



Liebe Patientin, lieber Patient,

seit 10 Jahren sind wir als orthopädische Praxis gerne für Sie da. Dabei wollen wir Sie nicht nur bei orthopädischen Erkrankungen betreuen, sondern stehen Ihnen für alle Fragen, Sorgen und Wünsche jederzeit zur Verfügung.

Dies betrifft insbesondere die Vorsorge, die einen Praxisschwerpunkt darstellt. Nur wenn wir frühzeitig gesundheitliche Entwicklungen erkennen, ist es uns möglich gezielt und effektiv zu handeln.

Wir wollen Sie sowohl medizinisch als auch menschlich rund um bewegen nach unserem Praxismotto „Wir bewegen Sie“.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen
Dr. Weih und das Praxisteam



v.l.n.r. Heidi Buse, Ulla Hoefner, Marietta Janssen, Nadine Marggraf, Dr. Peter Weih, Alexandra Dinspel, Karin Ruppert, Jasmin Neumann

DIE WIRBELSÄULE – DAS GERÜST DES LEBENS



Die Wirbelsäule besteht aus 7 Halswirbeln, 12 Brust und 5-6 Lendenwirbel. Hätten Sie's gewusst: Die Giraffe hat ebenfalls 7 Halswirbel. Neben Kreislaufkrankungen leiden heute die Menschen an zweiter Stelle am häufigsten an Rückenschmerzen. Die Ursachen für Rückenschmerzen sind vielfältig. Es bedarf einer genauen Analyse unter anderem mit einer ausführlichen Befragung des Patienten (80% der Diagnose kann durch die genaue Befragung des Patienten erfolgen). Des Weiteren ist eine eingehende Ganzkörperdiagnostik am entkleideten Menschen zum Teil mit Unterstützung von Röntgen, Computertomographie und/oder Magnetresonanztomographie, Muskelfunktionsmessungen,

Faktoren, die die Wirbelsäule beeinflussen

Einseitige körperliche Belastung

Falsche Bewegungsmuster

Psychische Belastungen, Zeitdruck, Stress

Angeborene organische Schäden

Zwangshaltung des Rumpfes

Körperliche Schwerarbeit

Übergewicht

Persönliches Umfeld

Falsche Sitzhaltung

Fehlfunktion Kiefergelenk und Kaumuskulatur



3-dimensionale, lichtoptische Wirbelsäulenstatikvermessung etc. und die Zusammenarbeit mit anderen Fachgruppen wie Zahnärzten, Kieferorthopäden, Neurologen, Radiologen und Hausärzten notwendig. Daraufhin wird ein individuelles, ganzheitliches, auf den langfristigen Erfolg zielendes Therapiekonzept erstellt. Dies alles ist nur mit der Mithilfe des Patienten möglich. Denn nur wenn alle Mosaiksteinchen ineinander passen, ergibt sich das richtige Bild, und eine Therapie kann dauerhaft erfolgreich sein.

10 Jahre



Inhaltsübersicht

Topthema Wirbelsäule.....	Seite 2
3-D Analyse	Seite 2
Locker durch's Leben	Seite 3
Vitalsprechstunde.....	Seite 4
Mit Atlastherapie zum Erfolg	Seite 4
Rund um die Uhr - Infoabende	Seite 4

Power Taping

PFLASTER DRAUF – UND GUT

Als erste Praxis in Mülheim arbeiten wir mit dem Kinesio-Tape, welches von dem Japaner Kenso Kaze entwickelt wurde. Das von uns genannte Power-Tape ist ein speziell entwickeltes elastisches Band (Tape), das mit einer entsprechenden Technik, für die eine zertifizierte Fortbildung absolviert wurde, an die schmerzende Region angebracht wird. Dabei wird das Power-Tape unter leichter Spannung über die Schmerzregion geklebt, wo es bis zu einer Woche verbleiben kann. Das Power-Tape beinhaltet keine Inhaltsstoffe, sondern entfaltet seine **Wirkung** durch Aktivierung der Messfühler (Rezeptoren) an der Haut und der Muskulatur.



