DAS MAGAZIN FÜR IHRE GESUNDHEIT

tz

Die beste Medizin

Münchner Merkur

Anzeigensonderveröffentlichung MITTWOCH, 24. MÄRZ 2021

Neue Energie für den Frühling

Die 20 besten Gesundheits- und Wohlfühl-Tipps

SEITEN 2 + 3

MÜNCHENS TOP-KLINIKEN

ARTAS®

Bayerns erster Haar-Roboter

SEITE 4

THERAPIE DES TAGES

TriBella-Technologie

Schönere Haut, weniger Falten

SEITE 5

MEDIZIN IM FOKUS

Effektive Hyaluronsäure

Wie sie bei Arthrose hilft

SEITE 5

STRATEGIEN FÜR PATIENTEN

Triggerpunkte

Schlüssel gegen Schmerzen

SEITE 6

Menschen in der Medizin

HEUTE

Dr. Bachmeier & Kollegen

SEITE 2

GESUNDHEITS-TIPPS

Verstärkung im Praxisteam: der Chirurg Dr. Karl-Heinz Riedl (li.) und der Orthopäde und Schmerzspezialist Dr. Roman Winkler

Drei Spezialisten, die sich perfekt ergänzen

Wenn drei erfahrene Spezialisten ihr Wissen in einer Praxis bündeln, dann ist dies vor allem ein großer Gewinn für die Patienten: Die Orthopädische Praxis Dr. med. Markus Bachmeier ist in die Orthopädische Gemeinschaftspraxis Dres. med. M. Bachmeier & R. Winkler & Kollegen umgewandelt worden. Geändert wurde lediglich der Name. Die Praxis selbst befindet sich weiterhin am gewohnten Ort in der Hotterstraße 3 im Herzen der Münchner Altstadt.
Neu im Team des Praxisgründers und Orthopäden Dr. Markus Bachmeier – Spezialist für die konservative und operative Behandlung von orthopädischen Erkrankungen und Verletzungen – sind nun zwei weitere Fachärzte: Dr. Karl-Heinz Riedl ist ein sehr erfahrener Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie. Bis zum Jahresende praktizierte er in seiner Praxis in den Riem-Arkaden. Seine Schwerpunkte sind die Behandlung orthopädischer und unfallchirurgischer Krankheitsbilder und Verletzungen.
Dr. Roman Winkler verfügt ebenfalls über große Erfahrung in der Orthopädie und Unfallchirurgie. Sein Spezialgebiet: die Akupunktur und die Spezielle Schmerztherapie zur Erkennung und Behandlung von chronisch schmerzkranken Patienten. Dr. Winkler erarbeitet für jeden Patienten grundsätzlich ein individuelles Behandlungskonzept.

Kontakt: Orthopädische Gemeinschaftspraxis Dres. med. M. Bachmeier & R. Winkler & Kollegen
Hotterstr. 13, 80331 München
Tel.: 089 24 20 37 10; Fax: 089 24 20 37 15
E-mail: info@muc-ortho-sz.de
Homepage: www.muc-ortho-sz.de

Der Praxisgründer und Orthopäde Dr. med. Markus Bachmeier

Zur Vorbeugung gegen Osteoporose

Sonne und Bewegung für Diabetiker wichtig

Am Wochenende ist es soweit: Das vorfrühlingshafte Wetter lädt zu Spaziergängen an der frischen Luft ein. Gerade Menschen mit Diabetes sollten das nutzen. Denn sie profitieren besonders von der Kombination aus Sonne und Bewegung. Für Menschen mit Diabetes ist regelmäßige Bewegung besonders wichtig. Sie sollten die milden Temperaturen nutzen, um draußen aktiv zu sein, rät die Deutsche Diabetes-Hilfe. Denn Diabetes mellitus kann eine Osteoporose begünstigen und damit den Knochenabbau beschleunigen, was wiederum die Wahrscheinlichkeit von Knochenbrüchen bei Stürzen erhöht. Vitamin-D-Mangel kann eine weitere Ursache für den beschleunigten Knochenabbau sein. Diese Gefahr steigt nach Angaben der Organisation mit zunehmendem Alter. Ein erhöhtes Risiko ergibt sich zum Beispiel dann, wenn sich Menschen mit Diabetes wenig bewegen und außerdem noch einen „instabil eingestellten Stoffwechsel mit hohen Glukosespiegeln“ aufweisen, wie Prof. Thomas Haak aus dem Vorstand der Diabetes-Hilfe erklärt.

Fit in den Frühling

Was Sie Ihrem Körper jetzt Gutes tun können

Das Wohlfühlprogramm gegen Kälte und Frühjahrsmüdigkeit: Saunagänge zur Entschlackung, und ein Glas heißer, frisch aufgegossener Ingwertee wärmt von innen

Die Tage sind schon wieder deutlich länger, die Sonne hat endlich wieder mehr Kraft. Jedes Jahr im März sehnt sich die Seele nach Licht und Wärme, frischem Grün und Blumenduft. Doch auch der Körper freut sich jetzt über eine sanfte Frühlingspflege von Kopf bis Fuß. Wie Sie jetzt wieder frische Energie tanken, die Figur in Form bringen, die Haut zum Strahlen und die Haare zum Glänzen bringen, lesen Sie in diesen 20 Tipps:

MARGIT RÜDIGER

1 Energie tanken

Wir fühlen uns antriebslos und untrainiert nach den dunklen Monaten. Lichtmangel wirkt sich auf die Psyche und auf die körperliche Leistungsfähigkeit aus. Also: nichts wie raus an die frische Luft. Es muss ja nicht gleich das Mega-Training sein. Täglich ein ausgiebiger Spaziergang – 30 Minuten genügen völlig – vertreibt die Müdigkeit und stärkt das Immunsystem. Wenn Sie eher der sportliche Typ sind, verlegen Sie Ihr Training einfach nach draußen: Radfahren, Laufen durch den Park, Yoga unter freiem Himmel.

2 Winterspeck

„Am besten bringt man die Pfunde mit Ausdauersportarten in gemäßigtem Tempo zum Schmelzen – Fahrrad fahren, leichtes Joggen, Nordic Walking“, rät Prof. Dr. Michael Hamm, Ernährungswissenschaftler und Dozent an der Fachhochschule Hamburg. Weil beim Ausdauertraining die Kalorienverbrennung hauptsächlich in den Muskeln stattfindet, sollte man zusätzlich für die schlanke Linie muskelaufbauende Übungen machen. Der Kalorienverbrauch lässt sich übrigens auch im Alltag hervorragend abarbeiten. Ein Anhaltspunkt: 100 Kalorien verbrennt man zum Beispiel in zehn Minuten Treppensteigen, 18 Minuten Gartenarbeit, 24 Minuten Putzen oder 47 Minuten beim Bügeln.

3 Leicht essen

Wer in den kalten Monaten häufiger schwer und reichhaltig oder auch ein bisschen zu viel Schokolade gegessen hat, sollte jetzt seine Ernährung auf leichtes Essen umstellen. Gerade bei Frühjahrsmüdigkeit ist es wichtig, dem Organismus nicht zusätzlich übermäßige Verdauungsenergie abzuverlangen. Viel Gemüse sollte auf den Tisch kommen, Obst eher in Maßen wegen des Zuckergehaltes, fettarme Milchprodukte, mageres Fleisch und Fisch.

