



Sport ist der beste Jungbrunnen

Sport ist der beste Jungbrunnen

"Sport ist Mord" - dieser berühmte Ausspruch wird ehemaligen britischen Premierminister Winston Churchill zugeschrieben. Dabei ist diese Einstellung mitnichten wahr wie unzählige Studien immer wieder zeigen. Im Gegenteil Sport ist eine "Verjüngungskur" ohnegleichen und verlängert das Leben. Churchills Anti-Sport-Einstellung brachte ihm Bluthochdruck, einen Herzinfarkt und zwei Schlaganfälle ein. Dennoch wurde der Politiker 91 Jahre alt. Doch nicht jedem ist solch ein "Glück" beschieden. Doch nicht nur hinsichtlich Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist sportliche Bewegung von großer Wichtigkeit. Sport beugt auch Gelenk- und Muskelbeschwerden vor. Doch es gibt auch eine Kehrseite. Denn sportliche Betätigung kann auch zu Verletzungen oder erhöhten Gelenkverschleiß führen. Dies ist allerdings kein Argument gegen den Sport, sondern die Folge von falschen Bewegungsabläufen oder mangelhaftem Aufwärmprogramm oder anderen Nachlässigkeiten.

"Manche Sportarten gehen naturgemäß mit einer erhöhten Belastung der Gelenke einher. Profisportler bekommen diese Belastung dann in Form von Verletzungen oder Fehlstellungen schnell zu spüren", erklärt der Orthopäde Bartholomäus Gabrys aus Berlin-Kreuzberg. Herr Gabrys kennt sich mit orthopädischen Sportlererkrankungen bestens aus. Denn er ist der betreuende Arzt der Berlin Adler aus der German Football League, der Bundesliga des American Footballs.

Vermeiden von Schäden

Die beste Behandlung ist die, die nicht notwendig wird. Dies gilt natürlich auch für Beschwerden am Stütz- und Bewegungsapparat. Ganz gleich, ob Profi- oder nur Freizeitsportler: Prävention sollte immer im Fokus stehen. Dazu ist eine genaue Analyse der Bewegungsabläufe unabdingbar. Nach dieser Analyse können dann Orthopäden wie Herr Gabrys Optimierungsmöglichkeiten und Vorsorgemaßnahmen aufzeigen. Diese Vorgehensweise ermöglicht die Vermeidung von Schäden und Beschwerden, so dass der geliebte Sport ohne negative Folgen ausgeübt werden kann. Selbstverständlich sind Orthopäden mit dem Behandlungsschwerpunkt Sportmedizin auch dann kompetente Ansprechpartner, wenn bereits Beschwerden vorkommen. Denn dann können die Ursachen aufgefunden und die Verschlimmerung oder das Wiederauftreten der Beschwerden vermieden werden.

Pressekontakt

orthomed.berlin

Herr Bartholomäus Gabrys
Yorckstr. 84a
10965 Berlin

orthomed.berlin
info@orthomed.berlin

Firmenkontakt

orthomed.berlin

Herr Bartholomäus Gabrys
Yorckstr. 84a
10965 Berlin

orthomed.berlin
info@orthomed.berlin

Dem komplexen "Wunderwerk" des menschlichen Stütz- und Bewegungsapparates werden tagtäglich schwere Belastungen zugemutet. Eine gute orthopädische Betreuung beschränkt sich daher nicht auf die Soforthilfe. Natürlich gilt es zunächst, Schmerzen wirksam und schnell zu bekämpfen und wieder die volle Funktionsfähigkeit zu erreichen. Doch dabei lassen wir es nicht bewenden - sonst stehen Sie nach einem oder zwei Jahren erneut mit den gleichen, womöglich noch einmal verschärften Beschwerden wieder in unserer Praxis. Wir verstehen uns vielmehr als Ihr Begleiter auf dem Weg in ein dauerhaft gesünderes - und damit schmerzarmes - Leben. Das beginnt bei der eingehenden Beratung, in der wir gemeinsam mit Ihnen individuelle Lösungspotenziale für Ihr orthopädisches Problem ausloten.

Leistungsspektrum:

Orthopädie
Orthopädische Chirurgie/Operationen
Säuglingshüftsonografie (U3)/Kinderorthopädie
Hausbesuche
Manuelle Medizin/Chirotherapie
Akupunktur
Medizinisch-ästhetische Faltenbehandlung
Schmerztherapie
Arthrosebehandlung
Sportmedizin
Stoßwellentherapie
Diagnostikleistungen
Medizinische Fachgutachten
Raucherentwöhnung
Gewichtsreduzierung / Gewichtsabnahme
Ernährungsberatung
Knochendichtemessung/Screening