1. Beschleunigter Abfluss von Stoffwechselschlacken (Lymphe)
2. Steigerung der Muskulaturdurchblutung
3. Uneingeschränkte Bewegungsfreiheit
4. Förderung des Heilungsprozesses
5. Aktivierung der Hautdurchblutung
6. Reduktion von Schmerzen
7. Schmerzfreie Anwendung
8. Nebenwirkungsarm

Die **Anwendungsgebiete** des **Power-Tapes** sind vielfältig. Insbesondere wirkt es bei:

1. Muskel- und/oder Sehnenverletzungen
2. Verspannungen jeglicher Art
3. Rückenschmerzen
4. Gelenkverschleiß
5. Kopfschmerzen

Bei der Behandlung mit dem Power-Tape ist zu beachten, dass die zu tapende Region nicht zuvor mit Creme oder Salbe eingerieben wurde. Der große Vorteil ist, dass das Power-Tape sie im Alltag und Berufsleben ständig begleitet, sogar Wasserkontakt (z.B. Duschen) ist möglich, dabei sollte die betroffene Taperegion zum Trocknen nur abgetupft werden.

Zähne und Rücken in Harmonie

DIE LICHTOPTISCHE 3 DIMENSIONALE WIRBELSÄULENSTATIKVERMESSUNG



Halswirbelsäule (HWS) von vorne

Als einzige Praxis in Mülheim an der Ruhr bieten wir seit Jahren die lichtoptische 3-dimensionale Wirbelsäulenstatikvermessung unseren Patienten an. Dabei nützt dieses Verfahren nicht nur Patienten, die an Schmerzen im Bereich der Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule leiden, sondern auch Patienten mit Fehlhaltungen und schmerzenden Gelenken an z.B. Hüft-, Knie- und Fußgelenken. Unsere mit Naturheilverfahren und Schulmedizin gepaarte Praxisphilosophie lautet:

Der Mensch ist als Ganzes zu sehen! Denn nur wenn die Ursache erkannt wird, kann man dauerhaft erfolgreich therapieren. Dabei ist es unerlässlich, dass der Patient motiviert und engagiert mitarbeitet.

Mit der Wirbelsäulenstatikvermessung ist es erstmals möglich, den Einfluss der Beckendrehung, des Beckentiefstandes, der Kaumuskelatur, der Zähne, des Kiefergelenkes und der Füße sowie der Fußmuskeln auf die Wirbelsäule exakt zu ermitteln. Dabei wird am Patienten zunächst eine Neutralaufnahme durchgeführt. Jede Aufnahme ergibt ein 3-dimensionales Bild des Patienten, indem er sich von vorne, von der Seite und von oben abbildet, wobei man wie auch bei den anderen Messungen immer auf einer höhenverstellbaren Fußplattform steht. Die Neutralaufnahme ist immer die Basis für weitere Ausgangsmessungen. Der Einfluss der Zähne, der Kaumuskelatur und des Kiefergelenkes wird dann mittels Messungen überprüft, wo der Patient auf



Lendenwirbelsäule (LWS)

Watteröllchen links, rechts und beidseits beißt. Des Weiteren erfolgen Messungen mit Aktivierungen der Fußmuskeln (z.B. durch Einlagen) und genauen Ausgleichs eines Beckenschiefstandes. ●



Der Fuß – Ein Sinnesorgan

Wir wecken Ihre Füße auf

Hätten Sie es gewusst, dass Ihre Füße ein Sinnesorgan wie Augen und Ohren sind? Nein? Dann stellen Sie sich doch heute Abend mal beim Zähneputzen barfuß vor den Spiegel, schließen Sie die Augen und heben nunmehr, wenn Sie sich sicher fühlen, ein Bein bei geschlossenen Augen an.

Sie merken wie Ihr stehender Fuß anfängt zu arbeiten und mittels der Fußmuskulatur und dessen Sensoren, die in diesen Fußmuskeln stecken, versucht einen Halt zu finden. Dies gelingt bei vielen Patienten nicht, da Ihre Fußmuskeln verkümmert sind. Die Ursache ist, dass sie nicht mehr trainiert werden, denn wer rennt schon barfuß durch die Straßen. Mittels fußmuskelnstimulierender sogenannter propriozeptiver bzw. sensomotorischer Einlagen ist es uns

Locker durch´s Leben

VERSPANNUNGEN MÜSSEN NICHT SEIN

Unsere schnelllebige Zeit ist dadurch geprägt, dass wir häufig einseitig zu lange sitzen und/oder stehen sowie einseitige Tätigkeiten durchführen. Wer kennt es nicht, dass nach einem schweren Bürotag, der gesamte Körper verspannt ist. Aufgrund der starken Verspannungen, die bei Muskelverhärtungen zum Teil Knötchen aufweisen, neigt man zur Schonhaltung. Das Ziel darf nicht sein nur kurzfristig Abhilfe zu schaffen, indem man unter anderem Massagen und Wärmepackungen anwendet. Vielmehr muss man die Ursache erkennen, um dann gezielt, effektiv und dauerhaft zu helfen. Wir führen zunächst bei uns eine ausführliche Befragung des Patienten mit einer Ganzkörperuntersuchung durch.

