Übergewicht - auch ein orthopädisches Problem

Übergewicht - auch ein orthopädisches Problem

Der Berliner Michael Klotzbier, einst 160 Kilo schwer, hat ein großes Ziel und dieses Ziel heißt Teilnahme am Berlin Marathon 2016. Die Medien begleiten die Geschichte des Mannes, der dieses Jahr 60 Kilo abspecken will, um dann mit dem Training für den Marathon beginnen zu können. Mit vielerlei Maßnahmen wie Nordic Walking, Fahrradfahren, Schwimmen, Aqua Fitness, Cross-Trainer und Elektrostimulationstraining hat Klotzbier dabei bereits einiges erreicht, denn er hat innerhalb von acht Monaten mehr als 40 Kilogramm verloren.

Bei seinem "Abnehm-Marathon" wird der 35-Jährige auch ärztlich begleitet. Die Untersuchungen zeigen, dass seine Gelenke angesichts seines Übergewichts erstaunlich gut in Schuss sind. Dabei kommt Klotzbier seine sportliche Vergangenheit zu gute. Denn der künftige Marathonläufer war in jungen Jahren Fußballer und entsprechend trainiert. Doch ganz ohne Schäden ist das hohe Übergewicht nicht an ihm vorübergegangen. Denn es wurde eine Arthrose in seinem linken Knie diagnostiziert.

"Übergewicht hat viele negative Auswirkungen. Dass darunter aber auch die Gelenke leiden, wird oftmals vergessen", betont der in Berlin-Friedrichshain ansässige Orthopäde Bartholomäus Gabrys. Der Stütz- und Bewegungsapparat des Körpers ist lediglich auf Normalgewicht ausgelegt.

Umso wichtiger ist es, Übergewicht zu reduzieren. Dafür stehen neben Sport natürlich viele weitere Möglichkeiten zur Verfügung. Im Falle von Klotzbier gelang das Abnehmen durch die Kombination aus Sport, Bewegung im Alltag (mit dem Fahrrad zur Arbeit) und Ernährungsumstellung. Kenntnisse über allgemeingültige Regeln guter Ernährung festigen die Gesundheit, bauen Übergewicht ab und beugen Erkrankungen wie beispielsweise Osteoporose und Arthrose vor.

Wichtig ist dabei ein individuelles Programm wie es auch der Orthopäde Bartholomäus Gabrys in Rahmen einer Ernährungsberatung anbietet. Denn jeder ist in einer anderen körperlichen Verfassung und hat andere Lebensumstände.

Als besonders hilfreich für die dauerhafte, nachhaltige Gewichtsreduzierung hat sich die Implantat-Akupunktur erwiesen. Die schmerzfreie Methode arbeitet mit winzigen Nadeln, die im Ohr verbleiben. Praktisch ab Implantationszeitpunkt beeinflussen sie über sogenannte "Suchtpunkte" im Ohr den Stoffwechsel im Gehirn und Körper - mit der Folge, dass Heißhunger-Attacken und Hungergefühle insgesamt deutlich abgeschwächt werden. Auch eine solche Implantat-Akupunktur gehört zum Leistungsspektrum des Orthopäden Bartholomäus Gabrys.

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