

Nr. 50 • Freitag, 10. Dezember 2010 • 0,95 €

Bild der Frau

Die Nr. 1 bei Frauen | www.bild.de



**Party-Mode
für Mollige** s. 10

**Die 10 besten
Hausmittel
aus aller Welt** s. 48

z.B. Portugal: Eicoctail gegen Husten

**Monika (55): Ich saß
28 Monate unschuldig
im Gefängnis** s. 34

Wie von Engeln gebacken
**Weihnachts-
Torten** s. 72



Wir machen Sie zur Königin!

Kates Ring

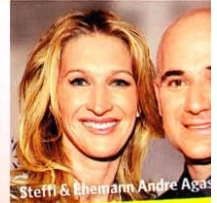
EXKLUSIV!



**Exklusiv-Interview
Sebastian Vettel**

GROSSER TEST Warum nehme ich nicht ab
Endlich Hilfe! Hier finden Sie Ihre **Ideal-Diät** s. 46

STEFFI GRAF:
„So stark ist unsere Liebe“



EXKLUSIV

30 Fest- Frisuren

Das perfekte Styling für jedes Haar und jede Länge



Heilung auf sanfte Art

Margot Schanzenbach (76): ist wie neu – dank Meine Schulter Softlaser

Frauen leiden häufig unter schmerzhaften Entzündungen in der Schulter. Der Kölnerin konnte mit einer neuen Methode geholfen werden

Als Margot Schanzenbach morgens beim Aufstehen einen Schmerz in der linken Schulter spürt, denkt sie sich erst nichts dabei. Die ehemalige Verkäuferin leidet schon länger unter Arthrose, Probleme mit den Gelenken zu haben, das ist ihr vertraut. „Mit 76 Jahren hat man eben ein paar kleine Wehwehchen“, sagt sie lächelnd.

Erst im Laufe des Tages bemerkt sie, dass sie den linken Arm nicht mehr in alle Richtungen bewegen kann. Vor allem, wenn sie nach hinten greift, durchzuckt es die Schulter bis in den Ellenbogen wie ein Blitz! Die nächsten Nächte findet sie nur wenig Schlaf, wird von heftigen Schmerzen geweckt, sobald sie sich auf die linke Seite legt. Sie entschließt sich, zum Arzt zu gehen.

Löste die Schmerzen aus: Engpass in der Schulter

Der Kölner Orthopäde Dr. Friedhelm Kuhlmann untersucht Margot gründlich. „Dabei stellte ich fest, dass meine Patientin an einem Impingement-Syndrom litt. Das ist eine Verengung zwischen Schulterdach und Oberarmkopf, die

besonders häufig Frauen haben. Oft reicht dann eine ungünstige Armbewegung, um die Symptome auszulösen.“

Statt Schmerzmittel und Spritze: Laserdusche

Weil der Raum für Sehnen, Muskeln und Schleimbeutel im Schultergelenk verengt ist, werden diese bei bestimmten Bewegungen gereizt und schwellen an. In dem ohnehin schon engen Kanal ist dann noch weniger Platz – ein Teufelskreis. Durch ihn können Weichteile bis zur Zerstörung gequetscht werden.

Dr. Kuhlmann ist naturheilkundlich ausgerichtet. Deshalb schlägt er die Laserdusche vor. Sie wird zwar von den gesetzlichen Kassen nicht bezahlt. Doch die 12 Euro je Sitzung (ca. 10 Minuten) sind für schmerzgeplagte Patienten meist kein Hindernis. Auch Margot stimmt sofort zu.

Ihre Schulter wird mit einem speziellen Softlaser bestrahlt. Er gibt 16 Licht-

bündel auf das Gewebe ab. „Das wirkt breitflächig wie eine Dusche, fördert die Durchblutung, transportiert Entzündungs- und Schlackenstoffe ab“, erklärt der Orthopäde. „Die Mitochondrien, die kleinen Kraftwerke in den Zellen, wandeln die Lichtteilchen des Lasers sofort in Energie um. Dadurch geht die Entzündung zurück, die Heilung setzt ein.“

Margot war begeistert von der

Laserdusche. Die Behandlung tat nicht weh. „Und schon nach der dritten Sitzung waren meine Schulterschmerzen völlig verschwunden!“



Lässt sich alles noch bewegen? Orthopäde Dr. Kuhlmann überprüft Margots Schultergelenk



So sieht die Behandlung aus: Der Arzt erklärt den Aufbau der Schulter und richtet dann das heilsame Licht des Softlasers auf das kranke Gelenk (l.)



Wo der Softlaser helfen kann

Der Softlaser wird auch bei Tennisarm, Schleimbeutelentzündungen, Fersensporn, Prellungen und Zerrungen eingesetzt. Bei Krankheiten außerhalb der Orthopädie ist er ebenfalls oft erfolgreich, z.B. bei Herpes, Krampfadern, überschießender Narbenbildung oder Nasennebenhöhlen-Entzündungen.

INFO Mehr zu Schulter-Therapien unter: www.schulterhilfe.de