

# Ein Monat rund ums Thema Rückengesundheit

## STOLLE gibt nützliche Tipps

Schwerin • Ein „verspannter Nacken“, ein Ziehen zwischen den Schulterblättern, bei jeder Bewegung Schmerzen im Beckenbereich – Rückenbeschwerden, egal in welcher Form, hat wohl jeder schon einmal gehabt. Statistiken belegen, dass mindestens jeder dritte Erwachsene, der einem auf der Straße begegnet, gerade eine Phase mit Rückenschmerzen erlebt. Umso wichtiger ist es, dem knöchernen Achsenskelett besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Deshalb widmet sich das Sanitätshaus STOLLE den gesamten März über mit Angeboten und Veranstaltungen dem Thema Rückengesundheit.

Mit Rückenschmerzen werden der ganz normale Alltag, Dinge wie Haus- und Büroarbeit, Radfahren, Tanzen, selbst Liegen, schnell zur Qual – unabhängig von Alter, Bevölkerungsschicht oder Berufsgruppe. Häufig lassen sich Rückenschmerzen auf zu wenig Bewegung, negativen Stress, falsche Ernährung oder nicht ergonomische Alltagsgegenstände zurückführen. So oder so – Rückenschmerzen sind nach wie vor Deutschlands Volkskrankheit Nummer Eins. Und oftmals wissen Betroffene nicht, sich zu helfen, nehmen beim Sport oder alltäglichen Bewegungen eine Schonhaltung ein, die die Beschwerden nur verstärkt, oder greifen auf Schmerzmittel und Spritzen mit Kortison zurück.

Eine praktische Soforthilfe und bessere Alternative stellen deshalb verschiedene Rückenbandagen dar, wie sie das Sanitätshaus STOLLE seit Jahren anbietet. Bei Schmerzen in der Lendenwirbelsäule oder mittelstarker Muskelschwäche, zum Beispiel, richtet die Stabilorthese *LumboLoc* von Bauerfeind die Lendenwirbelsäule auf und entlastet die Bandscheiben. So kann der Betroffene wieder eine anatomisch korrekte und damit schmerzfreie Haltung einnehmen.

Mit der Aktivbandage *LumboTrain* wird der Lendenwirbelbereich bei jeder Bewegung zugleich massiert. Durch die angeregte Durchblutung werden Verspannungen gelockert und die Schmerzen lassen nach. Im Alltag oder beim Sport werden Schonhaltungen so gar nicht erst eingenommen.

Zur Stabilisierung und Entlastung des unteren Rückens im Bereich der Kreuz-Darmbein-Gelenke wurde die Beckenorthese *SacroLoc* entwickelt. Hier wird über ein zweiseitiges Massagepolster die Durchblutung angeregt und damit der Heilungsprozess gefördert.

### Vermessung der Wirbelsäule beim Testtag für Rückenbandagen

Voraussetzung dafür, dass die Produkte optimal wirken können, ist der perfekte Sitz am Körper. Darum kümmern sich die qualifizier-



Die Rückenbandagen von Bauerfeind liefern schnelle Hilfe bei Rückenbeschwerden Foto: Bauerfeind AG



ten Mitarbeiter in den Schweriner STOLLE-Filialen. Mit Hilfe der sogenannten *SpinalMouse IDIAG* wird zum

Beispiel die Wirbelsäulenstatik einfach und schnell gemessen. Das handliche Gerät wird dafür über den Rücken geführt (Foto rund), tastet die Wirbelsäule ab und erkennt knöcherne Strukturen und Wirbelfehlstellungen. Nach nur zwei Minuten steht das Ergebnis zur Auswertung in digitaler Form zur Verfügung. Am 13. März sind Betroffene und alle anderen herzlich eingeladen, diesen Service



Ein gesunder Rücken ist wichtig für das eigene Wohlbefinden, denn Erkrankungen der Wirbelsäule können sich auf den gesamten Körper auswirken und einen lange aus der Bahn werfen. Zur optimalen Behandlung und Vorbeugung von Rückenbeschwerden wurden deshalb verschiedenste Hilfsmittel sowie Therapie- und Trainingsformen entwickelt. Ich freue mich darauf, ihnen am 27. März mehr zu diesem Thema zu erzählen.

