201 Wiesbaden, Tel. 0172 / 613 - 68 73, E-Mail: boenisch-lyon@wanadoo.fr; **Layout & Grafik:** HE!design by Heidi Eichner, Münchsdorf, E-Mail: hedesign@web.de; **Druck:** druck pruskil GmbH, 85080 Gaimersheim; **ISSN:** 1861-2539

Copyright 2005-2008 by Hessingpark-Clinic GmbH

Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Hessingpark-Clinic GmbH; keine Haftung für unaufgefordert eingesandte Manuskripte



Gegen diese charmante „Geiselnahme“ des CSU Spitzenpolitikers hatten scheinbar auch die Personenschützer keine Einwände.



Dr. Ulrich Boenisch, Ärztlicher Leiter der HP-C, begrüßt seinen spanischen Kollegen Dr. Cipriáin Urmendia an der Hessingpark-Clinic; links Reza Fazeli, Manager von Javad Nekounam.





Dr. med.
Ulrich Boenisch

Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:

- Sportverletzungen
- Erst- und Revisions-
eingriffe an Schulter
und Knie
- Knie- und Schulter-
Endoprothetik

Schweregrade von Schulterver- letzungen (nach Rockwood):

Typ I:

Bänder intakt, jedoch
schmerzhaft überdehnt;
Schlüsselbein in normalem
Kontakt mit Schulterdach

Typ II:

Bänder zwischen Schul-
terdach und Schlüsselbein
gerissen; Schlüsselbein
steht ca. eine halbe
Schafthöhe höher oder der
Gelenkspalt ist erweitert

Typ III:

alle Bänder gerissen;
Schlüsselbein und Schul-
terblatt komplett getrennt;
Schulterblatt hängt tiefer;
deutliche Stufe in der Mus-
kulatur um die Schulter

Typ IV:

Schlüsselbein tritt durch
die gerissenen Bänder bei
Kopfbewegungen höher
und nach hinten

Typ V:

im Vergleich zur gesunden
Gegenseite steht Schlüs-
selbein um das Doppelte
höher

Typ VI:

Schlüsselbein unter dem
Rabenschnebelvorsatz des
Schulterblattes

Schulterreckgelenkssprengung:

Wenn das Schultergelenk zum „Klavier“ wird

Die Wintersaison – die in vielen Teilen keine richtige war – ist vorbei. Dennoch werden sich einige noch eine ganz lange Weile an sie erinnern durch ein „Souvenir“, das sie sich unfreiwillig eingehandelt haben: Durch eine Schulterreckgelenkverletzung. Verletzungen des Akromioklavikulargelenks, wie der Orthopäde es bezeichnet, sind vor allem bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen sehr häufig. „Stürze beim Alpinski, Mountainbiken, Judo, Handball oder Eishockey enden oft mit einer Schulterreckgelenkssprengung“, beschreibt der Sportorthopäde Dr. Ulrich Boenisch die Schattenseite einiger Freizeitaktivitäten.

Schmerzen und „Klavertastenphänomen“

Das Schulterreckgelenk ist die gelenkige Verbindung zwischen dem äußeren Ende des Schlüsselbeins (Clavicula) und dem Rabenschnebelvorsatz (Akromion) des Schulterblattes. Es ist ein echtes Gelenk mit Gelenkspalt und -knorpel, umgeben von einer stabilisierenden Gelenkkapsel aus Bindegewebe. „Dadurch ist das Gelenk zwar gut beweglich, aber auch verletzungsanfällig“, so Schulter spezialist Dr. Boenisch. Typische Beschwerden sind das hoch stehende Schlüsselbein, Schmerzen in Schulter und Arm sowie Bewegungseinschränkungen des betroffenen Arms. Sind die Bänder teilweise gerissen, tritt das so genannte „Klavertastenphänomen“ auf: Das Schlüsselbein federt beim Niederdrücken wie eine Klaviertaste zurück. Zur Diagnosesicherung ist neben der Beurteilung des Unfallherganges und der körperlichen Untersuchung eine Aufnahme im Kernspintomographen hilfreich.

Konservative Therapieoptionen

„Generell ist man heute bei Verletzungen des Schulterreckgelenkes mit Operationen zurückhaltender als noch vor wenigen Jahren“, sagt Dr. Ulrich Boenisch, der sich mit diesem Thema schon



Unterstützung für das Team der Endoprothetik

Seit Ende 2007 ist am Fachbereich Sporttraumatologie / Arthroskopische Chirurgie / Endoprothetik mit Dr. Oliver Holub (m.) die erste Facharzt-Assistentenstelle besetzt worden. Dr. Ulrich Boenisch (li.) und Dr. Ralf Stapelfeldt freuen sich über die Unterstützung.

„Sprengungen des Schulter- eckgelenks sind beim Sport nicht selten“

in seiner Dissertation beschäftigt hat. Vor allem bei Patienten, die nicht Überkopf arbeiten und nicht intensiv Sport betreiben, werden leichtere Verletzungen heute bevorzugt konservativ versorgt. In der Akutphase sind Eispackungen, ausreichend Schmerzmittel und eine Ruhigstellung des

Arm-Schulterbereichs angezeigt. „Nach etwa einer Woche kann und sollte mit krankengymnastischen Übungen begonnen werden, damit die freie Beweglichkeit der Schulter nicht verloren geht“, empfiehlt Dr. Boenisch.

Operation: Die Qual der Wahl

Wer operiert werden muss, beispielsweise weil komplett alle Bänder gerissen sind, steht zunächst vor der Qual der Wahl: Für die Operation des Schulterreckgelenkes gibt es heute mehr als 100 Techniken. „Letztlich wird immer gemeinsam mit dem Patienten die individuell beste Lösung zu finden sein“, sagt Dr. Ulrich Boenisch. Prinzipiell lassen sich zwei Operationsmethoden unterscheiden: Die invasive offene Methode, bei der das Schulterreckgelenk in klassischer Zuggurtungstechnik stabilisiert wird. Mehr und mehr Verbreitung kommen aber die minimal-invasiven Verfahren zum Einsatz, die arthroskopisch eine Fixierung und Stabilisierung des Gelenks ermöglichen. Dies wird an der HP-C bevorzugt.



Dr. med.
Ralf Stapelfeldt

Facharzt für Orthopädie
und Rheumatologie

Spezialgebiete:

- Endoprothetik Hüfte
und Knie
- Fuß- und Sprung-
gelenkschirurgie
- Rheumatologie

Titan, Kohlefaser, Kera-
mik, mit Zement, ohne
Zement – die Auswahl
an Prothesen ist heute
riesig.



Knie- und Hüftgelenksendoprothetik:

Gelenke minimal-invasiv ersetzen

Arthrosen, wie Verschleißerkrankungen der Gelenke im Fachjargon genannt werden, sind häufig auftretende Erkrankungen: Schätzungen gehen davon aus, dass hier zu Lande etwa fünf Millionen Menschen an arthrosebedingten Gelenkbeschwerden leiden.

Knie und Hüfte besonders betroffen

Eine Arthrose kann jedes Gelenk betreffen, besonders häufig ist sie an Hüfte und Knie zu finden. Dabei ist die Arthrose längst keine Erkrankung des Alters mehr, zunehmend betrifft sie auch Patientinnen und Patienten im Alter von 30 bis 40 Jahren. Frauen und Übergewichtige haben ein erhöhtes Erkrankungsrisiko, es wird aber auch eine erblich bedingte Veranlagung diskutiert. „Fehlstellungen, Überbelastung durch Arbeit und Sport sowie Verletzungen können diesen Prozess noch beschleunigen“, sagt Dr. Ralf Stapelfeldt, auf Endoprothetik spezialisierter Orthopäde an der HP-C.

Bald 200.000 künstliche Hüften pro Jahr

Schmerzen und Bewegungseinschränkungen sind meist Folge eines fortgeschrittenen Knorpelschadens, bei dem auch der darunter liegende Knochen in Mitleidenschaft gezogen ist. In solchen Fällen kann der Einsatz eines künstlichen Hüft- oder Kniegelenkes Schmerzen lindern und die gewohnte Beweglichkeit herstellen helfen. Schon heute werden in Deutschland pro Jahr etwa 50.000 künstliche Kniegelenke eingesetzt, bei den Hüften sind es bald vier Mal so viele.

Minimal-invasiv mehr und mehr bevorzugt

Auch beim Gelenkersatz an Hüfte und Knie setzt sich mehr und mehr eine minimal-invasive Vorgehensweise durch. Dabei ist weniger die Länge des Hautschnittes gemeint, als das, was „unter der Haut“ passiert. Dr. Stapelfeldt verdeutlicht das am Beispiel einer minimal-invasiven Hüftoperation: „Während bei herkömmlichen Zugängen in den meisten Fällen Muskeln und Sehnen durchtrennt werden müs-

sen, bleiben beim minimal-invasiven Vorgehen diese Strukturen erhalten“. Diese neuen Operationsmethoden werden zwar erst seit einigen Jahren angewandt, nach Ansicht von Dr. Stapelfeldt ist jedoch davon auszugehen, „dass sie der zukünftige Standard sein werden“.