4 Blutwerte testen

Defizite an Vitaminen, Mineralstoffen oder Spurenelementen lassen sich durch Nahrungsergänzungsmittel ausgleichen. So kann eine gezielte Einnahme von Vitamin D sinnvoll sein. Trockene, strohige Haare können auf einen Vitamin-B7-Mangel hindeuten, weil das Vitamin die Kreatin-Proteine für den Haaraufbau unterstützt. Unnatürliche Blässe kann in Kombination mit häufiger Müdigkeit auf zu wenig B12 hinweisen. Allerdings sollte man vorher immer mit dem Arzt sprechen und eventuell eine Blutanalyse durchführen lassen, um festzustellen, welche Mängel tatsächlich vorliegen, bevor man auf Verdacht selbst zur Pille greift.

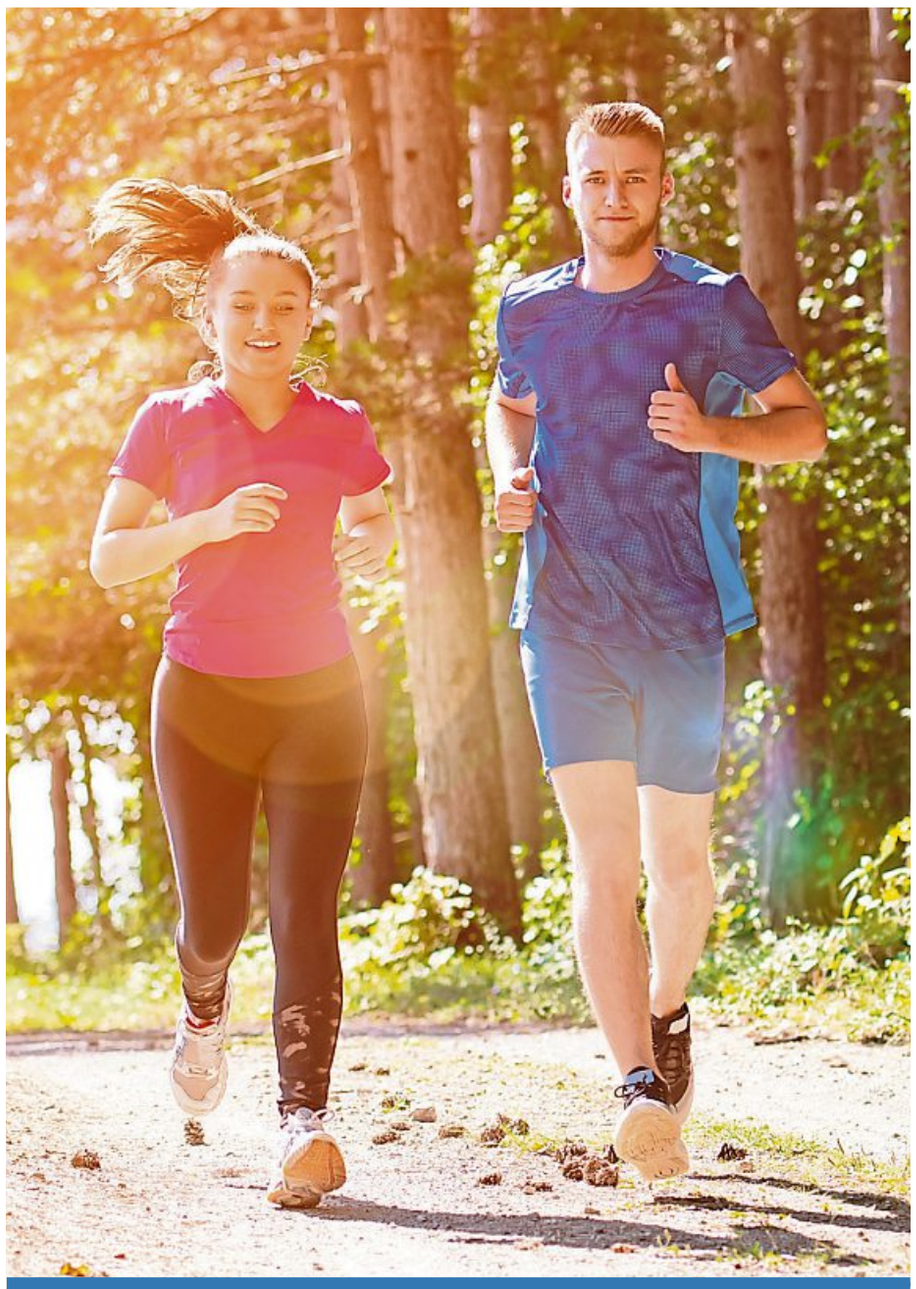
5 Darmsanierung

Wenig Bewegung und eine ballaststoffarme Ernährung führen dazu, den Darm zu überlasten. Man fühlt sich antriebslos, die Haut wird unrein und fahl. Höchste Zeit, den Stoffwechsel und die körpereigene Entgiftung zu aktivieren. Das einfachste Mittel: Rühren Sie jeden Morgen ein bis zwei Teelöffel Heilerde in 250 Milliliter Wasser. Langsam trinken und bis zum Frühstück 30 bis 60 Minuten warten. Einen darmreinigenden Effekt haben auch Flohsamenschalen und geschrotete Leinsamen. Beides sind Quellstoffe, die die Darmtätigkeit anregen. Danach unbedingt noch ein großes Glas Wasser trinken, um keine Verstopfung zu riskieren.

6 Gute Probiotika

Im Winter zu viel Schnitzel und Pommes gegessen? Ungünstige Bakterien im Dickdarm gewinnen die Oberhand. Die Darmflora sollte mit Probiotika wieder ins Gleichgewicht gebracht werden. Die „Guten“ sind in probiotischen Joghurts, Kefir, Sauerkraut etc. enthalten. Wie viele drinstecken, steht allerdings nicht auf der Packung. „Zudem verringern sie sich mit längerer Lagerzeit“, erklärt Diplom-Oecotrophologin Sabine Häberlein. Genauere Angaben bieten Probiotika als Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke. Welche Darmbakterien man braucht, kann man vorab mit einem Darmflora-Test (Stuhlprobe) aus der Apotheke machen.

Viel Salat und Gemüse und leichte Gerichte mit magerem Fleisch und Fisch gegen den hartnäckigen Winterspeck



Schuhe an und los: Laufen an der frischen Luft regt den ganzen Körper an und macht gute Laune Fotos: Shutterstock

DER TIPP AUS DER APOTHEKE

Pilze mit Immunkraft

Auch die Apotheken leisten in der Corona-Krise einen überaus wichtigen Beitrag zur Gesunderhaltung bzw. Genesung ihrer Patienten. Die sehr häufige Frage ist dabei: Was kann ich zur Stärkung meines Körpers und damit für die Vorbeugung tun? Die Natur hält dafür altbewährte Helfer wie z.B. Vitamin C und Vitamin D bereit. Ersteres mildert und verkürzt den Krankheitsverlauf. Der Mangel an Vitamin D scheint in den Wintermonaten das Risiko eines Atemwegsinfektes zu erhöhen und unterstützt die Bildung der entzündungshemmenden Killerzellen. Vitamin E und Vitamin B6 zählen zu den abwehrsteigernden Vitaminen. In Kombination mit Vitamin C wirkt Vitamin E zur Infektionsabwehr gerade bei älteren Menschen – ebenso wie Vitamin B6 zur Unterstützung der Immunbarriere unserer Haut und Schleimhäute. Ebenso bewährt haben sich die Mineralien Zink und Selen. Weniger bekannt, aber nicht weniger bedeutungsvoll, ist neben der Verwendung einiger Pflanzen, wie z.B. der Zistrose (Cistus) oder des Purpur-Sonnenhutes (Echinacea), die immunstimulierende Wirkung einiger Vitalpilze, wie sie auch in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zum Einsatz kommen. Shiitake, Agaricus, Reishi und Maitake verfügen durch Betaglucane und Polysaccharide über eine abwehrsteigernde Wirkung. Studien bewiesen eine signifikant verbesserte Schleimhautimmunität – ebenso wie antivirale Wirkungsweisen in Reishi-Pilzen. Therapeutisch sinnvoll ist die Einnahmevon Extrakten in Kapselform – wie z.B. auch das Extrakt des sog. Raupenpilzes (Cordyceps).