**Ekkehard Leipe, Chefarzt am MediClin Krankenhaus Crivitz**

im STOLLE-Dienstleistungszentrum am Pappelgrund von 10 bis 17 Uhr kostenfrei zu nutzen. Von 12 bis 14 Uhr wird Dr. Carsten Behrendt, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie im Medisanum, für sämtliche Fragen rund ums Thema Rückengesundheit Rede und Antwort stehen.

Im Anschluss an die Messung besteht dann die Möglichkeit, die verschiedenen Bandagen zu testen und sich so von der Wirkungsweise zu überzeugen. Bei der Auswahl und individuellen Anpassung von Bandage und Orthese sind die fachkundigen Orthopädietechniker gerne behilflich.

Darüber hinaus ist dieser Testtag eine schöne Gelegenheit, um einmal einen Blick hinter die Kulissen des Sanitätshauses zu werfen und die Werkstätten zu besichtigen.

### Patientenvortrag zum Thema Rückengesundheit

Natürlich gibt es auch weitere Maßnahmen, um Rückenschmerzen rechtzeitig vorzubeugen und Fehlbelastungen zu erkennen. Bei STOLLE ist dies zum Beispiel im Zentrum für Bewegungsanalyse möglich. Mit Hilfe von speziellen HD-Kameras wird geschaut, inwiefern die Bewegungen des Patienten von der Norm abweichen und wo Fehlbelastungen zustande kommen. Entlastung für Füße, Gelenke und den Rücken bieten dann unter anderem Schuheinlagen, die ebenfalls in großer Auswahl bei STOLLE erhältlich sind. Ausführliche Informationen zu Erkrankungen des Rückens sowie Therapie- und Behandlungsmöglichkeiten erhalten Interessierte außerdem am 27. März von 16 bis 18 Uhr im Intercity Hotel Schwerin im Patientenvortrag von Ekkehard Leipe, Chefarzt am MediClin Krankenhaus Crivitz. Bei sämtlichen Fragen stehen er und die Mitarbeiter des STOLLE-Sanitätshauses gerne mit Rat und Tat zur Seite. Die Veranstaltung ist für die Teilnehmenden kostenlos. Für Getränke und einen kleinen Imbiss ist gesorgt. Um Voranmeldung unter (0385) 590 96-60 oder event-sn@stolle-ot.de wird gebeten. ml

# STOLLE

Dienstleistungszentrum  
Pappelgrund 9  
19055 Schwerin

Telefon:  
(0385) 590 96-0

Mail:  
info@stolle-ot.de

Internet:  
www.stolle-ot.de

**STOLLE in Schwerin**  
• Filiale im Medisanum Nordstadt  
Wismarsche Str. 380  
19055 Schwerin  
Telefon: 590 96 62

• Filiale im Ärztehaus Gusanum  
Wismarsche Straße  
132 - 134  
Telefon: 56 27 44

• Filiale in Lankow  
Julius-Polentz-Str. 24  
Telefon: 486 60 59

• Filiale Im Ärztehaus am Fernsehurm Dreesch  
Hamburger Allee 130  
Telefon: 201 51 92

• Filiale im Ärztehaus Weststadt  
Johannes-Brahms-Straße 59  
Telefon: 745 16 15

### Venenfunktionstest im März:

Vom 18. bis 22. März gibt es in der STOLLE-Filiale in Lankow exklusiv die Möglichkeit, zu den bekannten Öffnungszeiten einen kostenlosen Venenfunktionstest durchführen zu lassen. Er gibt Hinweise darüber, ob möglicherweise eine Einschränkung der Venenfunktion vorliegt.



Folgen Sie uns!  
www.facebook.com