Individuelle Lösungen anbieten

Als „besonders wichtig“ für einen bestmöglichen Therapieerfolg hält Dr. Stapelfeldt eine individuelle Problemlösung. „Es ist heute unsere Aufgabe, für jeden Arthrose-Patienten ein Implantat zu wählen, das den individuellen Bedürfnissen sowie den anatomischen Begebenheiten am besten entspricht. Deshalb bieten wir an der HP-C in der Hüft- und Knieendoprothetik ein ausgewähltes Spektrum modernster Verfahren, die wirkliche Individuallösungen ermöglichen“, so der Orthopäde. Das Ausmaß und die Schwere des Gelenkschadens sind dann mit entscheidend dafür, welches Prothesenmodell zum Einsatz kommt.

Schneller wieder fit

Ein wichtiger Vorteil des minimal-invasiven Vorgehens ist der, dass die Patienten sofort mobilisiert werden können. Auch werden die Schmerzen zumeist als geringer empfunden und der Klinikaufenthalt ist kürzer. Insgesamt trägt das alles dazu bei, dass die Patienten schneller wieder fit für den Alltag sind.



Das minimal-invasive Vorgehen ermöglicht eine schnellere postoperative Mobilisation der Patienten



Dr. med.
Ulrich Frank

Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:

- Komplette Hand- und Handgelenkschirurgie
- Unterarm- und Ellenbogenchirurgie inkl. plastischer Chirurgie

„M. Dupuytren ist bei Männern acht Mal häufiger als bei Frauen“

Operative Versorgung des Morbus Dupuytren:

Nicht zu früh, aber auch nicht zu spät

Die Dupuytren'schen Kontraktur (syn: Morbus Dupuytren) ist eine knotige und strangförmige Bindegewebserkrankung der Sehnenplatte in der Hohlhand. „Funktion und Leistungsfähigkeit der Hand können so weit beeinträchtigt sein, dass einfachste Handgriffe unmöglich werden“, sagt der Handchirurg Dr. Ulrich Frank.



Von dem operativen Eingriff bleibt nach Abheilung der Wunde nur eine kleine Narbe zu sehen (Foto: Frank)

Funktionell und kosmetisch störend

Beschrieben wurde das Krankheitsbild schon 1831 von dem französischen Mediziner Baron Guillaume Dupuytren. Er berichtete von einer Streckhemmung der Finger, die allmählich zu einer Beugekontraktur führt. Am Ende sind die Finger dauerhaft in einer Art Krallenstellung fixiert. Am häufigsten in Mitleidenschaft gezogen sind die Hohlhand, der Ring- und der Kleinfinger. Die oftmals beidseitige Erkrankung ist kosmetisch und funktionell störend, aber gutartig. Eine Vorbeugung gibt es nicht.

Bis heute sind die Ursachen für den M. Dupuytren unklar, eine erbliche Komponente wird vermutet. Besonders betroffen sind hellhäutige Männer jenseits der 50 und Skandinavier („Skandinavierkrankheit“). In Deutschland gibt es etwa 1,5 Millionen Patienten. Bei Männern tritt der M. Dupuytren acht Mal häufiger auf als bei Frauen.

Blickdiagnose reicht aus

Die Diagnostik ist beim M. Dupuytren relativ einfach: Typischerweise sind Knoten und Stränge zu tasten, die von der Hohlhand bis in die gekrümmten Finger hineinreichen können. Jeder Finger wird gesondert beurteilt, wobei je nach Ausmaß der Beugekontraktur vier Krankheitsstadien unterschieden werden. Funktionsprüfungen (Faustschluss, Fingerstreckung und Spreizung) sowie die Prüfung der Sensibilität können die Diagnostik ebenso ergänzen wie im Einzelfall gezielte Laboruntersuchungen (Verdacht auf Lebererkrankung, Diabetes) und Röntgen.

Konservative Therapie hilft nicht

Konservative oder alternative Behandlungsversuche mit Krankengymnastik oder Röntgenbestrahlung, entzündungshemmenden Medikamenten sowie die hoch dosierte Gabe von Vitamin C zeigten in wissenschaftlichen Studien keine Heilung von der Krankheit. Die einzige Behandlung, die auch längerfristig Erfolg hat, ist die Operation. Wichtig für den Operationserfolg ist die Wahl des richtigen Zeitpunkts: Generell sollte nur bei Vorliegen von Gelenkkontrakturen operiert werden. Wird zu früh operiert, kann der weitere Verlauf ungünstig beeinflusst werden. Wird zu spät operiert, kann die Operation selbst aufwändig werden und die Nachbehandlung Probleme verursachen.

Wichtiges Element: Nachbehandlung

Die Deutsche Gesellschaft für Handchirurgie bezeichnet die Nachbehandlung bei der Dupuytren'schen Kontraktur als „wichtig und kritisch“. Werden alle Regeln der Kunst sowohl bei der Operation als auch bei der Nachbehandlung eingehalten, ist die Operation auch langfristig von Erfolg. Allerdings sollten die Patienten stets darüber informiert sein, dass auch die Operation keine sichere Heilung von der Erkrankung bedeutet. Trotz aller medizinischen Sorgfalt kann es zu einem Wiederauftreten (Rezidiv) der Kontraktur kommen, was auch durch keine Vorbeugeaktion zu verhindern ist.

„Frostballen“ schmerzen nicht nur im Winter:

Hallux valgus kann das Gehen verleiden

Der Hallux valgus ist die häufigste und bedeutsamste Zehenfehlstellung des Menschen. Bei den „Frostballen“, wie die Erkrankung umgangssprachlich auch genannt wird, weicht die Großzehe nach außen ab und es kommt am inneren Rand zu einer deutlich sichtbaren knöchernen Auswachsung des Mittelfußknochens. Häufig ist damit auch ein schmerzhafter Verschleiß (Arthrose) im Zehengrundgelenk verbunden.

Mehr als ein kosmetisches Problem

Manchmal ist es nur ein kosmetisches Problem, wenn sich die Großzehe immer mehr in Richtung der anderen Zehen abwinkelt. Viel häufiger aber ist ein Hallux valgus zudem extrem schmerzhaft und kann dann das Gehen ziemlich verleiden. Dann hilft nur noch eine Operation, mit der die Großzehe wieder „auf Kurs“ gebracht wird. „Definitiv geheilt werden kann der Hallux valgus nur operativ“, sagt Dr. Manfred Thomas, Orthopäde und Fußchirurg an der Hessingpark-Clinic.

Spitzes Schuhwerk knickt den Zeh

„Spitzes, enges Schuhwerk mit hohen Absätzen ist neben einer genetischen Veranlagung die Hauptursache für die Entstehung des Hallux valgus“, so Dr. Manfred Thomas. Diese Schuhmode fördert eine Abwinkelung der Großzehe im Grundgelenk. Oft ist die Abwinkelung auch auf einen Spreizfuß zurückzuführen. Begünstigt durch diesen statischen Defekt wölbt sich das Köpfchen des ersten Mittelfußknochens nach außen, wodurch sich ein Schleimbeutel bildet, der sich leicht entzünden kann. Durch den Zug der am großen Zeh ansetzenden Muskeln wird die Fehlstellung verstärkt. Dennoch brauchen die „aus der Reihe tanzenden Zehen“ nicht als schicksalhaft hingenommen werden, moderne Operationsmethoden schaffen in den meisten Fällen dauerhaft Abhilfe.



Nicht nur kosmetisch störend, sondern auch extrem schmerzhaft: Hallux valgus

Gelenkerhalt steht im Vordergrund

Von den über 150 möglichen Op-Techniken bevorzugt Dr. Manfred Thomas die gelenkerhaltenden. „Belastbarkeit und Beweglichkeit des Fußes verbessern sich dadurch so, dass viele unserer Patientinnen wieder problemlos Sport treiben können“, beschreibt der Orthopäde die Erfolgsaussichten. Zudem ist für ihn die Korrektur eines Hallux valgus mehr als das „Geradestellen“ eines Zehs. Dauerhafte Beschwerdefreiheit gibt es nach den Erfahrungen von Dr. Manfred Thomas nur bei gleichzeitiger Korrektur der gesamten Statik des Fußes. In der Hessingpark-Clinic können sich die Patienten zwischen ambulanter und kurzstationärer Aufnahme - je nach dem, wie der Fall gelagert ist - entscheiden. In beiden Fällen erfolgt die Mobilisierung bei komplikationslosem Verlauf ab dem 2. post-operativen Tag mit einem Vorfußentlastungsschuh (siehe Kasten).

Prophylaxe des Hallux valgus fängt schon beim Schuhkauf an!

Kaufen Sie möglichst keine spitz zulaufenden, sondern Schuhe mit Bewegungsfreiheit für die Zehen“, rät Dr. Manfred Thomas. Für den Fußchirurgen, der sich als 2. Vorsitzender der Deutschen Assoziation Fuß und Sprunggelenk e. V. (D.A.F.) auch wissenschaftlich mit dem Problem beschäftigt, fängt die Prophylaxe des Hallux valgus beim „g'scheiten Schuhwerk“ an.