■ **Mein Tipp:** Der Mykokomplex „Immunsystem“ ist eines der am meisten nachgefragten Produkte aus der Eigenmarke der St. UrsulaApotheke in München Schwabing. Er enthält ausgewählte Pilzextrakte (Agaricus, Reishi und Shiitake), Pflanzenstoffe, Vitamine sowie Folsäure und Zink. Einnahme zu den Mahlzeiten. Vegan. Laktosefrei.

Glutenfrei. UVP: 22,95 Euro.

■ Weitere Informationen gibt es unter www.gesundes-schwabing.de/shop.

UNSER EXPERTE

Apotheker Frank Füßl

Ihr Spezialist für Gesundheit und Vitalität

Unser Experte Frank Füßl (50) ist Apotheker und praktischer Betriebswirt für die Pharmazie (WDA). Er ist Inhaber der Apotheke am Josephsplatz, der Apotheke zur Münchener Freiheit und der St. Ursula Apotheke. Drei Schwabinger Apotheken, die über ein umfangreiches Angebot an Arzneimitteln, Nahrungsergänzungsmitteln und hochwertiger Kosmetik verfügen und deren Mitarbeiter auch auf die Beratung von Eltern mit kleinen Kindern spezialisiert sind. Weitere Infos unter www.gesundes-schwabing.de

7 Der Ingwer-Boost

Die Heilwurzel hat viele gesunde Eigenschaften und spielt auch bei der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) eine wichtige Rolle. Denn die in der Wurzel enthaltenen ätherischen Öle heizen dem Körper richtig ein. Ingwer beschleunigt zudem nicht nur die Verdauungsprozesse und hilft bei Erkältungen, sondern stärkt auch das Immunsystem. Man kann ihn in Scheiben geschnitten und mit kochendem Wasser aufgegossen als Tee oder wie in der indischen Heilkunst Ayurveda als Heißwasser-Getränk über den Tag verteilt zu sich nehmen. Besonders kräftig sind kleine Ingwer-Shots, die es jetzt vielerorts zu kaufen gibt. Geld sparen kann man, indem man sich seine Ingwer-Shots selbst zubereitet. Und das geht so: 100 Gramm Ingwer schneiden, den Saft von drei Zitronen und 100 Milliliter Ahornsirup zusammen mit 200 Milliliter Wasser in den Mixer geben. Das Ingwer-Getränk in eine Flasche abfüllen und im Kühlschrank aufbewahren. Täglich ein doppeltes Schnapsglas (40 Milliliter) trinken, funktioniert beispielsweise auch morgens als Kaffee-Ersatz.

8 Ein Bad im Wald

In Japan ist Shinrin Yoku – heißt Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes – schon lange eine anerkannte und sehr beliebte Therapieform. Inzwischen ist daraus bereits ein internationaler Gesundheitstrend geworden. Dabei ist Shinrin Yoku eigentlich nichts anderes als das bewusste Spazierengehen im Wald. Nicht nur, dass die Waldluft 90 Prozent weniger Staubteilchen enthält als die Luft in der Stadt. Beim Waldbaden geht es vor allem darum, die Natur mit allen Sinnen ganz bewusst zu erfassen. Man hört das Rascheln der Blätter. Man riecht den leicht modrigen Duft des Waldbodens und ertastet mit den Händen die raue Rinde der Bäume. Und wir atmen sogenannte Terpene ein – jene Stoffe, mit denen Pflanzen untereinander Botschaften austauschen. Auf unser Immunsystem wirken sie sich nachweislich stärkend aus: Wer sich zwei Stunden im Wald aufhält, erhöht die Anzahl seiner natürlichen Killerzellen, die das Immunsystem schützen, um 40 Prozent. Japanische Studien zeigen, dass bewusstes Waldbaden schon nach einer Stunde positiven Einfluss nimmt auf Blutdruck, Puls und das Stresshormon Cortisol im Blut.

9 Sanfte Sonne

Die Kraft der ersten Sonnenstrahlen wird schnell unterschätzt. Dabei ist die sonnenentwöhnte Haut gerade zu Frühjahrsbeginn besonders empfindlich. Eine stellenweise Verdünnung der Ozonschicht kann zudem unerwartet hohe UV-Werte erzeugen. Den UV-Index kann man im Internet abrufen und einen entsprechenden Sonnenschutz wählen. Generell sollte man die Haut durch kurze Aufenthalte im Freien langsam wieder an die Sonne gewöhnen und die Mittagszeit besser im Schatten verbringen.

10 Tuben-Bräune

Wer nicht so blass in den Frühling starten will, greift zu Selbstbräunern. Sie enthalten DHA (Dihydroxyacetone), eine Art Traubenzucker, der mit den Haut-Proteinen reagiert und sie färbt. Um den Plötzlich-über-Nacht-braun-Effekt zu vermeiden, gibt es sogenannte Gradual Tanner, die weniger DHA enthalten und die Haut schrittweise tönen. Ähnlich verhält es sich mit Bräunungstropfen, die man unter seine Tagespflege mischen kann. Perfekt fürs Frühjahr geeignet sind auch BB- oder CC-Creams, die einen schönen Teint schenken und im Gegensatz zu Selbstbräunern einen Lichtschutzfaktor enthalten.

11 Frühlingshaut

Damit die Haut nach dem Winter richtig durchatmen kann und der Teint erfrischt aussieht, hilft ein Peeling. Es entfernt abgestorbene Zellen und trockene Hautschuppen. Besonders wichtig auch vor dem Auftragen eines Selbstbräuners, damit er sich gleichmäßig auftragen lässt und das Ergebnis nicht fleckig oder streifig wird. Bei empfindlicher Haut empfiehlt sich ein sanftes Enzym-Peeling, das ohne die klassischen Rubbelkörnchen auskommt.

12 Leichte Pflege

Zeit für einen Pflegewechsel. Die reichhaltige Creme vom Winter dient allenfalls noch als Nachtpflege. Tagsüber leistet bei steigenden Temperaturen eine feuchtigkeitsspendende Creme gute Dienste. Wenn sie gleichzeitig noch vor Umwelteinflüssen wie Feinstaub und Pollen schützt – umso besser. Der beste Durstlöscher für die trockene und sensible Winterhaut ist ein Serum, das unter der Tages- oder Nachtpflege aufgetragen wird. Gönnen Sie Ihrer Haut solch eine Kur.

13 Lymphdrainage

Bewegungsmangel im Winter kann dazu führen, dass sich die Lymphflüssigkeit staut. Speziell die Beine fühlen sich schwer und dick an. Eine Ganzkörper-Lymphdrainage beim Physiotherapeuten bringt schnell sichtbare Effekte: Das gestaute Wasser fließt wieder und macht mehr Lust auf Bewegung. Massiert wird in rhythmischen Kreisen entlang der Lymphknoten an Hals, Leisten und Beinen. Bereits nach sechs Sitzungen kann der Oberschenkelumfang bis zu zwei Zentimeter abnehmen.

