

Presseinformation

Vorbeugen besser als Heilen

Mobilität und Gesundheit durch Vorsorge erhalten

Essen, Mai 2011. Angenommen, alle Zeit der Welt steht bereit, um überall hinzugehen und zu tun, wonach einem der Sinn steht. Viele ältere Menschen haben zwar Zeit, empfinden aber schon bei dem Gedanken an Bewegung Schmerzen. Trotz sportlicher Aktivität und Übungen gegen Schmerzen in Rücken, Gelenken und Muskeln münden nicht erkannte Haltungsschäden aus der Jugend in späteren Jahren in Erkrankungen. Wer orthopädische Medizin nicht nur als Reparaturbetrieb vorhandener Krankheiten nutzt, sondern zuvor bereits vorbeugende Maßnahmen wahrnimmt, bleibt länger fit und mobil. Fachärzte vom orthonet-NRW, einem Zusammenschluss niedergelassener Orthopäden in Nordrhein-Westfalen, weisen auf die Möglichkeit einer umfassenden Vorsorgeuntersuchung hin, die Patienten über Entstehung und Entwicklung von Krankheitsbildern in der Orthopädie aufklärt.

Mit einem sogenannten Ortho-Check erkennen Menschen jeden Alters frühzeitig eigene Voraussetzungen zur Stärkung von Muskeln und Gelenken. Darauf aufbauende ärztliche Anleitung verhindert körperliche Fehlentwicklungen oder gleicht sie weitestgehend aus. „Für einen Angestellten im Büro können sich bestimmte Bewegungsabläufe in einer Vorsorgeuntersuchung als schädlich für Rücken- und Halsmuskulatur herausstellen“, erläutert Dr. Nazemi, praktizierender Orthopäde und Vorstandsmitglied des orthonet-NRW. „Sportler erkennen in Kraft- und Ausdauer tests sowie richtiger Lauf- und Ganganalyse, wo Schwachpunkte liegen.“ Fachärzte erfassen in einer Vorsorgeuntersuchung mögliche muskuläre Dysbalancen, einseitige Gelenkabnutzungen, Fehlstellungen oder falsche Körperhaltungen wie hängende Schultern. So lassen sich orthopädische Erkrankungen vorbeugen und spätere Beschwerden verhindern.

Pressekontakt

komm | public!

Romy Robst

Große Düwelstraße 28

30171 Hannover

robst@komm-public.de

fon: 0511-89 88 10 - 11

fax: 0511-89 88 10 - 10

Direktkontakt

orthonet-NRW eG

Kaiser-Wilhelm-Ring 50

50672 Köln

info@orthonet-nrw.de

fon: 0221-13 98 36-59

fax: 0221-13 98 36-65

„Ein solcher Ortho-Check setzt sich aus drei wesentlichen Schritten zusammen: Vorgeschichte des Patienten, Untersuchungen durch den Orthopäden und Beratungsgespräch“, erklärt Dr. Ramin Nazemi. „Mithilfe daraus gewonnener Informationen schaffen wir gemeinsam mit Patienten einen Grundstein für einen gesunden Stütz- und Bewegungsapparat.“ Im ersten Schritt erstellen Experten einen detaillierten Fragebogen, welcher Auskunft über persönliche Krankheitsgeschichten, eventuelle familiäre Krankheitsfälle, Tabak- und Alkoholkonsum sowie Ernährungsweise gibt. Sportlich aktive Patienten geben hier auch bestehende Sportverletzungen, Zerrungen oder Prellungen an. Eingehende Untersuchungen von Muskulatur, Wirbelsäule und Gelenken durch einen Orthopäden im zweiten Schritt dienen einer Feststellung von einwandfreier Funktionalität und körperlicher Leistungsfähigkeit. Im dritten Schritt des Ortho-Check weisen Experten Patienten auch auf Gefahren von Übergewicht, Auswirkungen mangelnder Bewegung oder einseitiger Belastungen beim Sport hin. Ziel: Fehlstellungen und Belastungen so früh wie möglich erkennen und verhindern. Bei Erwachsenen erfolgt eine Vorsorgeuntersuchung idealerweise alle fünf Jahre, bei Sportlern empfiehlt sich sogar ein regelmäßiger, zweijähriger Ortho-Check. Denn für Orthopäden bleibt ein gesunder Patient der beste Patient.

Weitere Informationen unter www.orthonet-nrw.de