Anwendungsgebiete unserer schmerzfreien Muskelfunktionsmessung

1. Schulter-/Nackenverspannungen
2. Rückenschmerzen
3. Spannungskopfschmerz
4. Tennis-/Golferellenbogen
5. Abgeschwächte Muskulatur nach OP
6. Unklare Kniebeschwerden
7. Fehlfunktion im Kieferbereich
8. Fehlfunktion der Kaumuskulatur



Gleichzeitige Muskelspannung bei einem HWS-Schmerzpatienten. Die linke Seite (rote Kurve) zeigt im Vergleich zu der rechten Seite (blaue Kurve) eine um über 50% erhöhte Maximalspannung.

Dann erfolgt mittels des Sinfomed-Verfahrens eine schmerzfreie Messung der Muskelspannung. Nach erfolgreicher Diagnostik ist es daraufhin möglich, Ihnen die Lösung für Ihr Problem zu geben. Dabei nutzen wir das Biofeedback-Verfahren. Das Biofeedback Verfahren ermöglicht dem Patienten, selbstständig seine Verspannungen durch das Erlernen von bestimmten Entspannungsverfahren zu verbessern und aufzuheben.

Die Therapie wird 2x pro Woche in einer Zeit von 10-15 Minuten bei insgesamt 6-10 Behandlungsterminen durchgeführt. ●

Selbsthilfe durch Biofeedback



seit Jahren möglich, diese Fußmuskeln gezielt, effektiv und stimulierend zu behandeln. Für den Laien ist es leicht erkennbar, dass von unseren Füßen, auf denen wir täglich stehen, eine Ausrichtung der Wirbelsäule mit Kräftigung und Dehnung der gesamten Muskulatur erfolgt.

Nutzen auch Sie die muskelanregenden Einlagen für Ihre Füße und den gesamten Bewegungsapparat. Ihr Körper wird es Ihnen danken!

NEWS • NEWS • NEWS

Frau Ruppert – Die Seele der Praxis

Unsere Teamleiterin Frau Ruppert ist seit 10 Jahren in unserer orthopädisch/rheumatologischen Praxis tätig. Sie stellt die Nahtstelle unserer Praxis dar und ist für Ihre Freundlichkeit und Ihren Humor, der jeden ansteckt, bekannt. Neben den Tätigkeiten in der Terminannahme und Terminvergabe ist Frau Ruppert der Ansprechpartner für alle behördlichen Schreiben. Mit ihrer freundlichen und positiven Art findet Sie immer die beste Lösung für ein Problem. Dies gilt auch für das gesamte Praxisteam, wo Sie als Mutter Courage für sämtliche Probleme jederzeit ansprechbar ist und optimal die Schnittstelle zwischen Arzt und Team besetzt. Wir danken Frau Ruppert sehr für Ihre bisherige engagierte, zum Teil aufopferungsvolle Arbeit. Wir freuen uns, dass die Seele unserer Praxis uns sicherlich für weitere 10 Jahre, wenn nicht noch mehr, begleiten wird.



Frisch renoviert aus der Sommerpause

Um Ihnen den Aufenthalt in unserer Praxis noch angenehmer und sorgloser zu gestalten, haben wir die Praxis von Grund auf renoviert. Wir hoffen, dass Sie sich in unseren neuen Praxisräumen noch wohler fühlen. Zögern Sie nicht, uns Ihre Anregungen und Sorgen jederzeit mitzuteilen. Denn nur wenn wir Ihre Wünsche genau kennen, können wir täglich für Sie besser werden und uns optimal um Sie und Ihr Wohlbefinden kümmern.

Nur durch die intensive Zusammenarbeit mit unseren aktiven, selbstbewussten Patienten ist es uns möglich, Sie medizinisch und menschlich gut zu betreuen, um Sie rundherum zu bewegen.

Wir freuen uns auf Ihre Meinung!

PRIVATE VITALSPRECHSTUNDE

Auf vielfachen Wunsch bieten wir nunmehr jeweils **dienstags von 15.00 – 18.00** und **freitags von 12.00 – 15.00** Uhr eine private Vitalsprechstunde an.