14 Pollen-Abwehr

Pollenflug und juckende Augen können ganz schön lästig sein. In milden Fällen genügen künstliche Tränen, um Allergene auszuwaschen. Wer Kontaktlinsen trägt, sollte Augentropfen ohne Konservierungsstoffe benutzen, da sich die Zusätze in den Kunststoffen anreichern und die Hornhaut schädigen können. Auch die Sonnenbrille kann vor Allergenen schützen. Abends duschen und die Augen sanft reinigen. Pollen können ebenso die Haut reizen. Deshalb sollten Sie auf aggressive, waschaktive Substanzen, Duftstoffe und fetthaltige Cremes mit Silikon oder Paraffin verzichten.

15 Glänzende Haare

Hat die trockene Heizungsluft die Haare ausgelaugt und strohig gemacht, hilft eine Haarkur nach jeder zweiten Wäsche. Speziell pflanzliche Öle, Keratin, Panthenol, ungesättigte Fettsäuren, Algen, Meeresmineralien und Aloe Vera spenden den Haaren viel Feuchtigkeit. Abends die Haare mit einer Naturbürste ausbürsten. Das verteilt den natürlichen Talg der Kopfhaut bis in die Spitzen und macht das Haar widerstandsfähiger und glänzend.

16 Haut-Massage

Trockenbürsten-Massagen setzt die Naturheilkunde seit Jahrhunderten ein. Sie stärken das Immunsystem, fördern die Durchblutung und glätten raue Stellen am Körper. Mit einer hochwertigen Naturfaserbürste am besten morgens vor dem Duschen immer von unten nach oben mit kreisenden Bewegungen in Richtung Herz massieren. Das ist wichtig für einen gesunden Lymphfluss. Den perfekten Abschluss bildet eine kurze, kalte Dusche, weil Kälte die Poren schließt und zugleich das Bindegewebe strafft.

17 Fußpflege

Winterliche Hornhaut, Hühneraugen und Druckstellen machen nicht gerade Lust auf Sandalen. Bei einer medizinischen Fußpflege werden diese Problemstellen besonders effektiv behandelt und entfernt. Damit hat man die beste Basis für den Sommer. Soll das Ergebnis möglichst lange halten, greift man zu Hause nach dem Duschen zu Bimsstein und einer guten Fußcreme.

18 Glatte Haut

Höchste Zeit, Beine und Achseln gründlich zu rasieren. Natürliches Kokosöl ist ein guter Ersatz für den herkömmlichen Rasierschaum. Es beugt Entzündungen vor, und die Haut wird sanft gepflegt. Den Rasierer danach gründlich mit viel warmem Wasser säubern. Wer längerfristig haarfrei bleiben will, bucht einen Termin in einem Waxing-Studio – wird übrigens auch bei Männern immer beliebter!

19 Sauna-Freuden

Für alle, die die Frühjahrsmüdigkeit gepackt hat, die nicht nur schlapp, sondern auch gereizt und angespannt sind, wirkt ein Saunabesuch mit anschließend kalter Dusche Wunder – wenn die Saunabetriebe dann hoffentlich bald wieder mal öffnen. Bis dahin bringen auch morgendliche Wechselduschen den Kreislauf in Schwung und hellen die Stimmung auf. Kostet zunächst ein bisschen Überwindung, aber man gewöhnt sich daran. Und so wird‘s gemacht: Zweimal hintereinander warm und kalt duschen. Am rechten Fuß beginnen, weil er am weitesten vom Herz entfernt ist. Insgesamt zehn Minuten duschen, unbedingt mit kaltem Wasser aufhören. Lautes Ächzen, Stöhnen oder auch Singen ist übrigens ausdrücklich erwünscht.

20 Seelen-Freuden

Der Alltag verlangt allen zurzeit Vieles ab. Aber manchmal muss man einfach mal die Seele baumeln lassen und sich an der erwachenden Natur erfreuen, an ihren Düften und Farben. Auch wenn es nur ein tiefer Atemzug mit Blick aus dem geöffneten Fenster ist. Auch schön: ein Telefonat oder ein Spaziergang mit Freunden. Einfach mal einen Fremden anlächeln. Pläne schmieden und wieder vergessen. Manchmal tut es einfach gut, planlos in den Tag hinein zu leben.

Einfach mal die Seele baumeln lassen und einen Tag ganz ohne Pflichten und Termine genießen – das muss ab und zu mal sein

MÜNCHENS TOP-KLINIKEN

HEUTE

Das ARTAS® Institut München

Das ARTAS® Institut München unter der Leitung der renommierten Ärztin Dr. Sussan Rosenthal hat sich auf die neuesten Techniken und Methoden der minimal-invasiven Haartransplantation spezialisiert. Sie praktiziert die FUE (Follicular Unit Extraction) Methode. Diese ist schonend und hinterlässt keine Narben. Die Medizinerin besitzt viel Erfahrung auf dem Gebiet der Chirurgie und kennt alle gängigen Verfahren zur Schmerzausschaltung. Bei der Behandlung setzt sie auf den Teamgedanken. „Bei einer Haartransplantation zählt nicht nur das chirurgische Geschick des Arztes. Auch die Erfahrung der Assistenten und die Techniken sind wichtig, um ein perfektes Ergebnis für den Patienten zu erzielen“, betont die Ärztin. Zudem setzen Dr. Sussan Rosenthal und ihr Team neueste Roboter-Technik ein. Das Artas® iX System stammt aus den USA. Es wird von Venus Concept hergestellt, entwickelt und vertrieben. Diese High-Tech-Lösung für die Haare bietet Dr. Rosenthals Institut als erstes und einziges Institut in Bayern und im gesamten süddeutschen Raum an. Es ist als „Center of Excellence“ zertifiziert und dient als Lehrklinik, in der andere Ärzte die Robotermethode erlernen können. Die Behandlung findet in der IATROS Klinik (Nymphenburger Straße 1, 80335 München) am Stiglmaierplatz statt.

SUSANNE HÖPPNER

Bayerns erster Haar-Roboter

Der Patient sitzt entspannt und ohne Schmerzen in einem bequemen Stuhl, während das Artas-®Robotersystem Präzionsarbeit leistet. 1000 Haarwurzeln kann der Roboter pro Stunde entnehmen

Die neue FUE-Methode

Präzision ohne Narben

Jeder Mensch verliert täglich bis zu 100 Haare – meist ohne dass er davon etwas bemerkt. Denn nach einer Ruhephase der Haarwurzel wachsen normalerweise neue Haare nach. Doch über die Hälfte aller Männer leiden unter einem stärkeren, meist erblich bedingten hormonellen Haarausfall. Für betroffene Frauen stellt der Haarverlust oft eine noch größere Belastung dar – gerade dann, wenn sie dem weit verbreiteten Schönheitsideal von vollem und kräftigem Haar gerecht werden wollen. Leiden muss heute niemand mehr unter zu lichtem Haar oder einer Glatze. Das ARTAS® Institut München unter der Leitung von Dr. Sussan Rosenthal hat sich auf die neuesten Techniken und Methoden der minimal-invasiven Haartransplantation spezialisiert und praktiziert sehr erfolgreich die FUE (Follicular Unit Extraction) Methode. „Diese Behandlung ist sehr schonend. Sie hinterlässt keine sichtbaren Narben“, erklärt die renommierte Ärztin. Die Spezialistin und ihr Team setzen auf die neueste, innovative Roboter-Technologie aus den USA, die von Venus Concept vertrieben wird. In ihrem Insitut hat die Zukunft der Haartransplantationen bereits begonnen: Dort steht das bisher einzige High-Tech-Gerät dieser Art in Süddeutschland. Und davon profitieren ihre Patienten enorm.

