

SPORTORTHOPÄDIE VON SANITÄTSHAUS HOFMANN EMPFIEHLT:

MIT **AKTIVBANDAGEN** IN BEWEGUNG BLEIBEN



Das menschliche Kniegelenk ist einzigartig: einerseits hoch beweglich und andererseits so stabil, dass wir problemlos über einen steinigen Weg laufen können. Eine ausgeklügelte Konstruktion von Seitenbändern, Kreuzbändern und Menisken stützt diese Schaltstelle unserer Beinbewegung und macht sportliche Aktivität erst möglich. Doch gerade bei Sportlern ist diese ausgeklügelte Konstruktion störanfällig. Kniebeschwerden oder Schmerzen sind vorprogrammiert. Dabei stehen die Betroffenen vor einem Dilemma: Denn bei Kniebeschwerden ist Bewegung oft die beste Medizin. Gleichzeitig belastet Bewegung das Gelenk. Was also tun? Das Team Sportorthopädie von Sanitätshaus Hofmann rät in diesem Fall dazu, eine Aktivbandage zu tragen. Sie besteht aus atmungsaktivem, hauffreundlichem Gestrick, das im Bereich der Kniekehle und im Randbereich elastischer ist und so nicht einschnürt. Eine Pelotte und seitliche Spiralstäbe sorgen für Stabilität, während sich die Bandage gleichzeitig jeder Bewegung anpasst. Außerdem werden durch die Materialkombination die für ein sensomotorisches Training nötigen Rezeptoren stimuliert. Das heißt: Die Bandage verbessert die eigene Körperwahrnehmung, beschleunigt die regenerativen Fähigkeiten, lindert Schmerzen und reduziert das erneute Verletzungsrisiko.

„Je nach Indikation, Symptomatik und vor allem je nach Sportart muss natürlich die passende Kniebandage gewählt werden“, erläutert Katharina Schlutt, Leiterin der Sportorthopädie. „Wenn es nur eine leichte Instabilität gibt, ist eine andere Bandage gefragt, als wenn die Kniescheibe ständig nach außen gewandert. Ebenso braucht ein Basketballer eine andere Aktivbandage als ein Langstreckenläufer.“ Ein Fall für die Spezialisten mithin. Betroffene Sportler können sich deshalb ausführlich beim Team Sportorthopädie beraten lassen. (Text: dm, Foto: Bauerfeind AG, Zeulenroda)

Sanitätshaus Hofmann GmbH
 Bischofstraße 1, 19055 Schwerin
 Telefon: 0385 - 59 23 811



KKH-Lauf 2017

Mitlaufen, Spaß haben und Gutes tun!

Samstag, 10. Juni, 11 Uhr
 Schwerin, Bertha-Klingberg-Platz

Jetzt anmelden und mitlaufen:
www.kkh.de/lauf



E&POST
 Ein Service der Deutschen Post

artiva
 customized Sportswear

ERDINGER
 ALKOHOLFREI

DGSP

Alle Startgelder gehen als Spende an
 BILD hilft e. V. „Ein Herz für Kinder“



KKH

Kaufmännische
 Krankenkasse