Zur Kräftigung und zur Förderung der Durchblutung der Fußmuskulatur ist regelmäßige Gymnastik angezeigt. Tipps für ein Kurzprogramm: Zehen mehrmals täglich einkrallen und dann wieder strecken, oder

versuchen, ein Blatt Papier mit den Zehen zu greifen.

Schließlich können auch Bürstenmassagen müde Füße wieder munter machen. Und: Barfuß laufen nicht vergessen ...



Dr. med.
Manfred Thomas

Facharzt für Orthopädie

Spezialgebiete:

- Fuß- und Sprunggelenkschirurgie



„Spreizfuß kann einen Hallux valgus fördern“



Dr. med.
Felix C. Hohmann
Facharzt für Orthopädie



Dr. med.
Karsten Wiechert
Facharzt für Orthopädie

- Spezialgebiete:
- Mikrochirurgische Hals- und Lendenwirbelsäule
 - Verengung des Wirbelkanals
 - Bandscheibenvorfälle
 - Rückenschmerzen
 - Ischiasschmerzen
 - Bandscheibenverschluss
 - Instabilität der Wirbelsäule
 - Künstl. Bandscheiben

„Nicht jeder stärkere Rückenschmerz bedeutet automatisch einen Bandscheibenvorfall“



Bandscheibenvorfälle mikrochirurgisch angehen:

Wenn der Stoßdämpfer schlapp macht

Mit diesem Operationsmikroskop gelangen dem Operateur millimetergenaue Navigationen an der Wirbelsäule



in diesem Fall unumgänglich, besonders wenn große Teile des Gallertkerns durch einen Riss im Faserring in Richtung Rückenmarkskanal rutschen und den Ischiasnerv einklemmen.

Eigentlich ist der Mensch gar nicht zum Aufrechtgehen geschaffen. Dass wir es dennoch können, verdanken wir nicht zuletzt den Bandscheiben.

Diese unterliegen ständig hoher Belastung, bei entsprechendem Verschleiß kann es zu einem Bandscheibenvorfall kommen. „Zwar sind diese häufig, doch bedeutet nicht jeder stärkere Rückenschmerz automatisch einen Bandscheibenvorfall“, beschwichtigen Dr. Felix C. Hohmann und Dr. Karsten Wiechert, Wirbelsäulenexperten an der Hessingpark-Clinic.

Wenn der Stoßdämpfer schlapp macht

Dr. Hohmann vergleicht die Bandscheiben der menschlichen Wirbelsäule mit den Stoßdämpfern eines Autos. Wie ein Autostoßdämpfer federn die menschlichen Bandscheiben im Verlauf eines Lebens Hunderttausende von Schlägen und Stößen ab. Bei jedem Schritt lastet kurzfristig ein tonnenschwerer Druck auf der Wirbelsäule. „Wären die Wirbelkörper nicht so hervorragend durch die dazwischen liegenden Bandscheiben abgefedert, könnten wir nicht oder nur sehr kurz aufrecht gehen“, verdeutlicht der Orthopäde. Nicht immer bleiben die menschlichen „Stoßdämpfer“, die aus einem sehr festen, sehnigen Faserring (Anulus fibrosus) und dem knorpeligen Bandscheibenkern (Nucleus pulposus) bestehen, ein Leben lang unverseht. Besonders häufig kann es zu einem Bandscheibenvorfall zwischen dem 4. und dem 5. Lendenwirbel kommen. Eine Operation ist

Mikrochirurgie auch an der Wirbelsäule

„Natürlich hängt die Wahl der Operationsmethode von der Größe und der Lage des Bandscheibenvorfalles sowie der Dringlichkeit des Eingriffes ab“, unterstreichen Hohmann und Wiechert, „aber in der überwiegenden Zahl der Fälle werden in der HP-C Bandscheibenoperationen mikrochirurgisch durchgeführt“. Für die optimale Übersicht und die bestmögliche Ausleuchtung des gerade mal ein paar Quadratzentimeter großen Operationsfeldes sorgt das Operationsmikroskop. Das Verfahren ist gewebeschonend und meist so unblutig, dass auf das Einlegen von kleinen Drainageschläuchen zur postoperativen Hämatomprophylaxe verzichtet werden kann. Vorteil für die Patienten: Der Hautschnitt von maximal drei Zentimetern verheilt schnell, der Wundschmerz ist gering und schon nach etwa einem halben Tag können die Patienten das Krankenbett erstmalig wieder verlassen.

Fotos: ©medi, AOK, HVBG, HP-C



Wirbelsäulencheck für einen starken Rücken:

Den Rücken wieder in Balance bringen

Rücken- und Nackenschmerzen sind in den westlichen Industrienationen zu einer wahren Volkskrankheit geworden: Pro Jahr werden alleine in Deutschland 31 Millionen Fälle von Rückenschmerzen behandelt. „In fast 90 Prozent der Fälle handelt es sich um akute Beschwerden, etwa 10 Prozent sind chronisch“, weiß Wirbelsäulenspezialist Dr. Karsten Wiechert zu berichten. Bedingt durch die moderne Lebens- und Arbeitsweise, die vielfach durch eine sitzende Tätigkeit im Büro oder durch stundenlanges Stehen am Fließband oder an der Kasse des Supermarktes bestimmt wird, stehen Wirbelsäule und Rücken unter Dauerstress.

Rücken pflegen und stärken

Für Dr. Karsten Wiechert steht fest: Rücken- und Wirbelsäule gehören zu den am stärksten belasteten Teilen des menschlichen Körpers und sollten pfleglich behandelt werden. Dazu gehört auch, dass das zentrale „Stützorgan“ regelmäßig auf den Prüfstand kommen sollte. „Verschleißbedingte Veränderungen an den Bandscheiben und an den Gelenken der Wirbelsäule können den Alltag zur Qual machen“, sagen Dr. Karsten Wiechert und Dr. Felix C. Hohmann. Als fast „typisch“ erleben es die beiden Wirbelsäulenexperten, dass „der Weg der Patienten dann von einem Spezialisten zum nächsten führt, Untersuchungen nicht im interdisziplinären Schulterschluss erfolgen und ein regelrechter Untersuchungs-marathon beginnt“.

Interdisziplinärer „Rücken-TÜV“

Um diesen Weg zu verkürzen, bieten Hessingpark-Training und Hessingpark-Clinic den Wirbelsäulencheck. Mit dem Wirbelsäulencheck, den Dr. Wiechert und Chef-Physiotherapeut Wolfhard „Cliff“ Savoy entwickelt haben, können die Ursachen für Rücken- und Nackenschmerzen kompetent, schnell und vor allem multidisziplinär unter einem Dach und auf kürzestem Weg abgeklärt werden.



Schnell, unkompliziert, kompetent

Für den Wirbelsäulencheck an der HP-C sind nur vier Schritte und ca. 3 h Zeitbedarf nötig:

■ Ärztliche Eingangsuntersuchung:

Eine ausführliche Untersuchung und Beratung durch die Ärzte des Wirbelsäulenteams steht am Beginn des Checks. Selbstverständlich ist ausreichend Zeit zur Verfügung, um die Beschwerden mit erfahrenen Spezialisten zu besprechen.

■ Wirbelsäulen- und Rumpfdiagnostik:

Im nächsten Schritt erfolgt die gezielte Untersuchung der Wirbelsäulen- und Rumpfmuskulatur. Mit der „Rückenstraße“ u. ä. können auch kleinere strukturelle und muskuläre Defizite rechtzeitig erkannt werden.

■ Kernspintomographie:

Optional kann im nächsten Schritt eine Kernspintomographie von Hals-, Brust oder Lendenwirbelsäule durchgeführt werden. Damit lassen sich ohne Strahlenbelastung feinste anatomische Veränderungen und mögliche körperlichen Ursachen für die Rückenbeschwerden feststellen.

■ Therapie- und Trainingsempfehlungen:

Eine individuelle Beratung mit Therapie- und Trainingsempfehlungen sowie eine ausführliche schriftliche Dokumentation der Untersuchungsbefunde stehen am Ende des Wirbelsäulenchecks an der Hessingpark-Clinic.