Doch was genau steckt dahinter? Das Artas® iX Roboter System von Venus Concept ist eine hochinnovative Technologie aus den USA. Sie bedient sich komplexer Algorithmen und verschiedener Sensoren. Diese führen dazu, dass die Haarfollikel viel schneller und exakter entnommen werden können als bei vielen etablierten Verfahren. „Die Tiefe, die Entnahme der Haarfollikel und der dazu nötige Winkel werden hochpräzise vom Roboter berechnet. Dadurch passt auch der Abstand zwischen den eingesetzten Haarfollikeln, die wir Grafts nennen, perfekt. Zudem bleiben die Stellen unauffällig, an denen die Haare entnommen worden sind. Es bleiben kaum erkennbare Spuren wie Narben oder großflächige leere Areale“, erklärt Dr. Sussan Rosenthal.

Der Artas iX ist in der Lage, die Haarfollikel wieder selbstständig einzusetzen. Die Optik ist hochpräzise. Sie ermöglicht es dem Roboter, die Position eines Haares blitzschnell zu errechnen. Damit ist die High-Tech-Kombi ungefähr 60-mal schneller als das menschliche Auge und das Gehirn. Der Zeitfaktor erhöht den Überlebensfaktor der Haare immens – also die Quote der Wurzeln, die tatsächlich einwachsen. Ein weiterer wichtiger Vorteil gegenüber der manuellen Entnahme und des Einsetzens besteht darin, dass der Roboter keine Ermüdungserscheinungen zeigt. Während bei einer manuell durchgeführten FUE-Methode das Behandlungsteam nach einiger Zeit ausgetauscht werden sollte, um Ermüdungserscheinungen zu vermeiden, ist dies bei der roboterunterstützten Methode nicht der Fall. In vielen Bereichen der Medizin wie beispielsweise der Herzchirurgie, der Neurochirurgie oder der Endoprothetik sind Roboter längst etabliert – das ARTAS® Institut München ist einer der innovativen Vorreiter der Technologie für die Haartransplantation!

DIE EXPERTIN

Dr. Sussan Rosenthal

Dr. Sussan Rosenthal ist in den USA und Deutschland zur Schule gegangen und studierte an der Universität Bologna. Ihre chirurgische Ausbildung und Facharztausbildung zur Hals-Nasen-Ohren-Ärztin erhielt sie am Zentralklinikum Augsburg. Anschließend eröffnete sie ihre eigene Praxis in München und spezialisierte sich auf minimalinvasive Operationstechniken im Kopf-Hals-Bereich und alternative Behandlungsmethoden der HNO-Heilkunde. Seit 2010 konzentriert sie sich auf die Haartransplantationschirurgie. Angespornt wurde die Medizinerin von einem abschreckenden Beispiel aus der eigenen Familie, eine Haartransplantation war komplett schiefgegangen. Dr. Sussan Rosenthal wollte es besser machen. Sie legte sich in den USA und England das nötige Know-how zu, womit sie heute ihren Patienten in Deutschland hilft.

So kommen Sie hin

ARTAS® Institut München, Clemensstraße 2a, 80803 München (Eingang über Leopoldstraße 83), Tel. 089/89 12 94 00, E-Mail: info@munich-hairtransplant.com, Website: www.munich-hairtransplant.com

Sechs Fragen zum Roboter-Eingriff

Wie lange halten die verpflanzten Haare?
Ein Leben lang. Die Haare werden von der Rückseite Ihres Kopfes entnommen und an den kahlen Stellen am Oberkopf einzeln wieder implantiert. Dieses Haar ist übrigens nicht anfällig für hormonelle Veränderungen.

Werde ich nach der Behandlung Schmerzen haben?
Es handelt sich um einen ambulanten Eingriff unter lokaler Betäubung. Deshalb ist die Artas® Roboter Haartransplantation in aller Regel nicht schmerzhaft. In seltenen Fällen können leichte Schwellungen auftreten, die mit der Einnahme von Ibuprofen innerhalb von ein bis drei Tagen abklingen.

Werde ich sichtbare Narben haben?
Da nicht geschnitten werden muss, entsteht auch keine erkennbare Narbe wie beispielsweise bei der FUT-Methode (Follicular Unit Transplantation). Es entsteht nur eine minimale Einstichstelle im Bereich der Entnahmestelle.

Wie lange dauert der Eingriff?
Normalerweise dauert die Haartransplantation vier bis acht Stunden. Die Länge richtet sich nach der transplantierten Haarmenge. Pro Stunde kann der Roboter 1000 Haarwurzeln entnehmen.

Wie verhalte ich mich während des Eingriffs?
Während der Haartransplantation sitzen Sie in einem bequemen Stuhl und können sich zum Beispiel einen Film anschauen oder ein Buch lesen.

Was kostet eine Haartransplantation?
Die Kosten richten sich nach der Anzahl der Haarfollikel, die geerntet und wieder eingesetzt werden. Daher werden die Kosten individuell festgelegt.

THERAPIE DES TAGES

Eine TriBella-Behandlung ist sehr gut verträglich und für alle Hauttypen geeignet

Schönere Haut, weniger Falten

Der Blick in den Spiegel verrät, dass Sie sich gern in der Sonne aufhalten? Hat sich im Laufe der Zeit die eine oder andere Falte gebildet? Zeigen sich vermehrt kleine braune Flecken im Gesicht, am Hals, auf dem Dekolleté oder auf den Händen? Die kleinen Fältchen und ästhetisch störenden aber medizinisch harmlose Pigmentflecken oder Altersflecken entstehen in erster Linie durch UV-Einstrahlung – aber auch Faktoren wie Rauchen, Stress oder der normale Alterungsprozess der Haut können Pigmentflecke verursachen. Sie sind weit verbreitet und können auch aufgrund von Lichteinwirkung in Verbindung mit Lichtsensibilisatoren, die oft in Parfüms oder parfümierten Cremes enthalten sind, entstehen. Zudem können sie im Zusammenspiel mit Hormonen, beispielsweise durch die Pilleneinnahme, entstehen.

Viele Menschen stören sich nicht nur an einem Makel, wenn sie über eine Anti-Aging-Behandlung nachdenken. Häufig wollen sie alles auf einmal: Falten bekämpfen, hängende Hautpartien straffen und das Hautbild ebnen und erfrischen. Für den Münchner Dermatologen Dr. Christoph Liebich und seine Kollegen eine Herausforderung. Denn es soll natürlich schnell gehen und im Idealfall nicht viel kosten. Deshalb freut sich der Hautarzt, dass er seinen Patienten seit November 2020 Behandlungen mit TriBella anbieten kann – eine hochmoderne Multiplattform, die von Venus Concept hergestellt, entwickelt und vertrieben wird. Die Technologie TriBella kombiniert drei hochwirksame Behandlungen zur Hautverjüngung – eine attraktive Option, wenn man in kürzester Zeit effektive Ergebnisse wie jüngere, straffere und festere Haut erzielen möchte.

TriBella ist ein Zusammenspiel aus drei nicht chirurgischen Verfahren, die hintereinander mit kurzen Pausen durchgeführt werden. Im ersten Schritt der TriBella-Behandlung wird das Handstück verwendet, das intensiv gepulste Lichtblitze abgibt (IPL, Intense Pulsed Light). Dieses auch als Photofacial bekannte Treatment zerstört die pigmentreichen Zellstrukturen von Altersflecken sowie die Hämoglobinpigmente von sichtbaren Blutgefäßen und reduziert diese. Step zwei, die multipolare Radiofrequenz, ist die Anti-Aging-Waffe. Durch die Abgabe verschiedener Energiearten können mehrere Gewebsschichten gleichmäßig erwärmt werden. Die unter der Haut erzeugte Hitze stimuliert die Kollagenbildung sowie die Produktion von elastischen Fasern. Dr. Liebich: „Schlaffe Haut wird gestrafft, Konturen werden gefestigt. Auch Falten und Krähenfüße werden abgeschwächt für eine merklich jünger aussehende Haut."

