



NEUE SPEZIELLE
BEWEGUNGS- UND
STOFFWECHSELTHERAPIE
FÜR MENSCHEN MIT
GELENKVERSCHLEISS –
ERFOLGREICH
AUCH ZUR **PRÄVENTION**

EINE VON ZAHLREICHEN ERFOLGS-GESCHICHTEN

„Ich habe eine fortgeschrittene Arthrose im linken Hüftgelenk. Durch die immer stärker werdenden Schmerzen in der Hüfte und später auch im Rücken konnte ich kaum noch einem normalen Alltag nachgehen. Bewegung fiel mir immer schwerer. Medikamente konnten die Beschwerden nur für kurze Zeit lindern und zeigten zudem Nebenwirkungen. Hinzu kam, dass ich 6 kg an Gewicht zulegte. Ich hatte kaum noch Lebensqualität und entschloss mich für eine künstliche Hüfte. Mein Arzt riet mir allerdings, zunächst alle konservativen Möglichkeiten auszuschöpfen und ein gezieltes Bewegungsprogramm zu nutzen. Offen gesagt war ich sehr skeptisch, denn welchem Sport sollte ich mit meinen Problemen schon nachgehen? Durch Zufall erfuhr ich vom Arthroseprojekt bei MedPrevio und meldete mich an. Große Hoffnungen hatte ich allerdings nicht.“

Diese Meinung muss ich heute voll und ganz revidieren. Nach nur 6 Wochen Training war mein Rücken komplett schmerzfrei. Die Schmerzen in der Hüfte haben sich so stark gebessert, dass ich damit gut leben kann. Ich habe neuen Lebensmut und neue Kraft gewonnen und ich muss sagen, das Training macht mir als Sportmuffel sogar so viel Spaß, dass ich regelmäßig ein- bis zweimal pro Woche hingehe. Und ganz nebenbei habe ich 7 kg abgenommen.“

Renate S., 68 Jahre, Rentnerin



... für mehr Lebensfreude!

 **MedPrevio**
Wir machen gesund!

MedPrevio
Bandscheibenzentrum
Am Vögenteich 25 | 18055 Rostock
Telefon 03 81 - 371 277 10

MedPrevio
Reha- & Präventionszentrum
Am Strande 3 | 18055 Rostock
Telefon 03 81 - 12 88 900

www.medprevio.de

ARTHROSE ade

KNIE
RÜCKEN
SCHULTERN
HÜFTE

Endlich
wieder
schmerzfreier
bewegen



**1.10.–
31.10.2018**
Arthrose
**AKTIONS-
WOCHE**

Sie leiden unter Arthrose oder Gelenkschmerzen oder haben ggf. schon ein Kunstgelenk?

Dann freuen wir uns über Ihr Interesse an unseren Arthrose-Aktionswochen! In unseren beiden Therapiezentren in Rostock möchten wir Sie aufklären über neue Möglichkeiten der Arthrose-Therapie und Sie auf Ihrem Weg zu weniger Schmerz und mehr Beweglichkeit und Vitalität im Alltag begleiten!



NEUARTIGES BEWEGUNGS- UND STOFFWECHSELKONZEPT GEGEN GELENKSCHMERZ UND ARTHROSE!

Den Gelenkschmerz-Teufelskreis besiegen – so kann es gelingen!

Viele Menschen leiden unter Gelenksbeschwerden und Arthrose. Dabei ist die Ursache hierfür sehr häufig eine krankhafte Veränderung des Stoffwechsels mit einer Entzündung und Übersäuerung der Gelenke. Durch die Schmerzen kommt es zur Einschränkung der Beweglichkeit und die Abnutzung des wichtigen Gelenkknorpels ist die Folge.

Stoffwechselanalyse – für ihren persönlichen Fahrplan!

Was viele nicht wissen: mit einem kranken Stoffwechsel können die Gelenke nicht heilen! Daher ist es wichtig die wesentlichen Risikofaktoren wie z.B. eine verminderte Muskelmasse oder eine Übersäuerung genau zu erfassen. Das Ergebnis dieser Analyse verwenden wir für die Erstellung Ihres persönlichen Therapieplans.



Stoffwechselanalyse mit dem SECA-System

IN 12 WOCHEN SCHMERZFREIER BEWEGEN

Das 12-Wochen-Programm gegen Arthrose mit ärztlicher und therapeutischer Begleitung – Schritt für Schritt mehr Beweglichkeit und Lebensfreude!

Im ersten Schritt müssen die Defizite des Stoffwechsels gezielt ausgeglichen und optimiert werden. Dies gelingt im Rahmen unseres ärztlich begleiteten Stoffwechsel- und Ernährungsprogramms, parallel dazu begleiten wir Sie mit einem physiotherapeutischen Bewegungsprogramm. Bereits nach 8-12 Wochen werden Ihre Schmerzen nachlassen, die Beweglichkeit und Vitalität im Alltag kehren zurück.

Kostenfreie physiotherapeutische Beratung und Unterstützung durch Ihre Krankenkasse

Wer unter Arthrose und Gelenkschmerzen leidet, kann in unseren Therapiezentren in Rostock einen kostenfreien Beratungstermin durch unsere Physiotherapeuten erhalten. Ebenfalls informieren wir Sie über die vielfältigen Möglichkeiten zur Unterstützung durch Ihre Krankenkasse.

KOSTENFREIE
physio- und
sporttherapeutische
Arthrose-
Sprechstunde

Aus meiner eigenen Erfahrung weiß ich, dass jeder Mensch gezielt seine Schmerzen und Beschwerden verringern und somit die Lebensfreude wieder steigern kann. Dabei unterstützen wir Sie gern mit unserem therapeutischen Team und ärztlicher Begleitung!

*Birger Keuchel,
Physio- und Sporttherapeut*



www.medprevio.de

**MedPrevio
Bandscheibenzentrum**
Am Vögenteich 25 | 18055 Rostock
Telefon 03 81 - 371 277 10

**MedPrevio
Reha- & Präventionszentrum**
Am Strande 3 | 18055 Rostock
Telefon 03 81 - 12 88 900