In ruhiger, angenehmer Atmosphäre gehen wir individuell noch mehr auf Ihre Wünsche und Probleme ein und bieten Ihnen Leistungen an, die über das kassenärztliche Maß, das nur ausreichend, zweckmäßig und notwendige Medizin erlaubt, hinausgehen. Nutzen auch Sie unsere private Vitalsprechstunde mit Topmedizin.

ENTSPANNUNG PUR

Seit 10 Jahren bieten wir unseren beliebten Hydrojet an. Der Hydrojet ist eine Therapieform, die hocheffektiv das Zusammenspiel von Wasser, Wärme, Kraft und Wohlgefühl in einem vereint. Die Behandlung ist sehr angenehm. Der Hydrojet stellt eine ideale Therapieform bei Behandlungen von Verspannungen und Schmerzen des gesamten Bewegungsapparates dar.



Dadurch kommt es zu einer Verbesserung der Durchblutung der Haut, der Muskulatur und des Bindegewebes und einem vermehrtem Abtransport der Stoffwechsellacken. Durch die Durchblutungsförderung und Stoffwechselaktivierung lösen sich Verspannungen, Verhärtungen und Verkrampfungen, und es entsteht eine innere Ruhe, die gleichzeitig schmerzbefreiend ist. Ideal lässt sich der Hydrojet mit weiteren naturheilkundlichen Behandlungen kombinieren wie z.B. hochenergetische Lasertherapie, Ganzkörpermagnetfeldtherapie und/ oder Akupunktur.

Informationen

Rund um die Uhr

Alle vier Wochen finden bei uns Infoabende an. Diese Veranstaltungen werden von den Patienten gerne genutzt, da es zu einem regen Gedankenaustausch zwischen Arzt und Patient und den Patienten untereinander kommt. In angenehmer Atmosphäre wird in einem kurzen Vortrag das jeweilige Thema behandelt, um dann ausführlich Therapiemöglichkeiten zusammen

KLEINER IMPULS – GROßE WIRKUNG

ATLASTHERAPIE NACH ARLÉN

Bei der Atlasterapie nach ARLÉN erfolgt eine sanft mit dem Mittelfinger durchgeführte Behandlung des Nackenrezeptorenfeldes mit Impulsen auf den Querfortsatz des ersten Halswirbels, dem sogenannten Atlas und ggf. auch an dem zweiten Halswirbel (Axis). Die Behandlungsrichtung wird zuvor mittels Röntgenaufnahmen der Kopfgelenke festgelegt. Durch den Impuls kommt es dann zu einer Unterbrechung des gestörten Reaktionskreises, die eine Normalisierung der Muskeleigenspannung und den Ausgleich von Fehlstellungen bewirkt.

Anwendungsgebiete

Bei Erwachsenen:

- akute und/oder chronische Schmerzsyndrome
- Kopfschmerzen
- Kiefergelenksfehlfunktionen
- Ohrgeräusche

- Schwindel
- Chronische Verspannungen
- Gleichgewichtsstörungen

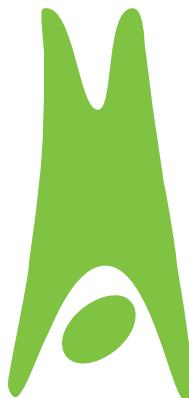
Symptomverringern bei:

- Multipler Sklerose
- Muskelschwäche
- Spastischen Lähmungen



Wir stellen Sie auf den Kopf!

Darüber hinaus ermöglichen wir Ihnen **Check-Up's** im Sinne eines TÜV's wie beim Auto. Bei unseren durchgeführten Check-Up's erfolgt nach ausführlicher Befragung des Patienten (Anamnese) eine Ganzkörperuntersuchung, wobei jedes einzelne Gelenk und die Wirbelsäule genauestens unter-



sucht wird. Unterstützt wird diese Methode u.a. durch Ultraschall. Daraufhin empfehlen wir Ihnen sowohl schulmedizinische als auch naturheilkundliche Therapiekonzepte, die gezielt auf Sie individuell abgestimmt sind.

Nutzen Sie die Chance der Vorsorge!



mit Ihnen zu diskutieren. Dabei sind uns Ihre Fragen besonders wichtig. Wir laden Sie und Ihre Verwandten, Bekannten und Freunde gerne ein, uns auf diesen Veranstaltungen zu besuchen. Den nächsten Termin erfahren Sie direkt von unseren Mitarbeitern und/oder im Internet unter www.drweih.de. Des Weiteren stehen im Dr. Weih „Web TV“ Informationen rund um bekannte Krankheitsbilder leicht verständlich zur Verfügung. Wir freuen uns, über Ihren Besuch in der Praxis und im Netz.