Der letzte Schritt von TriBella ist konzipiert zur Erneuerung der Haut. Fraktionierte Energie dringt tief in die Haut ein und erzeugt Mikroverletzungen, welche die biologischen Selbstheilungskräfte anregen und die Produktion von neuem Kollagen und Elastin anstoßen. Hautstruktur und -textur werden verbessert, die Haut wirkt rundum erneuert.

Eine TriBella-Behandlung dauert inklusive Vor- und Nachbereitung ca. 1,5 Stunden und ist sehr gut verträglich. „Etwaige Rötungen verschwinden schon nach vier Stunden, am nächsten Tag ist man wieder voll gesellschaftsfähig", verspricht Dr. Liebich. Für optimale Ergebnisse empfiehlt er, insgesamt drei TriBella-Behandlungen mit vier- bis fünfwöchigem Abstand durchzuführen. Die Gesamtkosten liegen bei etwa 1000 Euro. Dr. Liebichs Fazit über die neue Behandlungsmöglichkeit in seiner Münchner Praxis: „Der Benefit von TriBella ist die effiziente Hautbildverbesserung in einer einzigen Kombinationstherapie, die eine nur sehr geringe Ausfallzeit verursacht und für alle Hauttypen geeignet ist."

SUSANNE HÖPPNER

UNSER EXPERTE

Dr. Christoph Liebich

Ihr Spezialist für die natürliche Ästhetik

Dr. Christoph Liebich betreibt als Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten seit vielen Jahren seine Praxis Dermazent – Dermatologie im Zentrum. Er weiß, dass eine schöne Haut für die meisten Menschen der Spiegel ihres Wohlbefindens ist. Neben zahlreichen anderen Zusatzqualifikationen verfügt Dr. Liebich zudem über das Diploma in Aesthetic Laser Medicine der Universität Greifswald.

Kontakt: Dermazent Dermatologie im Zentrum, Dr. Liebich & Koll., Hackenstr. 2, 80331 München
Tel.: 089-26 58 63;
Email: info@dermazent.de

MEDIZIN-INNOVATIONEN mit Dr. Mathias Schettle

Effektive Hyaluronsäure

Bei Arthrose – etwa im Knie (li.) – setzt Dr. Schettle Hyaluronsäure ein, die nur einmal gespritzt werden muss Foto (li.): shutterstock

Arthrose lässt sich zwar noch nicht heilen. Aber im Kampf gegen die Volkskrankheit stehen moderne Behandlungsstrategien zur Verfügung, die die Lebensqualität der Patienten enorm verbessern und den Einsatz einer Endoprothese hinauszögern können. „Im Fokus steht dabei die Kombination verschiedener konservativer Therapien. Ein wichtiges Element sind Injektionen mit Hyaluronsäure", erläutert Dr. Mathias Schettle, Orthopäde und Ärztlicher Leiter der ATOS Orthopädie Dr. Schettle.

Hyaluronsäure ist ein nebenwirkungsarmes Präparat, das direkt ins geschädigte Gelenk gespritzt wird. Es bindet Flüssigkeit, verbessert die Gleitfähigkeit und wirkt wie ein Schmiermittel. Dadurch nimmt die erhöhte Reibung der Gelenkflächen ab, Reizungen und Entzündungsprozesse werden abgeschwächt. Grundsätzlich wird Hyaluronsäure bereits seit Jahren etwa bei Arthrose im Knie, in der Schulter, in der Hüfte und zuletzt immer öfter auch im Sprunggelenk verwendet. Inzwischen sind allerdings spezielle Varianten dieses Präparats weiterentwickelt worden. So setzt Dr. Schettle das Präparat *Hyajoint Plus* von *macopharma* ein. „Es hat eine deutlich höhere Viskosität als andere Produkte", berichtet der Orthopäde. „Das bedeutet: Es ist quervernetzt, sehr viel zähflüssiger, erzielt bessere Dämpfungseigenschaften, baut sich langsamer ab bzw. bleibt länger im Gelenk." Im Gegensatz zu den meisten anderen Hyaluronsäureprodukten muss *Hyajoint Plus* nur einmal gespritzt werden. Vorteile: Zum einen muss der Patient gerade jetzt in Corona-Zeiten nur einmal zum Arzt gehen, zum anderen setzt er sich nur einmal dem Restrisiko einer Gelenkinfektion durch die Spritze aus. „Zudem wird das Präparat nicht wie viele andere Hyaluronsäuremittel aus tierischen Materialien wie Hähnenkämmen produziert, sondern biotechnologisch hergestellt. Dadurch ist das Allergiepotenzial noch geringer", so Dr. Schettle. Mehr Infos unter Telefon: 089/68 01 92-55. BEZ

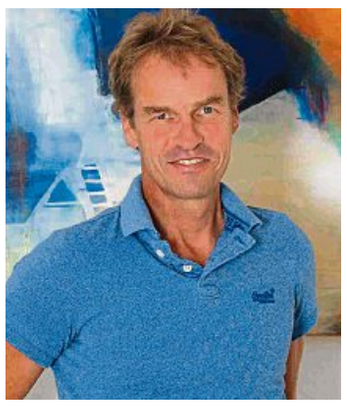
Hüfte und Knie

Schluss mit Schmerzen: Gelenkersatz an der Hüfte hilft vielen Arthrosepatienten F.: PantherMedia, privat

Künstliches Gelenk: Darauf kommt's an

Wenn die Schmerzen in Knie oder Hüfte unerträglich werden, hilft bei fortgeschrittener Arthrose oft nur noch ein künstliches Gelenk. Mehrere Faktoren seien dabei entscheidend für den Behandlungserfolg, erklärt Dr. Matthias Schwamborn, Spezialist für Endoprothetik im Bereich Knie, Hüfte und Schulter. Einer dieser Faktoren sei die individuelle Betreuung: „Operationen sind bei uns kein Fließbandgeschäft. Wir gehen individuell auf die Patientinnen und Patienten ein." Sowohl für die Zeit vor der Operation als auch danach bekämen sie einen genauen Fahrplan, welche Schritte als Nächstes erfolgen, sowie wichtige Tipps, wie sie den Behandlungs- und Heilungsprozess positiv beeinflussen können. Darüber hinaus stünden der Mediziner und sein Team immer als direkte Ansprechpartner zur Verfügung.

Eine gründliche Voruntersuchung und ein ausführliches Vorgespräch seien weitere Erfolgsfaktoren. „Röntgen- oder Kernspinbilder alleine reichen nicht aus, wenn



Erfahrener Operateur: der Münchner Gelenkersatz-Spezialist Dr. Matthias Schwamborn

es um den individuell richtigen Gelenkersatz geht." Neben der körperlichen Untersuchung gelte es beispielsweise zu klären, was Patienten nach der Operation wichtig ist. Wie gestaltet sich der Alltag? Gibt es bestimmte Hobbys, die sie vielleicht wieder ausüben möchten?