Ein starker Rücken ist eine unabdingbare Voraussetzung für Wohlbefinden und Lebensqualität



„Den Rücken durch gezieltes Training wieder in Balance bringen“



Dr. med.
Sebastian Swierkot



Eberhardt
Binhammer

Fachärzte für
Anästhesie

Spezialgebiete:

- Anästhesie und Schmerztherapie
- Schmerztherapiekonzepte für chronische Schmerzzustände

Kleines Anästhesielexikon Teil II:

Damit die **Begriffe** nicht **betäuben**

Nach den zahlreichen positiven Rückmeldungen, die das kleine Glossar zu anästhesiologischen Fachbegriffen in der vorangegangenen Ausgabe von „hessingpark-concret“ ausgelöst hat, sollen auch in dieser Ausgabe wieder einige medizinische Fachbegriffe „eingedeutscht“ werden. Dr. Sebastian Swierkot und sein Kollege Eberhardt Binhammer erklären erneut ein paar gebräuchliche Begriffe aus ihrem Fachgebiet:

AMNESIE: Gedächtnislücke für die Zeit der Narkose

ANALOGSEDIERUNG: Betäubung, bei dem der Schmerz ausgeschaltet wird (Analgesie) und eine Beruhigung erfolgt (Sedierung)

INJEKTIONSKANÜLE: Hohlneedle unterschiedlicher Stärke mit Ansatz für Injektionsspritzen

INJEKTION: in der Medizin das Einspritzen von Medikamenten z. B. in eine Vene

PULSOXIMETRIE: Verfahren zur nicht-invasiven Ermittlung der arteriellen Sauerstoffsättigung; Messung erfolgt mit Clip oder Klebesensor an einem leicht zugänglichen Körperteil (z.B. Finger, Zeh, Ohrläppchen)

PUNKTION: (lat.: punctum, der Stich) in der Medizin das gezielte Setzen einer Nadel oder eines anderen spitzen Instrumentes; z. B. vorgenommen zur Injektion von flüssigen Medikamenten oder zur Entnahme von Körperflüssigkeiten (Blutentnahme)

VENENVERWEILKATHETER: besondere Form der (Injektions)Kanüle; dient der Flüssigkeitstherapie oder der intravenösen Verabreichung von Medikamenten

Naturheilkunde

Fasten: Wohlbefinden durch **Verzicht**

Fastenzeiten sind, teils aus religiösen bzw. rituellen Gründen, seit Jahrtausenden fester Bestandteil in nahezu allen Kulturen. Allerdings wurden schon in der Antike, z. B. in Ägypten oder von dem griechischen Arzt Hippokrates, Fastenkuren auch zu therapeutischen Zwecken bei den unterschiedlichsten Erkrankungen eingesetzt.

Von Ableitungsdiät bis Zwiebelkur

Die naturheilkundliche Ernährungstherapie kennt nicht „die“ Fastenkur, sondern bietet ein breites Spektrum unterschiedlichster ernährungstherapeutischer Methoden und therapeutisch einzusetzender Nahrungsmittel bzw. Substanzen. „Es gibt keine für jeden Patienten geeignete und sinnvolle Therapiemethode, sondern es muss immer nach Individuallösungen gesucht werden“, betont Heike Weiß. Nach Ansicht der Heilpraktikerin, die in ihrer Praxis an der Hessingpark-Clinic Ernährungsberatung als einen ihrer Schwerpunkte ausweist, finden sich in der einschlägigen Litera-

tur etwa 200 solcher Verfahren. Das therapeutische Spektrum reicht von A wie Ableitungsdiät bis Z wie Zwiebelkur. Aus dieser Vielzahl an möglichen ernährungstherapeutischen Interventionen gilt es, das Verfahren auszuwählen, das bei der jeweiligen Indikation die bestmögliche Wirkung erwarten lässt und das gleichzeitig von den Patienten sicher umgesetzt werden kann.

Erfolg des Fastens klinisch bewiesen

Der Begriff „Fasten“ wird traditionell unterschiedlich definiert: Er kann einerseits den reinen Verzicht auf tierische Nahrungsmittel bedeuten, andere, wie etwa die Anhänger von Kuren nach Buchinger, definieren ihn als völligen Verzicht auf feste Nahrung. Wie immer auch das jeweilige Fasten definiert sein mag, die positive biologische Wirkung des Fastens bei einer Vielzahl von Zivilisationskrankheiten ist heute wissenschaftlich unbestritten. Unbestritten ist aber auch, dass Fasten ohne eine sich anschließende dauerhafte Ernährungsumstellung nur die Hälfte wert ist.



Heike Weiß

Natürlich heilen mit vier Schwerpunkten

- Kinesiologie
- Orthomolekulare Medizin
- Traditionelle Naturheilkunde
- Ernährungsberatung

Sprechzeiten:
nach Vereinbarung von Montag bis Freitag

Anmeldung:
persönlich im 1. Stock der Hessingpark-Clinic
Hessingstr. 17
86199 Augsburg

Telefonisch unter
Tel: 08 21/9 09 91 16

Schmerzen im Vorfuß?

Mit freundlicher Genehmigung von Dr. med. Basting, Chirurgische Praxis Dierburg

Schmerzen im Vorfuß können unterschiedliche Ursachen haben, wie z. B. eine Arthrose im Großzehengrundgelenk oder Ballenschmerzen aufgrund der Hallux valgus Fehlstellung.

Durch modernste OP-Verfahren und mit Hilfe hoch entwickelter Instrumente und Spezialimplantate kann Ihnen schnell und unkompliziert geholfen werden.

In Zusammenarbeit mit Dr. Manfred Thomas, Leiter der Abteilung Fußchirurgie in der Hessingpark-Clinic, konnten wir das Spezialimplantat, die winkelstabile TOM™-Platte, entwickeln. Sie ermöglicht eine belastungsstabile Fixierung der Knochenfragmente.

Dank der stabilen Osteosynthese können Sie mit den bewährten DARCO Hilfsmitteln, wie z. B. dem OrthoWedge™ - ST Vorfußentlastungsschuh oder dem MedicalSurgical™ - ST Verbandschuh, sofort wieder mobilisiert werden.

Wir können helfen.

www.darco.de | www.wmt.com



Steffen Rodefeld

Diplom-Sportwissenschaftler

„Harmonische Bewegungsabläufe beim Abschlag setzen einen stabilen Stand voraus“

Tiefenwahrnehmung schulen:

Verbesserte Propriozeption sorgt für einen stabileren Stand

Golfen kann der Himmel auf Erden sein, wenn ein erstklassiger Schlag gelungen ist. Golf kann aber auch die pure Hölle sein, wenn ein Schlag völlig verkorkt war. Häufige Ursache dafür ist ein instabiler Stand, der dann zu einem völlig verkorkten Bewegungsmuster mit entsprechendem Ergebnis führt. Abhilfe kann in solchen Fällen ein gezieltes Training der Propriozeption schaffen.

Tiefenwahrnehmung verbessern

Propriozeption (lateinisch: proprius = eigen; recipere = aufnehmen) kann übersetzt werden mit Tiefenwahrnehmung oder Tiefensensibilität. Sie bezeichnet die Wahrnehmung von Informationen nicht über die Außenwelt, sondern aus dem eigenen Körper und setzt sich zusammen aus dem Lage-, dem Bewegungs- und dem Kraftsinn. Der Kraftsinn gibt dabei Informationen über die Stellung der Gelenke, die Spannung der Muskeln ans Gehirn und ermöglicht so die neuromuskuläre Kontrolle eines Gelenkes. Propriozeptive Informationen werden von verschiedenen Mechanorezeptoren gemeldet, die in Muskeln, Gelenken (Bändern und Kapseln) und in der Haut vorkommen.

Komplexes Zusammenspiel

Golfer wissen nur allzu gut, dass die Bewegungsabläufe beim Abschlag ein kompliziertes Zusammenspiel zwischen den Propriozeptoren in der Peripherie (Muskeln, Sehnen, Bänder, Gelenkkapseln), dem Rückenmark und dem Gehirn sind. Bei Fehlinformationen ans Gehirn - etwa durch einen instabilen Stand - sind Bewegungsstörungen praktisch vorprogrammiert. „Hier setzt Propriozeptions-Training an“, sagt Steffen Rodefeld, Diplom-Sportwissenschaftler bei Hessingpark-Training.

Auf den Stand(punkt) kommt es an

Bei den Übungen mit dem Mikroswing-System können die Probanden computergesteuert eine neue Qualität des sensomotorischen Trainings zur Haltungsstabilisierung praktizieren. „Da-



Eine von vielen golfspezifischen Übungen mit dem Proprioswing-System: Abschlagübungen zur Anregung der Tiefenwahrnehmung.

mit wird bei den Probanden gezielt der propriozeptive Informationsfluss gestärkt, über Biofeedback verarbeitet und das Zusammenspiel der Muskeln harmonisiert. Das verbessert letztlich die Körperhaltung und die Standfestigkeit“, so Rodefeld, der als Mitglied im Kompetenzteam „Athletik-Training DFB Junioren-Nationalmannschaftsbereich“ bereits sehr gute Erfolge mit dieser Methode erzielt hat.

Wirbelsäule mobilisieren, Rücken stärken

Der stabile Stand ist eine Voraussetzung, um eine optimale Flexibilität für den Golfschwung zu erlangen, die Mobilisation der Wirbelsäule und die Stärkung des Rückens sind andere wichtige Komponenten. Um die Muskelkraft effektiv einsetzen zu können, sollten Golfspieler ein gestärktes Körperzentrum zum Einsatz bringen können. Das Team von Hessingpark-Training vertraut dabei auf die Arbeit mit der „Tergumed Rückenstraße“. Damit kann die Rumpfkraft auf ein höheres Leistungsniveau gebracht werden, ehe der „Feinschliff“ dann in einem funktionellen und golfspezifischen Training erfolgt.



