

Orthopädie

Arthrose und Rückenschmerzen



Arthrose der Hüft- und Kniegelenke

Bei einer Arthrose baut sich die schützende Knorpelschicht zwischen den Gelenken ab.

Typische Anzeichen sind Schmerzen bei Belastung, steife Gelenke am Morgen und eine eingeschränkte Beweglichkeit. Die Beschwerden treten zunächst bei Belastung und später auch in Ruhe auf.

RISIKOFAKTOREN

- Höheres Alter
- Bewegungsmangel
- Dauerhafte Über- oder Fehlbelastung
- Übergewicht



Bei bestehenden Beschwerden an Hüfte oder Knie bieten wir besondere Versorgungsangebote an.

Wir beraten Sie gerne: 0511 911 10 960



Rückenschmerzen

Rückenschmerzen zählen zu den häufigsten Volkskrankheiten und können bereits nach wenigen Tagen den Alltag einschränken. Häufig sind Bewegungsmangel, Verspannungen, schlechte Haltung oder Stress die Ursachen.

> 80 %

der Erwachsenen in Deutschland leiden mindestens einmal jährlich unter Rückenbeschwerden

1 von 10

hat bereits chronische Rückenbeschwerden

Entscheidend ist es deshalb, rechtzeitig gegenzusteuern und die geeignete Unterstützung für Ihre persönliche Situation zu wählen.

VORBEUGEN MIT PRÄVENTIONSKURSEN

Wenn Sie Schmerzen vorbeugen und Ihren Rücken stärken möchten, bieten wir Ihnen zertifizierte Präventionskurse an, unter anderem mit:

- Kräftigungs- und Mobilisationsübungen
- Haltungsschulung
- Strategien für den Alltag



Bei bereits chronischen Rückenschmerzen bieten wir weitere besondere Versorgungsangebote an.

Wir beraten Sie gerne: 0511 911 10 960