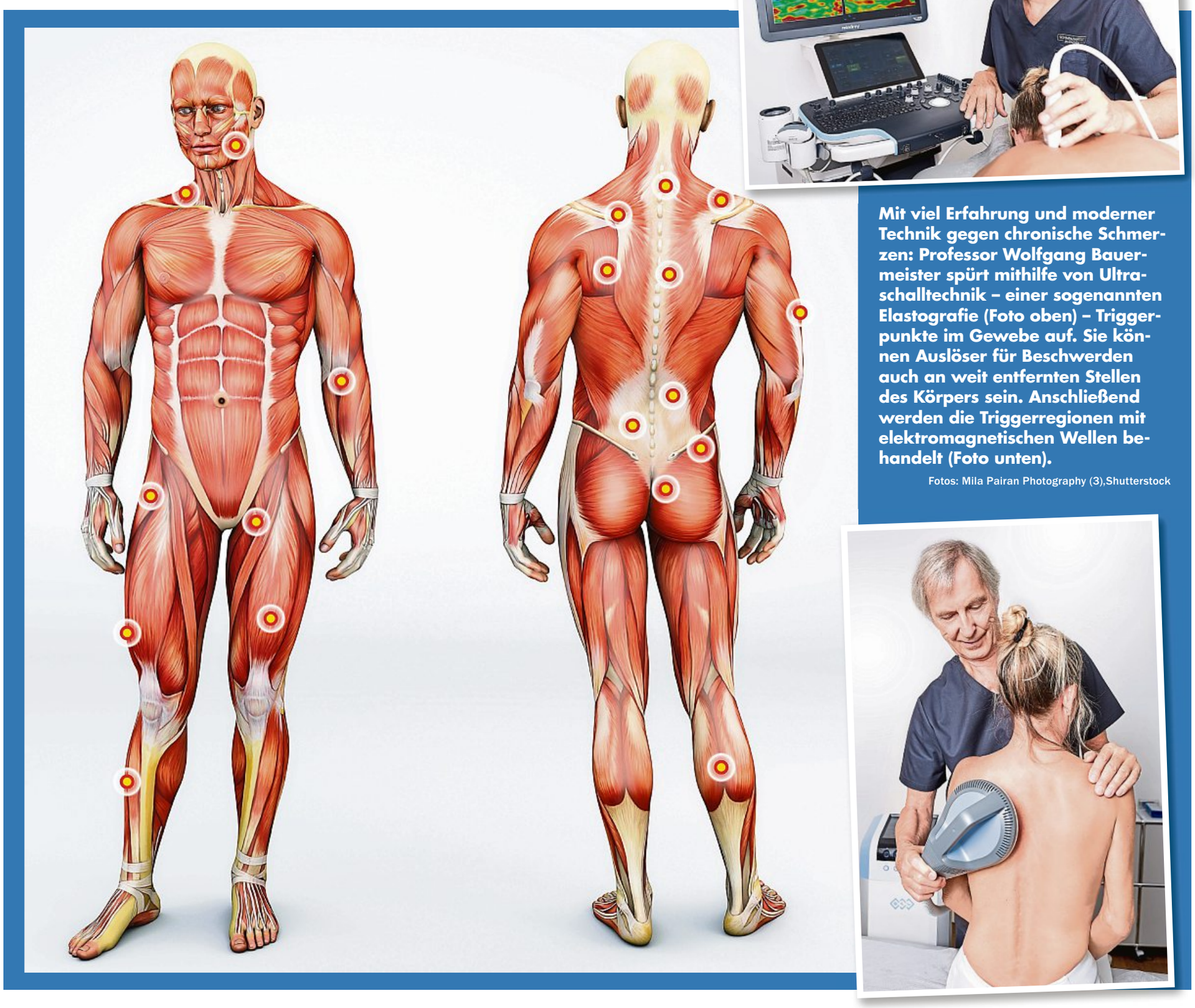
Darüber hinaus sei zu prüfen, ob es Alternativen zu einer Vollprothese gibt. „In manchen Fällen kann auch ein kleinerer arthroskopischer Eingriff Beschwerden lindern und das Gelenk so erhalten werden", sagt Dr. Schwamborn. Für Kniepatienten komme oft auch ein Hemischlitten, ein Teilgelenkersatz innen oder außen, infrage – eines der Spezialgebiete des renommierten Experten mit über 20 Jahren Erfahrung im Bereich Gelenkoperationen. Voraussetzung sei, dass die jeweils andere Seite und die Gelenkfläche unter der Kniescheibe noch weitgehend intakt sind. Vorteil dieser Methode: Viele Strukturen, beispielsweise die Kreuzbänder, und das Gefühl eines natürlichen Gelenks bleiben erhalten. Zudem seien die Patienten „schneller wieder auf den Beinen".

Bei seinen Operationen setzt Dr. Schwamborn auf das Vier-Augen-Prinzip: Das bedeutet, die Eingriffe werden im Beisein eines weiteren Spezialisten vorgenommen – ein Luxus zum Vorteil der Patienten, der Sicherheit und höchste Qualität garantiert. Ist die Operation gut verlaufen, können Patienten mit einer langen „Standzeit", so der Fachbegriff für die Haltbarkeit von Prothesen, rechnen. 15 bis 20 Jahre – bei künstlichen Hüftgelenken sogar länger – seien heute keine Seltenheit mehr.

▶ **Dr. med. Matthias Schwamborn, Orthopädie München Oberland, Sendlinger Straße 14, 80331 München, Tel. 089/23 68 47 70, www.ortho-omo.de, E-Mail: mail@praxis-omo.de.** ARI

STRATEGIEN FÜR PATIENTEN

Triggerpunkte verraten Auslöser chronischer Schmerzen



Mit viel Erfahrung und moderner Technik gegen chronische Schmerzen: Professor Wolfgang Bauermeister spürt mithilfe von Ultraschalltechnik – einer sogenannten Elastografie (Foto oben) – Triggerpunkte im Gewebe auf. Sie können Auslöser für Beschwerden auch an weit entfernten Stellen des Körpers sein. Anschließend werden die Triggerregionen mit elektromagnetischen Wellen behandelt (Foto unten).

Fotos: Mila Pairan Photography (3),Shutterstock

Wenn es um starke chronische Schmerzen geht, erwarten die meisten Menschen ein relativ simples Therapiemuster: Sie wollen dort behandelt werden, wo es wehtut – beispielsweise an einer ganz bestimmten Stelle am Rücken oder am Knie. Aber leider geht diese Rechnung längst nicht immer auf. Deshalb setzt Professor Dr. Wolfgang Bauermeister auf eine andere Strategie: „Wir behandeln unsere Patienten dort, wo der Schmerz herkommt, wo er entsteht“, erklärt der Leiter des Schmerzinstituts München in Trudering im Gespräch mit unserer Zeitung.

Dazu macht sich der Spezialist (siehe Kasten) auf die Suche nach sogenannten Triggerpunkten. So nennt man Schmerzauslöser – früher auch als Nervendruckpunkte bezeichnet, die im Bereich von Muskeln und Faszien (Muskelhüllen) sitzen. „Mitunter auch in tiefen Gewebeschichten versteckt“, weiß Professor Bauermeister. „Das Besondere an den Triggerpunkten ist, dass sie Schmerzen an ganz anderen, oft weit entfernten Stellen im Körper verursachen können.“

Diese Störenfriede zu enttarnen, hat er sich praktisch zur Lebensaufgabe gemacht. Schon seit der Jahrtausendwende nutzt und verfeinert der Schmerzspezialist dazu ein ausgeklügeltes System aus Diagnostik und Therapie. „Ich wurde für meine Methoden anfangs belächelt, aber inzwischen spricht unsere Erfolgsquote von bis zu 98 Prozent Bände. Wir können den Menschen fast immer helfen.“

Viel Know-how hat er sich in den USA erworben, begann 1980 seine Laufbahn in einer renommierten Schmerzklinik in Santa Monica und hatte später eine eigene Praxis in Beverly Hills. „Während meiner Zeit in den USA habe ich viel gelernt über die Zusammenhänge bei der Entstehung von Schmerz“, erzählt Bauermeister. Der Liebe wegen ging er nach Deutschland zurück – mit seinem medizinischen Wissen im Gepäck.