Vitaminreich und erfrischend für heiße Tage:

Exotische Früchte - nicht nur „pur“ herrlicher Genuss



Endlich ist es wieder soweit: Frühjahr und Sommer stehen vor der Tür und mit ihnen die Früchte des Südens. Obwohl die richtig heißen Tage noch ein wenig ausstehen, gibt Edgar Guignet vom Team um HP-C Küchenchef Lorenz Eschenlauer schon einmal einen Ausblick auf einen vitaminreichen Gaumenkitzel mit exotischen Früchten.

Variationen mit Bekanntem

Damit der Gaumen an heißen Tagen nicht ganz auf der Strecke bleibt, genießt man z. B. eine gekühlte Wassermelone, Ananas, Kiwi, Pfirsich oder viele andere köstliche Früchte. Auf diese Weise hält man den Vitamin- und Mineralstoffhaushalt bei der Hitze im Gleichgewicht. Um Abwechslung in den Genuss zu bekommen, lassen sich die Früchte auf die verschiedensten Weisen zubereiten und anrichten. So kann zum Beispiel der bekannte und beliebte Fruchtsalat abgerundet werden mit Zitronensaft, Fruchtsäften, Likören oder einem Weinbrand.

Experimente lohnen (auch ohne Alkohol)

Wer gerne experimentiert oder auch mal einen Cocktail „ohne“ genießen möchte, kann sei-

ner Kreativität mit zahlreichen köstlichen alkoholfreien Cocktails freien Lauf lassen. Oder ein selbstgemachtes Sorbet oder Fruchteis genießen. Oder beides zusammen! Einer meiner Favoriten unter diesen Kombinationen aus alkoholfreiem Drink plus Fruchteis ist der

„Grape'O Ice“:

für 1 Glas (ca. 200 ml)
2 Eiswürfel, 1 Grapefruit, 1 Orange,
½ Zitrone, 1 cl Läuterzucker (1 Teil Zucker plus 1 Teil Wasser zusammen aufkochen und abkühlen lassen), 1 Kugel Fruchteis oder Sorbet dazu, alles im Mixer aufmixen.

Exoten als fruchtige Begleiter

Wem das Süße nicht liegt, für den gibt es natürlich auch einiges an Auswahlmöglichkeiten. Die exotischen Früchte sind geradezu bekömmlich für pikante oder saure Rezepturen. Sie sind beispielsweise hervorragende Begleiter für Gerichte mit Meeresfrüchten, Fisch, Geflügel, sämtliche Arten von Fleisch, Getreide und Hülsenfrüchten, Gemüse und vielem mehr.

Ich wünsche Ihnen einen vitaminreichen Obstgenuss, nicht nur im Sommer!



Gastautor
Edgar Guignet an seinem Arbeitsplatz

„Gut für die Figur: Papayas können die Fettverbrennung fördern“

Melonensalat:

200 g Cantaloupe-Melone gewürfelt
Saft von ½ Limette
50 g gegarte Crevetten
100 ml Schlagsahne
Salz
Pfeffer
Zitronenmelisse
1 Spritzer Calvados
Alle Zutaten vorsichtig vermischen und abschmecken!

Exotisches Fruchtmus:

150 g Fruchtfleisch (z. B. Papaya, Ananas, Melone usw.)
50 ml Läuterzucker (siehe „Grape'O Ice“)
Früchte im Gefrierschrank anfrieren und dann mit dem Läuterzucker im Mixer pürieren. Mit Limetten- oder Zitronensaft verfeinern

Mit „Re-Sport-Training“ geht (fast) wieder alles:

Reha beginnt mit Frühmobilisierung

Die Implantation künstlicher Hüft- und Kniegelenke, wie sie an der Hessingpark-Clinic angeboten wird, ist aus dem operativen Blickwinkel heute in den meisten Fällen ein Routineeingriff. Um aber einen maximalen Behandlungserfolg zu erzielen, ist postoperativ eine effektive Nachbehandlung zwingend erforderlich. Über die Ziele und das Konzept der postoperativen Nachbehandlung an der HP-C sprach **hessingpark-concret** mit Wolfhard „Cliff“ Savoy, dem leitenden Physiotherapeuten der HP-C.



Gabi Maier: „Schon Stunden nach der Operation beginnt die Frühmobilisierung.“



Interview mit Wolfhard Savoy



Wolfhard Savoy
Sportphysiotherapeut
Personal-Trainer

Spezialgebiete:

- Konservative und postoperative Rehabilitation und Prävention
- Breite Erfahrung im Spitzensport (u. a. Fußball-Bundesliga, Dt. Skiverband, Dt. Hockey-Verband)
- Trainings- und Ernährungsberatung für Spitzen- und Freizeitsportler

„Wir setzen auf die individuelle Betreuung“

HP-concret: Mit dem Ausbau der Endoprothetik an der HP-C hat sich auch das Aufgabenspektrum der Rehabilitationsabteilung erweitert. Wie haben Sie und Ihr Team darauf reagiert?

Wolfhard Savoy: Das Konzept der Rehabilitation an der HP-C war personell und technisch von Anfang an darauf ausgerichtet, auch Patienten mit Gelenkersatz an den großen Gelenken zu betreuen. Insofern waren wir schon geraume Zeit darauf vorbereitet.

HPc: Was ist die Zielsetzung der kurzstationären Behandlung an der HP-C?

Wolfhard Savoy: Zielstellung ist es, die Patienten so schnell wie möglich wieder auf die Beine zu stellen. Das meine ich wörtlich. Unsere Patienten sollen, wann immer möglich, möglichst schon ohne Gehhilfen in die anschließende ambulante oder stationäre Anschlussheilbehandlung gehen können. Schon am Tag nach der OP beginnt deshalb die Mobilisation mit Vollbelastung der operierten Extremität, mit aktiven und passiven Bewegungsübungen und mit Gymnastik unter Anleitung.

HPc: Ist dieser frühe Beginn notwendig und sinnvoll?

Wolfhard Savoy: Die Therapeuten sind ärztlich angehalten, eine sofortige Vollbelastung zu realisieren. Sie ist, bedingt durch neuartige OP-Techniken und modernste Implantate, auch möglich. Die frühe Mobilisierung senkt zudem das Thromboserisiko und fördert die Stabilisierung der gesamten Bein- und Hüftmuskulatur.

HPc: Wie lange dauert es, bis nach Hüft- oder Kniegelenkersatz wieder normale Bewegungsabläufe möglich sind?

Wolfhard Savoy: Einen guten Heilungsverlauf vorausgesetzt, sollten unter ambulanter oder stationärer Rehabilitation nach einigen Wochen alle Bewegungsabläufe wieder normal möglich sein. Die krankengymnastische Behandlung ist in der Regel drei bis vier Monate nach der Operation abgeschlossen. Mitentscheidend für die Haltbarkeit und den langfristigen Verlauf ist jedoch, dass ein regelmäßiges Training mit speziell abgestimmten Übungen und der richtigen Belastungshöhe durchgeführt wird.

HPc: Stichwort Training. Gibt es an der HP-C eine medizinische Trainingstherapie in Gruppen, ähnlich den Koronarsportgruppen?

Wolfhard Savoy: Nein! Wir setzen ohne Abstriche auf die individuelle Betreuung und bieten diese Programme schon seit einiger Zeit an. Das gilt besonders auch für externe Patienten, die wir gerne zur ambulanten Rehabilitation begrüßen. Wir haben, inklusive Bewegungsbad, alle Möglichkeiten, um auch nach schweren Eingriffen und nach Revisionseingriffen effektiv zu therapieren. Und das heißt: individuell zu therapieren.

HPc: Sind auch sportliche Aktivitäten mit einem Kunstgelenk wieder möglich?

Wolfhard Savoy: Selbstverständlich. Allerdings raten wir auch hier wieder dazu, sich über ein so genanntes „Re-Sport-Training“ in den bevorzugten Sportarten zu üben. Wir haben an der HP-C eigene, den individuellen Bedürfnissen der Patienten gerecht werdende Trainingsprogramme im Angebot.

HPc: Herr Savoy, vielen Dank für dieses interessante Gespräch.

Hessingpark-Training:

Individuell trainieren, wie es auch die Profis tun

Eigentlich wollte Ulrich W. seinen Kreislauf und seine Muskeln nur durch ein paar gezielte Trainingseinheiten an den Kraft- und Ausdauergeräten im Hessingpark-Training in Schwung bringen. So wie jeden Donnerstag, wenn sich der 48-jährige Kundenberater und eingefleischte Fußballfan in die Hände „seines“ persönlichen Fitnessbetreuers Steffen Rodefeld begibt.

