

## A sport veszélyes üzem!

A sportolás, a mozgás magában hordozza az esetleges sérülések, balesetek lehetőségét. Van aki sportolás közben már megsérült, van aki már gyógyulóban van és van akinek csak ezután lesz valamilyen balesete. Akkor miért sportolunk? Azért, mert a mozgás maga az élet, azért mert karbantartja egészségünket, no meg azért mert élvezetes szórakozás. A sportsérülések megelőzése, az ízületi bántalmak műtéti és hagyományos kezelése az utóbbi évtizedekben alaposan átalakult. Az orvosok megtanulták, hogy a tökéletes rögzítés, mint például a végtag begipszelése elsősorban a csonttörések gyógyulását szolgálja, ezzel szemben az ízületi porc a gipsz alatt inkább szenved, mint gyógyul. Az ízületi elváltozások, szalag szakadások, húzóadások esetében érdemesebb olyan ortopéd segédeszközöket alkalmazni, amely a beteg ízületnek csak azt a mozgását korlátozza, amelyik károsodott, azokat az erőket semlegesíti a szalagok védelmében, amelyek a megnyúlásuk irányában hatnának. Például a bokasérülések ellátására akár a társadalombiztosítás támogatásával is adható olyan segédeszköz, amely az enyhébb bokaszalag sérüléseket meggyógyítja. Persze tudjuk azt is, hogy a szalagsérülések után a rásérülés veszélye igen nagy, és ezekben az eszközökben sportolni nem lehet. Végre Magyarországon is megjelentek azok a sportolást segítő segédeszközök, amelyek a sérült ízületet védik, a rásérülés veszélyét csökkentik. A **Dr Orto** Egészségszalamban bárki választhat magának a kedvenc sportjához is illő segédeszközt, amely megvédi egészségét, hiszen másfajta segédeszköz szükséges például a teniszhez vagy a röplabdához és más a kontaktsportokhoz! A műtétek utáni ellátás is alaposan átalakult! Míg korábban mondjuk egy térdízületi szalagpótlás után a végtagot begipszelték, óvták a mozgástól, addig manapság már a műtét másnapjától kezdve megindul a gyógytorna, az ízület mozgatása. A műtét után azonnal elkezdhető rehabilitációt a finomabb, átgondoltabb műtéti eljárások kifejlesztése, illetve a térdre felhelyezhető műtét utáni rögzítők kialakítása tette lehetővé. Ezek az eszközök nem csak a gyorsabb gyógyulást szolgálják, de a beteg komfortérzete is javul általuk. Egy jó térdögztővel a műtét után a sportból való kiesés ideje alaposan lerövidíthető. Persze ne gondolja senki azt, hogy a gyógyászati segédeszközök oly módon védenek mint egy bukósisak! Az óvatosság a használatuk mellett is kötelező. A márkás segédeszközök fejlesztői egyre jobb és jobb minőségű termékekkel állnak elő. A **Dr Orto** Egészségszalamban természetesen megtalálhatja a legkorszerűbb, legújabb fejlesztésű eszközöket. A korral előrehaladva mindannyiunk ízülete kissé megkopik, itt-ott fájdalmassá válik a mégoly élvezetes mozgás, a sportolás, egyre gyakrabban gyulladnak be ízületeink, inaink. Az a baj, ha ilyenkor a mozgást abbahagyjuk, akkor az ízületi problémák megsokszorozódnak, ráadásul a mozgáshiány miatt gyakran a testsúly is gyarapodásnak indul. A fájdalmak a speciálisan kialakított segédeszközök segítségével kikapcsolhatók, a kopásos eltérések lelassíthatók. Például a gerinc fájdalmas mikro mozgásait kikapcsoló fűzővel, akár csúcsteljesítményekre is képesek

MEDI Sport





### Dr. Orto

EGÉSZSÉGSZALON

#### Mindig lendületben!

Sportsérülések megelőzése, gyógyítása

- Aktív bandázsok, ízületi rögzítők TB támogatással is Bauerfeind, PUSH, REHBAND, stb.
- Izomingerlők (TENS), masszírozók, vérnyomásmérők
- Izomerősítő szalagok, labdák
- Izomlazító krémek

- **AchilloTrain®**  
Aktív Achilles-ín ortézis  
Az Achilles-ín heveny gyulladása, krónikus Achilles-ín fájdalom, műtét utáni irritációk valamint ún. Haglund-sarok esetén fellépő nyomásérzékenység, Achilles-ín szakadások esetében.

- **GenuTrain®**  
Aktív térdortézis  
Ízületi kopások, gyulladások, izomrendszeri betegségek kezelésére, valamint ízületi vérömlenyek és duzzanatok, műtét ill. sérülés utáni irritációk, a térdkalács porcának betegségei szalaggyengeség, valamint a térdkalács ficamodási hajlama esetén.

