



Ihr Rücken ist wieder stark – stark genug für die neue Motorrad-Saison

Selina Kocinskis (23) Bandscheibe drückte auf die Nerven:

Zehn Jahre Rückenschmerzen – endlich vorbei



Dr. Schneiderhan erklärt, wo er den Katheter ansetzt

Schlank, sportlich, immer in Bewegung und trotzdem tat der Rücken schon in jungen Jahren furchtbar weh. Schuld ist ein stark ausgeprägtes Hohlkreuz. Der Fachbegriff dafür lautet Hyperlordose. Die führte bei der damals 13-jährigen Selina Kocinski zu einer Bandscheibenvorwölbung. Dabei wölbt sich der Faserring der Bandscheibe in Richtung Wirbelkanal und kann dabei die Nerven reizen. „Die Ärzte haben mir damals geraten, den Rücken zu entlasten und die Bauchmuskeln zu stärken“, sagt die Münchnerin. „Das habe ich

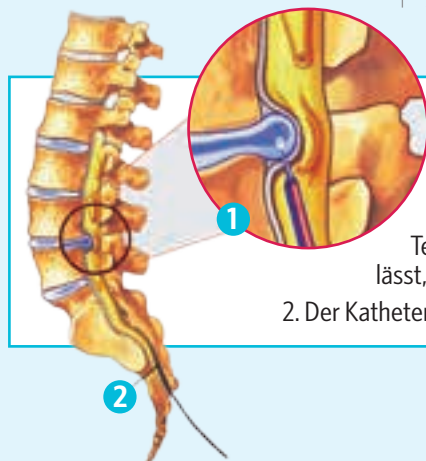
Krankengymnastik und viel Sport halfen der passionierten Bikerin nicht. Erst eine Wirbelsäulen-Katheterbehandlung beim Spezialisten wirkte

auch fleißig getan und erst viel zu spät erfahren, dass der Rat nicht der beste war, denn ich hätte unbedingt auch meinen Rückenmuskeln trainieren müssen.“ So kam es zu einer sogenannten muskulären Dysbalance, einem Ungleichgewicht der Muskeln rund um die Wirbelsäule.

Zwei Mal falscher Rat von Ärzten

Jahre voller Rückenschmerzen später kommt es erneut zu einer ärztlichen Fehleinschätzung. „Beim Heben einer schweren Kiste schoss ein heftiger Schmerz in meinen Rücken“, so Selina. „Die verschlimmerten sich so sehr, dass ich einen Notarzt rufen musste.“ Eine Kernspintomografie zeigte einen ausgeprägten Bandscheibenvorfall im

untersten Bereich der Lendenwirbelsäule. „Der behandelnde Arzt wollte mich mit Krankengymnastik und weiteren Reha-Maßnahmen wieder fit machen“, berichtet die Motorradfahrerin, die auch Rennen fährt. „Doch als dann plötzlich auch noch meine Beine anfangen zu kribbeln bin ich noch einmal zu einem



Bandscheibenvorfall Katheter-Eingriff

1. Über den Katheter wird eine Lösung gespritzt, die den Teil der Bandscheibe schrumpfen lässt, der auf die Nerven drückt.
2. Der Katheter liegt im Wirbelkanal.

Problem: Bandscheibenvorfall durch ausgeprägte Lordose
Krankengeschichte: Physiotherapie, Muskeltraining
Lösung: Wirbelsäulen-katheter-Behandlung

anderen Arzt gegangen. Das war mein Glück.“ Denn in der neuen Untersuchung zeigte sich, dass die empfohlene Therapie keine Wirkung erzielt hätte. „Wenn der Gallertkern der Bandscheibe bereits stark auf den Nerv drückt, kann auch die beste Physiotherapie nicht mehr helfen“, erklärt Dr. Reinhard Schneiderhan vom



Dr. Reinhard Schneiderhan
Wirbelsäulenzentrum München/Taufkirchen

Wirbelsäulenzentrum München/Taufkirchen. Der erfahrene Arzt empfiehlt stattdessen eine Wirbelsäulen-Katheterbehandlung. Dabei handelt es sich um einen minimal-invasiven Eingriff, bei dem der Arzt einen feinen und elastischen Katheter

in den Wirbelkanal einführt und dann bis zur Nervenwurzel schiebt. „Dort angekommen kann ich die Verklebungen und Vernarbungen vorsichtig lösen“, erklärt der Wirbelsäulenspezialist. „Ebenfalls über den Katheter kann ich abschließend noch entzündungshemmende und schrumpfend wirkende Medikamente injizieren. Der vorgefallene Teil der Bandscheibe drückt dann nicht mehr auf den Nerv.“