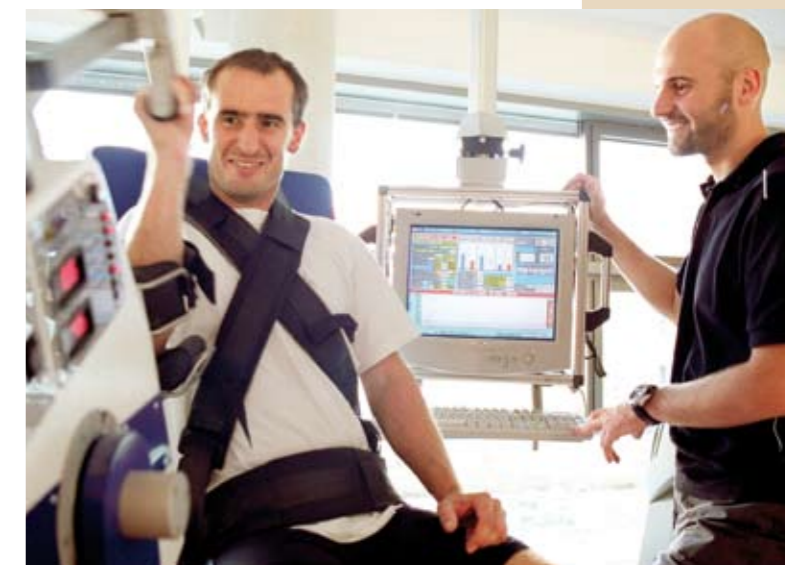
An diesem Nachmittag kam er aber zunächst auch ohne Anstrengung zu einer erhöhten Pulsfrequenz. Denn Ulrich W. staunte nicht schlecht über seinen Nachbarn, der sich da am Oberkörpertrainer mit beeindruckender Leichtigkeit in Form brachte: Fußballprofi Andi Görlitz, einst im Kader der Münchner Bayern und jetzt beim KSC, begrüßte mit einem freundlichen „Hallo“. Verlegenes Schweigen beim ansonsten nicht auf den Mund gefallenen Verkaufsprofi. Dann aber steckt dieser seine persönliche Chipkarte von Hessingpark-Training in sein Trainingsgerät und legte sich ins Zeug wie nie zuvor.

Trainingstreff für alle Leistungsklassen

Die Geschichte von dem Profikicker und dem Hobbyathleten gibt Dipl.-Sportwissenschaftler Steffen Rodefeld immer wieder gerne zum Besten. Denn sie ist längst kein Einzelfall mehr. „Wir haben schon Profis aus allen Bereichen des Spitzensportes im Hessingpark-Training gehabt und es werden immer mehr“, sagt Rodefeld. Ob spezielle Muskelpartien und Gelenke isokinetisch gestärkt, Herz und Kreislauf pulsgesteuert trainiert, der „krumme“ Rücken an der Rückenstraße in Form gebracht, an der Kletterwand taktile Fähigkeiten neu erlebt und erlernt werden sollen – die Fitness-Spezialisten von Hessingpark-Training erarbeiten für jeden Typ und jede Leistungsstufe ein individuell abgestimmtes Trainingsprogramm, dem eine gründliche Funktionsdiagnostik vorausgeht.



Steffen Rodefeld
Diplom-Sportwissenschaftler



„Mit TrainTec-Technologie den optimalen Trainingseffekt erzielen“



Immer mehr Profis - hier Andreas Görlitz vom Karlsruher SC - machen sich in Hessingpark-Training wieder fit.

Immer individuell: Diagnostik & Training

Als Trainingszentrum für Fitness, Prophylaxe, Prävention und Rehabilitation bietet Hessingpark-Training eine wissenschaftlich fundierte Funktionsdiagnostik, modernste Trainingsmethoden und gezielte Entspannungsübungen. Alles ausgewogen und fein aufeinander abgestimmt, wird daraus für jeden Profi- oder Freizeitsportler ein maßgeschneidertes Trainingskonzept „komponiert“.

Wir trainieren Sie gezielt:

Kraft

Ausdauer

Kondition & Stabilisierung

„Training und Reha werden individuell gestaltet“



**Näher dran am Pulsschlag der Zeit.
 Näher dran am Flüstern des Wunsches.
 Näher dran an unseren Kunden.
 Einfach näher dran!**

**Herzlich willkommen im neuen
 Porsche Zentrum Augsburg.**



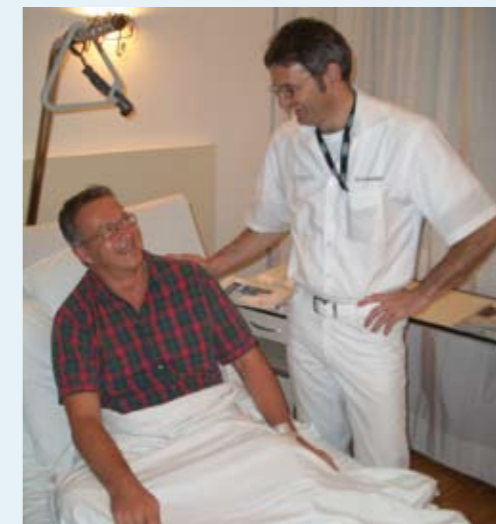
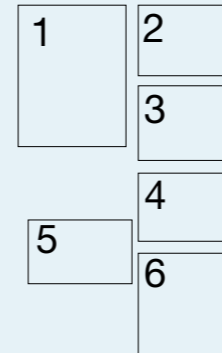
PORSCHE

Porsche Zentrum Augsburg

Sportwagenzentrum
 Kummer & Zöllner GmbH
 Porschestr. 5 · 86368 Gersthofen
 Tel.: 0821/4 55 44 - 900
 Fax: 0821/4 55 44 - 930
 www.porsche-augsburg.de
 info@porsche-augsburg.de



„Wer’s mit Philosophie nicht so hat, philosophiert wenigstens über den Fußball“ Erhard Blanck



1
Albert Streit, Mittelfeldstrategie beim FC Schalke 04, zeigt nach seiner Meniskusoperation wieder eine ansteigende Formkurve.

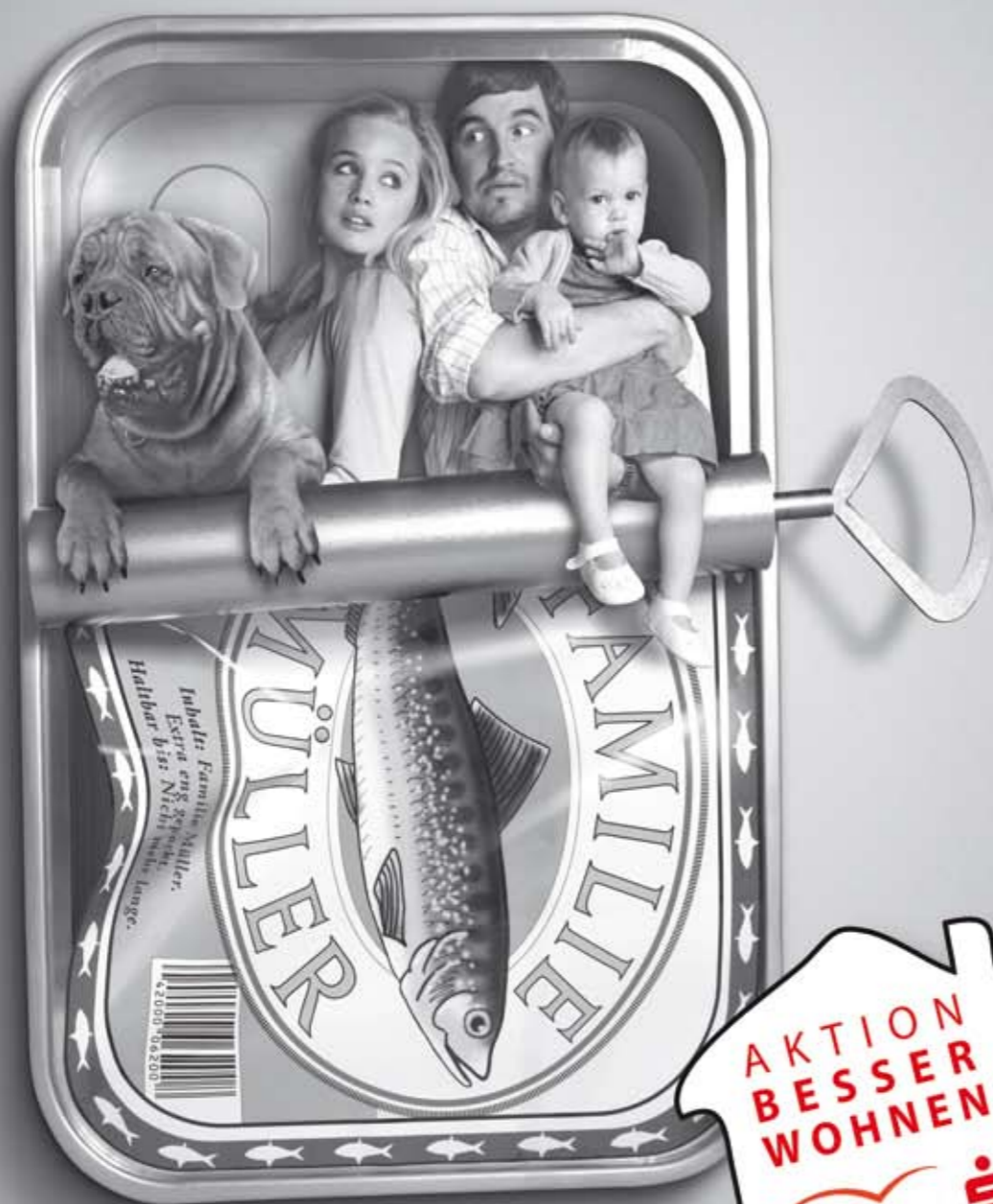
2
Markus Kofler, im Vorjahr für die Augsburger Panther aktiv, stürmt nach überstandener Fußverletzung jetzt für die Starbulls Rosenheim über das Eis. Da freut sich auch Dr. Manfred Thomas (li.)