Nun ist er keiner, der von Allheilmitteln redet, dazu kennt er die langen Leidensgeschichten seiner Patienten viel zu genau. Unter Erfolg dürfe man freilich nicht zwangsläufig eine vollständige Heilung verstehen, erläutert Bauermeister, schließlich haben seine Patienten in der Regel bereits seit langer Zeit chronische Schmerzen. „Aber wir schaffen es mit unserem Behandlungskonzept wirklich in den allermeisten Fällen, eine deutliche Linderung zu verschaffen. Wir wollen ihnen Lebensqualität zurückgeben.“

Der erste Schritt aus der Schmerzfalle: eine gründliche Diagnostik. Dazu gehört neben einer eingehenden klinischen, körperlichen Untersuchung eine sogenannte Elastografie. Bei diesem Ultraschall-Verfahren scannt Bauermeister den gesamten Körper. „Der Patient wird praktisch von Kopf bis Fuß gründlich durchleuchtet“, erklärt Bauermeister. Die Daten werden von einem Rechner in farbkodierte Bilder umgewandelt – das bedeutet: Der Mediziner kann genau erkennen, wo sich die harten Triggerpunkte befinden.

Zum Hintergrund: Das Gerät schickt – wie der Name schon erahnen lässt – Ultraschallwellen ins Gewebe. Es misst, wie schnell sich diese Wellen durchs Gewebe bewegen. „Je langsamer sie sind, desto besser, denn dann ist das Gewebe schön weich.“ Sind die Wellen schneller unterwegs, ist die entsprechende Region durch die Triggerpunkte härter. Diese Härte lässt sich beziffern – und zwar in der Maßeinheit Kilopascal. „Damit können wir dem Patienten nach der Untersuchung genau zeigen, wo sein Problem liegt“, so Bauermeister. Dafür muss der Patient allerdings etwas Zeit mitbringen. Die komplette Diagnostik inklusive Elastografie dauert etwa eineinhalb bis zwei Stunden.

Anschließend geht’s darum, die Triggerpunkte auszuschalten. Dazu nutzt er eine neuartige Behandlungsform: die fokussierte elektromagnetische Induktionstherapie. Vereinfacht erklärt handelt es sich um eine Weiterentwicklung der fokussierten elektromagnetischen Stoßwellentherapie, die viele Patienten von der Behandlung beispielsweise eines Fersensporns oder der Kalkschulter kennen. Mit dieser Technik hat auch Professor Bauermeister Anfang des Jahrtausends begonnen, Triggerpunkte zu behandeln. „Doch inzwischen nutzen wir eine stark fokussierte elektromagnetische Welle“, berichtet der Schmerzspezialist.

Der entscheidende Vorteil: Die neue Wellenvariante hat gegenüber der Stoßwelle zusätzliche positive Effekte auf die Triggerpunkte der Faszien und Muskeln sowie die Schmerzleitungsbahnen, aber keinerlei Nebenwirkungen. „Wir können damit sogar Kinder und Säuglinge vollkommen schmerzfrei behandeln“, so Bauermeister. Dagegen muss der Patient bei der konventionellen Stoßwellentherapie mitunter ganz schön auf die Zähne beißen. Die Behandlung mit der fokussierten elektromagnetischen Welle dauert etwa 75 Minuten, tut aber nicht weh.

„Eine Schmerzregion hat mehrere aktive, über den Körper verstreute Triggerpunkte, die in der Elastografie besonders hart erscheinen“, erläutert Bauermeister. „Behandelt man die härteste Region, rücken nach kurzer Zeit Trigger anderer Körperregionen in der Elastografie in den Vordergrund, die behandelt werden müssen. Deshalb ist vor jeder Folgetherapie eine erneute Überprüfung der Faszien und Muskeln auf Triggerpunkte mit der Elastografie erforderlich.“

Flankiert wird diese Schmerztherapie oft von einer Ohrakupunktur zur Stimulation der Endorphine und/oder einer Ganzkörper-Alkalisierung. Der Hintergrund dazu: „Die Region um die Triggerpunkte ist oft stärker übersäuert. Deshalb versuchen wir mit dem Wickel, den pH-Wert anzuheben“, erläutert Bauermeister. Die Behandlung ist angenehm: Nach dem Auftragen eines entsäuernden Gels ruht der Patient entspannt in ein Tuch gewickelt für 50 Minuten. „Währenddessen wird der Körper über Elektroden mit Mikroströmen spezifischer Frequenzen durchströmt. So wird verständlich, dass ein Praxisbesuch mindestens 75 Minuten, aber auch über zwei Stunden dauern kann“, berichtet der Schmerzspezialist.

In aller Regel müssen die Patienten zwischen sechs und zehn Mal ins Schmerzinstitut kommen, um einen ersten nachhaltigen Effekt zu verspüren. Die Häufigkeit der Behandlungen sei abhängig von der Zahl der Schmerzregionen, der Beschwerdedauer und auch dem Alter, so Bauermeister weiter.

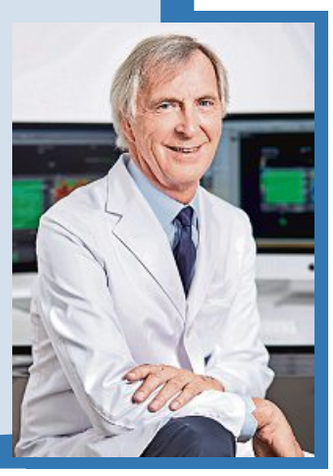
„Private Krankenversicherungen übernehmen in vielen Fällen zumindest einen Teil der Kosten, die gesetzlichen Kassen leider nicht“, weiß der ärztliche Leiter. Dennoch sind etwa 60 Prozent der Patienten Selbstzahler, die sich nicht mit ihren Schmerzen abfinden wollen. Die Anfangsdiagnostik kostet z.B. 500 Euro, die außer der Ganzkörper-Ultraschall-Elastografie eine 3-D Statikanalyse und eine exakte Vermessung der Wirbelsäulen- und Gelenkbeweglichkeit beinhaltet.

Der größte Teil der Patienten kommt wegen Rückenbeschwerden ins Schmerzinstitut, aber grundsätzlich eigne sich die Behandlungsstrategie für Menschen mit chronischen Schmerzen – egal in welcher Körperregion. Professor Bauermeister ist es besonders wichtig, Patienten eine Perspektive zu eröffnen, die schon viele Therapien erfolglos ausprobiert haben. „Die schwierigen Fälle sehen wir als Herausforderung an, die uns nur noch mehr motiviert“, sagt der Schmerzmediziner. Sein ebenso ehrgeiziges wie vielversprechendes Motto: „Wo andere aufhören, fangen wir an und bringen Licht ins Dunkel.“

ANDREAS BEEZ

UNSER EXPERTE

Professor Dr. Wolfgang Bauermeister

Der Arzt für alle Fälle

Prof. Dr. Wolfgang Bauermeister promovierte 1975 und begann seine Laufbahn als Anästhesist in Deutschland. Von 1980 bis 1988 arbeitete er in den USA an Schmerzkliniken und spezialisierte sich in der Physikalischen Rehabilitation und Sportmedizin an der TUFTS University, Boston. Als Hochschullehrer ist er in der Lehre und Forschung an der Medizinischen Universität Charkiv, Ukraine, tätig und hat Kooperationen mit verschiedenen deutschen Universitäten. In seinem Münchner Institut, einem An-Institut der Universität Charkiv, werden Patienten mit chronischen Schmerzen und sportmedizinischen Problemen betreut sowie Studenten und Ärzte mit seinen innovativen Methoden vertraut gemacht.