

WIE HILFT MIR DER FACHARZT?

IM FOKUS: ORTHOPÄDIE

Vorbeugung - Therapie - Selbsthilfe

Eine Kooperation von:



Fotos: Fotolia

belsäulenbeschwerden durch – z. B. im Röntgen ersichtliche – Auffälligkeiten an den Bandscheiben verursacht. Aktuelle Studien haben auch gezeigt, dass bei beschwerdefreien (!) Personen in der MRT bis zu 80% degenerative Veränderungen der Bandscheiben bestehen, bei 10% sogar starke Wirbelkanalengen.“

„Der Mehrheit der Patienten kann durch konservative, orthopädische Maßnahmen wie Manual- oder Infiltrationstherapie, aber vor allem auch Sekundärprävention (Maßnahmen, die bei Erkrankungen in einem frühen Stadium ansetzen und darin unterstützen, diese zu vermeiden oder deren Verlauf zu mildern), Sportoptimierung etc. geholfen werden“, ist Doz. Dorotka überzeugt. „Ebenso augenscheinlich sind die daraus abzuleitenden Kosteneinsparungen, wenn zur Diagnostik nicht übertrieben technische Untersuchungen verordnet werden.“

Selbsthilfegruppen

Der Plattform „Allianz Chronischer Schmerz“ gehören 35 Selbsthilfegruppen an, die genauso vielfältig sind wie die Leiden der Betroffenen. Mehr dazu unter www.schmerz-allianz.at, Mail: info@schmerz-allianz.at, ☎ 01 489 09 36

Was rät die Apothekerin?

Mag.pharm. Kristina Mitterhauser, Ameisapotheke, Wien: „Bei akuten, stumpfen Verletzungen hilft Kühlung mit Produkten gelartiger Konsistenz (wie essigsaurer Tonerde) oder die Anwendung von Mitteln, die Arnika enthalten. Gute orale (zum Einnehmen) Wirkstoffe sind z. B. Ibuprofen und Acetylsalicylsäure. Zum Auftragen eignen sich Arzneien mit Diclofenac und Heparin. Im Fall von chronischen Schmerzen empfehle ich Wärmepflaster. Bei Arthrose (Gelenksabnutzung) unterstützen Nahrungsergänzungsmittel mit Kollagen die Knorpelregeneration und wirken entzündlichen Prozessen entgegen.“



Foto: Fotolia

Jetzt in den Apotheken: „Orthopädie – Gelenke & Wirbelsäule verstehen“!

Um aktiv und beweglich durchs ganze Leben zu kommen, spielen Gelenke und Wirbelsäule eine entscheidende Rolle. Die Fachärzte für Orthopädie sind erste Ansprechpartner bei Verletzungen oder Erkrankungen des Bewegungsapparats. Zudem unterstützen sie auch bei der Vorbeugung von Beschwerden: Bewegung ist dabei ein wichtiger Bestandteil! Fundierte Informationen zu allen Gelenken sowie zu den häufigsten Erkrankungen inklusive Vorsorgemaßnahmen bietet Ihnen der aktuelle Ratgeber „Orthopädie – Gelenke & Wirbelsäule verstehen“. Dort finden Sie auch praktische Turnübungen, mit denen Sie sich fit halten können! Ab sofort in den meisten österreichischen Apotheken erhältlich.



Nach wie vor ist die manuelle Untersuchung wichtig, denn bildgebende Verfahren alleine weisen oft nicht den richtigen Behandlungsweg

Was kommt den meisten Österreichern in den Sinn, wenn sie an die Aufgabenbereiche eines Orthopäden denken? Vielleicht die Verschreibung von Schuheinlagen, Spritzen, mitunter sogar das Einsetzen von künstlichen Gelenken. „Das Tätigkeitsfeld des Orthopäden ist sehr breit. Denn er setzt sich sowohl konserva-

tiv als auch operativ mit dem Bewegungsapparat auseinander. Das bringt Vorteile – nicht nur für Patienten, sondern auch für das Gesundheitssystem“, erklärt Priv.-Doz. Dr. Ronald Dorotka, Präsident des Berufsverbandes der Orthopäden. Ein Beispiel: Das Risiko einer zu raschen Operation oder aber das Verharren in konservativen Maßnahmen wird dadurch reduziert.

schmerzen als auch bei allen anderen Beschwerden des Bewegungsapparates die eigentliche Chirodiagnostik nach manualmedizinischen Grundsätzen mit Struktur- und Schmerzpalpation (Ertasten von Körperstrukturen). Nicht nur knöcherne Strukturen werden dabei geprüft, sondern auch Sehnen- und Bandansätze sowie Muskelverspannungen.

nötig oder zielführend“, so der Experte. „Vor allem an der Wirbelsäule klaffen radiologischer Befund und manuelle Diagnostik sehr häufig weit auseinander. So werden weniger als 20 Prozent aller Wir-

Wichtig ist die sogenannte manuelle Diagnostik (in Kombination mit der Anamnese), also das Aufspüren der Ursache durch „Angreifen“. Das beginnt bei der exakten Prüfung des Gangbildes, von Deformitäten, Beckenschiefständen, Fußfehlstellungen usw. Bei Wirbelsäulenproblemen werden auch benachbarte Gelenke (Hüfte, Schulter, etc.) mituntersucht. Danach folgt sowohl bei Rücken-



Priv.-Doz. Dr. Ronald Dorotka, Facharzt für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie aus Wien

Außerdem stellen Orthopäden fest, ob Blockierungen und „Überbeweglichkeit“ vorliegen. Darüber hinaus stehen für jedes Gelenk Funktionstests zur Verfügung. Ergänzend hilft dem Arzt, wenn der Patient seine Beschwerden gut beschreibt.

„Diese Maßnahmen reichen oft völlig aus, um die richtige Behandlung in die Wege zu leiten – bildgebende Verfahren sind nicht immer



ECA-MEDICAL

Bei Nervenschmerzen helfen Nervennährstoffe.

doralgomed®

doralgomed® Mobil-Kapseln versorgen den Organismus gezielt mit speziellen Nervenbausteinen, die zur Reparatur und Erneuerung geschädigter Nervenfasern vermehrt gebraucht werden.

Die Nervennährstoffe Uridinmonophosphat (UMP) und Cytidinmonophosphat (CMP) aktivieren in Kombination mit den Nervenvitaminen Folsäure und Vitamin B12 körpereigene Reparaturmechanismen. doralgomed® beschleunigt die Regeneration geschädigter Nerven und trägt zur raschen Linderung der Beschwerden bei.

Nur 1 Kapsel täglich z. B. bei

- Wirbelsäulen-Syndrom, Hexenschuss, Rückenschmerzen, Nackenschmerzen, Schulter-Arm-Syndrom, Bandscheiben-OP ...
- Neuralgien, Ischias, Gürtelrose ...
- Polyneuropathien (Diabetes ...)



Rezeptfrei in Ihrer Apotheke.

Ein Produkt aus der med-Serie von ECA-MEDICAL.

Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke. (Bilanzierte Diät).

GELENKS-PROBLEME?

- Von Österreichischen Fachärzten für Orthopädie entwickelt und empfohlen
- Aufbau und Erhaltung des Gelenkknorpels
- Optimales Verhältnis der Wirkstoffe

www.arthrobene.at



Anzeige