3
Tim Borowski (re.), Mittelfeldstar bei Werder Bremen und im DFB-Kader, fachsimpelte mit Anästhesiepfleger Helmut Krell über die „EURO 2008“ in Österreich und der Schweiz.

4
Isolde Holderied, zweifache Rallye-Weltmeisterin der Damen (1994, 1995) und vierfache Damen-Europameisterin (1992, 1993, 1996, 1997), bekam während ihres Aufenthaltes an der HP-C Besuch von Ex-Rallyekollege **Günther Holzer**.

5
Gökhan Impis, Mittelfeldstrategie beim Fußball-Oberligisten 1. FC Saarbrücken, war in der HP-C der uneingeschränkte Liebling des Fanblocks aus der „Südkurve“.

6
Dr. med. Christian Griesmann, Chefarzt der III. Klinik der Hessing Stiftung, mal „auf der anderen Seite“: Ein Knieproblem ließ er von seinem Kollegen Dr. Ulrich Boenisch an der Hessingpark-Clinic behandeln.



Zu wenig Platz? Wir helfen.
Sparkassen-Baufinanzierung.

Top-Konditionen.
Individuelle Lösungen.
Faire Beratung.

 **Stadtsparkasse
Augsburg**

Erfüllen Sie sich Ihren persönlichen Traum vom Wohnen. Egal ob Sie kaufen, bauen oder umbauen wollen: Zusammen mit unserem Partner LBS stehen wir Ihnen in allen Fragen kompetent zur Seite. Mehr Infos in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sska.de. Wenn's um Geld geht - Stadtsparkasse Augsburg.



„Gesundheit ist auch harte Arbeit und Disziplin bis an persönliche Grenzen“
Klaas Ockenga



- | | |
|---|---|
| 1 | 2 |
| | 3 |
| 4 | 5 |
| | 6 |



1
Javad Nekounam, iranischer Nationalspieler in Diensten des CA Osasuna Pamplona in Spanien, machte sich mit einer Intensivreha bei Hessingpark-Training fit für sein Comeback in der Primera Division.

2
Dr. Patxi Ciprián Urmendia (re.), Mannschaftsarzt von CA Osasuna Pamplona, und **Reza Fazeli** (li.), Berater von Javad Nekounam, informierten sich bei Dr. Ulrich Boenisch nach den Genesungsfortschritten von Javad Nekounam.

3
Erol Sander, Filmstar, Krimiheld, Winnetou und Model für Labels wie Armani, Dolce & Gabbana, Dior oder Louis Vuitton, war nicht nur für Lisa André ein „Hingucker“.

4
Robert Vittek, Stürmer bei den „Clubberern“ in Nürnberg, liebäugelt angeblich mit einem Wechsel ins Ausland. Vorher soll aber noch der Klassenerhalt mit dem „Club“ geschafft werden.

5
Juan Pablo Sorín (m.), Ex-Kapitän der argentinischen Nationalelf und jetzt beim Hamburger SV, fühlt sich bei den HP-C Physiotherapeuten offensichtlich gut aufgehoben.

6
Sebastian Kehl, Mittelfeldstar bei Borussia Dortmund und in der Nationalelf, schickte als Dankeschön für die Betreuung in der HP-C ein handsigniertes Trikot. Überbringer des begehrten Souvenirs war der Augsburger Talentscout und Entdecker von Sebastian Kehl, **Heiner Schuhmann** (re.).



HP-C feierte kleines Jubiläum:

„Prosit“ auf fünf Jahre Hessingpark-Clinic

Kaum zu glauben, wie die Zeit vergeht: Zum Ende des vergangenen Jahres konnte die privatärztliche Hessingpark-Clinic GmbH auf die ersten (erfolgreichen) fünf Jahre ihres Bestehens zurückblicken. Das war für Geschäftsführung und Ärzteteam Grund, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie die Gesellschafter der Hessingpark-Clinic zu einer kleinen, aber feinen Geburtstagsparty ins Augsburger Dorint-Hotel einzuladen. Die mannigfaltigen Köstlichkeiten, der perfekte Service und die angenehme Atmosphäre sorgten für einen äußerst gelungenen „Familienabend“. Auf zum nächsten Jubiläum - oder: ad multos annos, wie die Lateiner zu sagen pflegen!

Bekanntlich sagt ein Bild mehr als tausend Worte, deshalb wollen wir an dieser Stelle Bilder sprechen lassen ...



Kooperation zwischen zwei professionellen Partnern:

HP-C stellt medizinische Abteilung für den FC Augsburg

Wenn ein professionell geführter Bundesligaverein mit großem sportlichem Potenzial und ein professionell geführtes Dienstleistungsunternehmen mit hohem Grad an medizinischer und therapeutischer Fachkompetenz in einer Stadt beheimatet sind, bietet sich eine Kooperation förmlich an. Das dachten sich auch die Verantwortlichen des Fußball-Zweitligisten FC Augsburg, allen voran Manager Andreas Rettig. Aus diesem Grund kooperieren seit dem Beginn der Rückrunde der Fuggerstädter Traditionsclub und die Hessingpark-Clinic auf medizinischem Gebiet.

Medizinische Abteilung des FCA

Die Kooperation ist nach Auskunft von Dr. Ulrich Boenisch, dem Ärztlichen Leiter der HP-C, zunächst bis zum Ende der laufenden Saison angelegt, wobei aber jetzt schon an der Schaffung einer längerfristigen Zusammenarbeit gearbeitet

werde. Sowohl bei der Betreuung der Spieler bei den Zweitligapartien als auch bei weiterführenden diagnostischen und operativen Fällen sowie in der Rehabilitation wird die HP-C die „medizinische Abteilung“ des FC Augsburg sein. Zum Team der Mannschaftsärzte zählen neben den Ärzten der Hessingpark-Clinic die beiden in eigener Praxis niedergelassenen Mediziner Dr. Stefan Kolbinger und Dr. Andreas Weigel, die die Spieler vor Ort betreuen. Die operative Versorgung verletzter Spieler erfolgt in der HP-C, wo sich auch das Team der Physiotherapeuten um Cliff Savoy um das Wohlergehen der Kicker sorgt.

Hessingpark
CLINIC



„Wesentlich ist, sich wacker geschlagen zu haben“

Pierre Baron de Coubertin

Foto: Fred Schöllhorn; HP-C

Betreuung von der Vorbereitung bis zum Ende einer Rehabilitation

Die Kooperation zwischen dem FC Augsburg und der HP-C ist eine umfassende: Von der Vorbereitung und dem Spielbetrieb über die konservative und operative Behandlung bis hin zur physiotherapeutischen und rehabilitativen Rundumbetreuung reicht das Kooperationspaket. Dabei hat die Verantwortlichen des FCA überzeugt, dass das Team der HP-C über eine umfangreiche Expertise im Bereich des Leistungssports verfügt.

Neben der medizinischen Betreuung beim Training und bei den Spielen geht es bei der Kooperation nach den Worten von Manager Andreas Rettig auch darum, dass die Spieler im Verletzungsfall möglichst schnell operativ versorgt werden können. „Durch die Kompetenz der HP-C und die unmittelbare räumliche Nähe sehen wir diese Voraussetzung als optimal erfüllt“, so Rettig.



Auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit: FCA Trainer Ralf Loose, Manager Andreas Rettig, Dr. Ulrich Boenisch, Dr. Stefan Kolbinger, Dr. Andreas Weigel und Dr. Manfred Thomas (v.l.n.r.)

Feiern und Tagen mit Hochgefühl...

...im Dorint Hotel Augsburg!

- inmitten des wunderschönen Wittelsbacher Parks gelegen
- nur 10 Gehminuten zur Innenstadt
- 184 klimatisierte und geräumige Zimmer
- großzügiger Wellnessbereich
- Tagungsräume bis 240 m² für bis zu 220 Personen
- exklusive Veranstaltungsräume in der 34. Etage



Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter 0821/5974-0
oder Ihre E-Mail an info.augsburg@dorint.com!

Dorint • An der Kongresshalle • Augsburg • Imhofstr. 12 • 86159 Augsburg
www.dorint.com

Hessingpark
CONCRET



Hollywood-Glanz in Augsburg:

Der „Herr Kaleu“ in der HP-C

Jürgen Prochnow, gebürtiger Berliner mit Wohnsitz in Kalifornien, ist einer der wenigen deutschen Film- und Fernsehstars, die es in der Traumfabrik Hollywood zu einer dauerhaften Karriere gebracht haben.