Selina entschied sich für den Eingriff, der ohne Komplikationen verlief. Schon zwei Tage später konnte sie wieder nach Hause. „Ich bin endlich völlig schmerzfrei und bereite mich jetzt auf die nächste Motorradsaison vor.“

THORSTEN DARGATZ

Ernährung



Gesundheit* aus der Natur

Mit allen wichtigen Vitaminen und Spurenelementen optimiert LaVita unsere Ernährung - und das bereits ab einem Euro am Tag

Welche Bausteine benötigen wir, um gesund, vital und leistungsfähig zu bleiben? Diese Frage beschäftigte Eishockey-Legende Gerd Truntschka bereits als Profisportler. Er suchte nach einer ganzheitlichen Lösung. Seine Vision: Ein Produkt zu entwickeln, das seine Ernährung unterstützt und die positiven Eigenschaften möglichst vieler natürlicher Lebensmittel bündelt. Heute ist er als Pionier in Sachen natürlicher Ernährungsoptimierung seit 20 Jahren auf Erfolgskurs: Das Saftkonzentrat LaVita vereint alle wichtigen Vitamine und Spurenelemente in ihrem natürlichen Umfeld und unterstützt so die Gesundheit und Leistungsfähigkeit*.

Obst, Gemüse, Kräuter, Öle

LaVita enthält mit über 70 natürlichen Zutaten das Beste aus der Natur. Die Basis für das Saftkonzentrat bilden Obst und Gemüse aus heimischer Region. Hinzu kommen Kräuter in Arzneibuch-Qualität, Südfrüchte aus kontrolliertem Anbau sowie pflanzliche Öle.

Eine einzigartige Komposition

Die Vitamine und Spurenelemente in LaVita sind nach den Vorgaben der orthomolekularen Medizin (Grundlage: Dietl/Ohlenschläger, Handbuch der orthomolekularen Medizin) do-

siert. Darüber hinaus enthält die einzigartige Komposition wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe, Aminosäuren und Enzyme.

Schutz bei erhöhtem Bedarf

Stress, Schlafmangel, Medikamenteneinnahme und chronische Erkrankungen erhöhen den Bedarf an Vitaminen und Spurenelementen. Die Zellen benötigen dann für ihren Schutz mehr Unterstützung. Vitamin B2, Vitamin C, Vitamin E, Selen und Zink helfen, die Zellen zu schützen.

Wissenschaftlich belegt

Mit LaVita kann man seine Ernährung auf ganz natürliche Weise optimieren. Dass die Vitamine und Spurenelemente in den Zellen ankommen und vom Körper verwertet werden, konnte in einer Studie** nachgewiesen werden.

So liefert das Saftkonzentrat LaVita reichlich Biotin, Niacin und Zink für die **Haut** sowie Selen und Zink für die **Haare und Nägel**. Niacin, Vitamin B1, Vitamin B6 und Vitamin B12 unterstützen den **Energiestoff-**

Über **70** natürliche Zutaten vereint in einem Konzentrat – das ist LaVita



Die Anwendung ist einfach und lässt sich gut in den Alltag integrieren

wechsel. Und das **Immunsystem** profitiert von Eisen, Kupfer, Vitamin C und Vitamin D. Zink trägt darüber hinaus zu einem normalen **Säure-Basen-Haushalt** bei.

TIPPS & INFOS



LaVita ist ein Naturprodukt. Die Qualität und Nährstoffgehalte werden regelmäßig überprüft. Das Saftkonzentrat ist auf Schadstoffe geprüft, glutenfrei, lactosefrei und enthält keine Aromen und Zusatzstoffe wie z. B.

Süßstoffe. Eine 500 ml Flasche enthält 50 Portionen. Hier können Sie LaVita versandkostenfrei bestellen:



Persönliche Beratung:
0871 / 972 170
Mo-Fr 8-19 Uhr, Sa 9-14 Uhr

Online Bestellung:
www.lavita.de

*LaVita liefert Eisen, Kupfer, Selen, Zink, Vitamin C und Vitamin D zur Unterstützung des Immunsystems sowie Niacin, B2, B12 und B6, die zu einem normalen Energiestoffwechsel beitragen. **Quelle: Neuroendocrinology Letters 2015; 36(4):337-347