## 5% Kedvezmény

a hirdetés felmutatója részére

*Budapest, XIII. ker. Szt. István Krt. 24.*  
 Nyitva: Hétfőtől-péntekig: 10-18 óráig, Szombat: 9-13 óráig  
 Telefon: (+36-1) 340-4391 www.lbt.hu

lehetünk, míg nélküle minden mozdulat fájhat. Azt, hogy kinek milyen segédeszközre van szüksége nehéz eldönteni! Kérdezze meg orvosát, kérje ki tanácsát. A **Dr Orto** Egészségszalamban természetesen nem csak korszerű segédeszközökkel, de szaktanácsadással is várják a Szent István körút 24-ben.

**DR. RÓZE M**

## Hideggel a fájdalom ellen

A mozgásszervi betegségek egyre nagyobb számban fordulnak elő napjainkban. Érdekes módon, részben az egyre nagyobb szerepet kapó **sok mozgással** járó, wellnes tevékenység során előforduló sérülések miatt, részben pedig a **mozgáshiány** következtében kialakuló elhízás, cukorbetegség talaján létrejövő ízületi kopásos megbetegedések miatt. Persze egyéb okokat is felsorolhatnánk, mint a fertőzések eredetű ízületi gyulladásos betegségeket, az autoimmun betegségeket, okozta ízületi károsodásokat, az operációkat, követő eltéréseket. Mindent egybevetve a lényeg sajnós az, hogy a fenti tényezők jelentősen ronthatják egyik alapvető élettevékenységünket, a mozgást, hiszen a fenti betegségek mindegyike fájdalommal és az ízületi mozgások, beszűkülésével jár. A fenti megbetegedések tünetei sok esetben megegyeznek. Többek között ízületi duzzanat, fájdalom, mozgáskorlátozottság, esetleg hőemelkedés, láz fordul elő. A kezelés részben gyógyszeres, részben nem gyógyszeres kezelést jelent. Az ízületi duzzanat és a fájdalom csökkentésében



már igen régóta alkalmazott eljárás a hidegterápia, mely nem csak a fájdalmat és a duzzanatot csökkenti, hanem mérsékli a véráramlást, az izomspasmust, a sejttanyagcserét, az idegvezetés sebességét, a sejtkárosodást és sejthalált, mely összességében igen jelentősen javíthatja a beteg gyógyulásának ill. panaszai csökkenésének esélyeit. Egy ilyen hidegterápiás eszközre szeretnénk felhívni a figyelmet. Ilyen az amerikai Aircast cég terméke a **Cryo/Cuff™**, melyet az LBT Kft. forgalmaz. Igen egyszerű módon használható eszköz, hiszen egy jeges vizet tartalmazó tartályból és a megfelelő testrésze felhelyezhető mandzsettából áll. A mandzsetta a tartályból feltölthető jeges vízzel és amikor a hideg kifejtette jótékony hatását, a víz igen egyszerű módon kicserélhető és folytatható a kezelés. Az eszköz előnyei, közé tartozik, hogy kevesebb fájdalomcsillapító gyógyszerre lehet szükség és a beteg vagy sérült sportoló hamarabb, visszanyerheti eredeti mozgáskészségét.

**DR. LEICHTNER TAMÁS**

## Már a nagymama is bütyköslábú volt

Sajnos a bütyök egy olyan fejlődési variáns, amely legtöbbször öröklődik. Vannak, akik olyan anatómiai eltéréssel születnek, amely a bütyökképződést törvényszerűen létrehozza. Ezek a betegek lehetőleg már korán, a 20-as éveikben forduljanak orvoshoz. Akkor ha észreveszik, hogy a öregujj hozzádörzsölődik a második ujjhoz és már nem tudják teljes egészében korrigálni, biztosak lehetnek abban, hogy néhány év múlva bütyök alakul ki a lábon. A láb boltozatos szerkezetének megbomlása miatt az izmok rossz irányban húznak, ez húzóerő járáskor hat oly módon az öregujjra, hogy az a mellette levőre ráfeküdjön.



Mind ez ideig csak éjszakai sínekkal tudtak korrigálni ezt a kóros helyzetet. Német orvosok és mérnökök által frissen konstruált Hallufix bandázs az első olyan eszköz, mely járás közben a **cipőbe is behelyezhető**, ezért lényegesen hatékonyabb a korábbi segédeszközökhöz képest. **Az eszközt keresse az LBT Kft. boltjaiban és a 239-2380 számon.**

**DR RÓZE M**



L B T  
Kft.

■ Szaküzlet  
1136 Budapest XIII.  
Pannónia u. 22.  
Tel: 06 1 320 4053

■ Szaküzlet  
1074 Budapest VII.  
Rottenbiller u. 24.  
Tel: 06 1 322 3494

■ Dr Orto Szaküzlet  
1125 Budapest XII.  
Kútvolgyi u. 4.  
Tel: 06 1 201 8246

■ Egyedi gyártás  
1134 Budapest XIII.  
Dévai u. 13.  
Tel: 06 1 239 2380