Seinen internationalen Durchbruch schaffte der gelernte Bankkaufmann im Jahr 1981 mit der Hauptrolle des U-Boot-Kapitäns Heinrich Lehmann-Willenbrock – im Film immer nur „der Alte“ oder „Herr Kaleu“ (Kapitänleutnant) genannt - in Wolfgang Petersens Verfilmung des Buches „Das Boot“ von Lothar Günther Buchheim. Wegen seines markanten Narbengesichtes passt er für die Filmemacher in der Traumfabrik Hollywood perfekt in die „Schurken-Schublade“: Eine seiner bekanntesten Rollen ist die des brutalen Nazi-Offiziers in „Der englische Patient“, des korrupten Richters in Silvester Stallones Action-Streifen „Jugde Dredd“ oder des Fieslings in dem Anti-Apartheid-Film „Weiße Zeit der Dürre“. Dabei kann der im Privatleben sehr bescheidene und zuvorkommende Hollywoodstar auch ganz anders agieren: Im Film „Sakrileg“ („The Da Vinci Code“) überzeugt Prochnow im eleganten Nadelstreifenanzug als – natürlich – undurchsichtiger Bankdirektor André Vernet.



Seinen Wohnsitz hat der Schauspieler schon vor mehr als 20 Jahren nach Hollywood verlegt, doch für Dreharbeiten und Theaterauftritte kommt er auch regelmäßig nach Deutschland. Umso größer war die Freude bei den Mitarbeitern der Hessingpark-Clinic, als sich Jürgen Prochnow auf Anraten von Nationalmannschaftsarzt Dr. Hans-Wilhelm Müller-Wohlfahrth wegen eines Knieproblems in die HP-C begab.



Mit der Rolle des U-Bootkommandanten in dem Film „Das Boot“ begründete Jürgen Prochnow seine internationale Karriere.



HP-C Referenten im Dauereinsatz

Als Gäste gerne empfangen werden aber auch die Ärzte der Hessingpark-Clinic. So waren beispielsweise die Wirbelsäulenspezialisten Dr. Karsten Wiechert und Dr. Felix C. Hohmann, der Fußexperte Dr. Manfred Thomas und der Handchirurg Dr. Ulrich Frank in den vergangenen Monaten als Referenten bei unterschiedlichsten nationalen und internationalen Symposien und Kongressen vertreten.

„Mit Unwissen und Zweifel ist das Leben unbequemer als mit Wissen und Können“

Willy Meurer

Das Arztgespräch

„Eine lange Ehe ist immer noch besser als ein kurzes Leben“

W. Meurer

hessingpark-concret gratuliert zur Hochzeit:



Christine Ehrnsperger, geb. Maier, Physiotherapeutin



Lilly Tornow, geb. Frost, Physiotherapeutin

hessingpark-concret gratuliert zum Geburtstag:



Wolfhard Savoy, 27.08.07, 40 Jahre

Diana Krämer, 12.03.08, 30 Jahre

„Muttertag“ kommt neun Monate nach „Vaternacht“!
Unbekannt

hessingpark-concret sagt „Herzlich willkommen“ zu“:



Paula Johanna Bauer *07.06.2007, Tochter von Physiotherapeutin Karen Bauer



Antonia Lilly Marie Weiß, *02.01.2008, Tochter von Heilpraktikerin Heike Weiß



Valeria Einwang, *31.01.2008, Tochter von Marketing Manager Philipp Einwang



Philipp Elsenhans, *04.02.2008, Sohn von Physiotherapeutin Steffi Elsenhans

Wertvolle Preise zu gewinnen!

1. Preis:

Umfassende physiotherapeutische Funktionsanalyse

2. Preis:

Lauf- und Ganganalyse

3. Preis:

Sportfreizeitführer Augsburg

D	W	H	U	K	D	B	S	A	N	A	M	N	E	S	E	L	A	H
X	S	S	G	W	V	N	N	S	U	V	X	K	O	P	D	R	A	L
S	W	S	C	H	U	L	T	E	R	B	L	A	T	T	P	L	F	Z
T	M	Y	W	M	E	T	Y	V	R	I	B	S	Y	T	A	S	W	Q
Y	R	A	N	S	C	W	E	M	J	V	E	T	I	Z	V	K	T	U
E	T	B	S	L	K	B	I	X	V	T	D	R	B	T	I	W	R	E
L	Z	V	X	S	U	M	K	E	I	L	B	E	I	N	G	O	I	T
L	Y	A	D	S	A	B	M	R	T	B	S	U	P	G	N	Q	A	S
O	J	Z	X	R	I	G	G	R	I	N	F	U	S	I	O	N	T	C
W	W	D	F	E	R	Q	E	K	B	R	Z	R	B	F	N	A	H	H
S	E	G	Y	M	N	A	S	T	I	K	L	P	O	K	T	N	L	U
T	Q	W	C	V	H	T	N	Z	U	O	O	P	Y	W	N	E	O	N
O	K	U	N	T	E	R	S	C	H	E	N	K	E	L	S	G	N	G
N	S	Y	R	G	K	P	F	U	D	A	K	X	H	L	M	T	G	H
E	R	M	U	V	S	A	R	T	H	R	I	T	I	S	R	I	O	P

Nicht abergläubisch sein, einfach mitmachen – in anderen Kulturen ist die „13“ ein Glückszahl: 13 Begriffe finden, die mit der Hessingpark-Clinic in (lockerer) Verbindung stehen und die Sie nach der Lektüre von **hessingpark-concret** bestimmt erraten werden. Die Anfangsbuchstaben der Lösungswörter ergeben – von oben nach unten gelesen – das Lösungswort. Wer gute Augen hat, findet die Wörter auch in unserem „Buchstabensalat“. Auf die Gewinner warten wieder zahlreiche wertvolle Preise.



Endoprothetiker als „Glücksfee“ aktiv

Dr. Ulrich Boenisch (li.) und Dr. Ralf Stapelfeldt ließen es sich nicht nehmen, ihren neuen Kollegen Dr. Oliver Holub (m.) gleich kurz nach dessen Amtsantritt die „Glücksfee“ bei der Ziehung der Gewinner unseres Preisrätsels aus **hessingpark-concret** (Ausgabe 01/2007) spielen zu lassen (Lösungswort: Kniegelenk). **Allen Preisträgern herzlichen Glückwunsch!**

1. Preis: Maria Schröter
2. Preis: Klaus Oberender
3. Preis: Hannelore Hochfeld

1. Südfranz. Stadt an der Rhône
2. Verletzung mit stumpfem Gegenstand
3. Teil des Beines
4. Gelenkentzündung
5. Fitnessübung
6. Nationalpark in den USA
7. Behandlung der Muskulatur
8. Empfindungsorgan
9. Krankengeschichte
10. Teil der Schulter
11. Dreikampf
12. Einführung von Flüssigkeit
13. Fußwurzelknochen

Die Gewinner werden durch Los ermittelt, schriftlich benachrichtigt und veröffentlicht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Nicht teilnahmeberechtigt sind Mitarbeiter der Hessingpark-Clinic GmbH und deren Familienangehörige. **Einsendeschluss:** 30.06.2008 (Datum des Poststempels)



Schreiben Sie an: Hessingpark-Clinic, Redaktion: hessingpark-concret, Hessingstraße 17, 86199 Augsburg; Lösungswort eintragen und gewinnen!

... eine Clinic, die ihre Patienten als Gäste empfängt!



Hessingpark
C L I N I C

**Zentrum für
orthopädische Chirurgie**

Fuß- und Sprunggelenkschirurgie
Handchirurgie
Hüftchirurgie
Kniechirurgie
Schulterchirurgie
Wirbelsäulentherapie

Anästhesie und Schmerztherapie
Kernspintomographie
Naturheilverfahren
Rheumatologie
Prävention
Trainings- und
Rehabilitationszentrum



Sprechzeiten:
Montag – Freitag
und nach Vereinbarung

Anschrift:
Hessingpark-Clinic GmbH
Hessingstraße 17
(Parkplatzeinfahrt Wellenburger Str.)
86199 Augsburg

Telefon: 0821/909 9000
Fax: 0821/909 9001
E-Mail: contact@hessingpark-clinic.de
Internet: www.hessingpark-clinic.de

Die Hessingpark-Clinic bietet ihre Leistungen außerhalb eines Versorgungsvertrages mit den gesetzlichen Krankenversicherungen an. Diese übernehmen daher in der Regel keine Kosten für eine Behandlung in der Hessingpark-Clinic. Fragen zur Kostenübernahme sollten bereits im Vorfeld einer Behandlung mit der jeweiligen Versicherung geklärt werden.

Hessingpark

C L I N I C

Anschrift:

Hessingpark-Clinic GmbH
Hessingstraße 17
86199 Augsburg

Telefon: 0821/9099000

Fax: 0821/9099001

E-Mail: contact@hessingpark-clinic.de

Internet: www.hessingpark-clinic.de

Sprechzeiten:

Montag – Freitag
und nach Vereinbarung

Hier ausschneiden! 



Hessingpark

C L I N I C

hessingpark

C L I N I C



Hier ausschneiden!



Absender:

Lösungswort:

hessingpark-concret Ausgabe 01/08



Bitte
ausreichend
frankieren!

Hessingpark-Clinic

Redaktion: hessingpark-concret

Hessingstraße 17

D-86199 Augsburg