

sportärztezeitung

Medizin und Unterhaltung für Ärzte, Therapeuten und Trainer 04/17

KONSERVATIVE THERAPIE 26



**Homöopathie
in der Sportmedizin**
Dr. med. Klaus Gerlach

OPERATIVE THERAPIE 66



Vorderes Kreuzband
Prof. Dr. med.
Christian Fink et al.

SPORTERNÄHRUNG 92



Vitamin-D-Mangel
Dr. med. Alexander
Tamm

**PRÄVENTION,
TRAINING & REGENERATION 46**



Regeneration 2017
Dr. Wolfgang Friedrich

SPORTKARDIOLOGIE 82



**Sports Cardiology
Qualification**
Dr. med. Susanne
Berrisch-Rahmel

NEUROPHYSIOLOGIE 94



**Neuroprotektive
Effekte von Sport**
Dr. med. Johannes
Fleckenstein et al.

Return to Aktion

**Regenerative und
konservative Therapie
am Beispiel Basketball 34**

Oliver Pütz



**SPECIAL
INT. SPORTMEDIZIN & OPERATIVE THERAPIE**

PRÄVENTION
Dr. med. Leonard
54 Achenbach et al.





Der stille Feind in meinem Körper

Gerät unser Immunsystem durch Risikofaktoren wie langfristige Fehlernährung oder Stress aus dem Gleichgewicht und richtet sich gegen den eigenen Körper, spricht man von einer stillen Entzündung. Der Autor zeigt in diesem Buch auf, dass eine stille Entzündung nicht nur eine spezifische biologische Aktivität von Immunzellen ist, sondern auch auf einer ungesunden Lebenshaltung basiert. Fehlernährung, Feinstaub, psychische Belastung, Stress, Schlaf- und Bewegungsmangel und vieles mehr führen zu chroni-

schen Entzündungen. Doch mit einfachen Alltagsaktivitäten, Ernährung, gezieltem Sport und wirkungsvollem Stressmanagement können wir entzündungsresistenter werden und unsere physische und psychische Gesundheit effektiv stärken.

Scorpio Verlag 2017, Krüger

ISBN 978-3-95803113
€ 17,99 (Taschenbuch),
auch als ebook erhältlich



Lehrbuch Osteopathie

Das Lehrbuch bietet den Überblick über die allgemeinen Untersuchungs- und Behandlungsprinzipien der Osteopathie. Es vermittelt die medizinischen Grundlagen und die osteopathische Sichtweise zu parietaler, viszeraler und kraniosakraler Osteopathie. Das ist gerade für Einsteiger wesentlich. Die Komplexität der Osteopathie wird didaktisch übersichtlich aufbereitet. Lernende finden eine die Ausbildungsinhalte abdeckende und pragmatische Einführung in die Osteopathie. Ein Extrakapitel zu Faszien

befasst sich mit den bindegewebigen Strukturen, die in der Osteopathie von großer Bedeutung sind. Das Lehrbuch liefert diagnostisches und therapeutisches Wissen, und osteopathische Zusammenhänge werden klar.

Haug Verlag 2017, 2. Überarbeitete und erw. Auflage, Langer / Hebgen

ISBN 978-3-132407855
€ 99,99 (print), € 99,99 (ebook)



Unsere Ernährungsbiografie

Das neue Wissen über gesunde Ernährung, verborgenen Hunger und sinnlose Diäten. Um Ernährung kommen wir nicht herum, sie begleitet uns das ganze Leben – wir haben tatsächlich eine Ernährungsbiografie – auch wenn uns das nur selten bewusst ist. Je nach Alter favorisieren wir einen bestimmten Lebensstil und probieren immer wieder neue Ernährungsformen oder Diäten aus. Dabei kann es zu folgenschweren Mangelerscheinungen kommen, die uns dick und krank

machen. Endlich ein Buch, das die Vor- und Nachteile der wichtigsten Diäten und Ernährungsratschläge umfassend analysiert. Hans Konrad Biesalski, der renommierte Ernährungsmediziner, erklärt, wie wir unsere Ernährungsbiografie so gestalten, dass wir gesund bleiben.

Knaus Verlag 2017, Biesalski

ISBN 978-3-8135-0764-5
€ 19,99 (print), € 16,99 (ebook)



Wenn der Kiefer knirscht

Millionen von Menschen leiden häufig unter Rücken-, Kopf-, Nacken- und Schulterschmerzen. Was viele nicht für möglich halten: diese (und andere) Symptome werden oft durch dentalen Stress, also dem falschen Zusammenbiss der Zähne, ausgelöst. Die Auswirkungen einer solchen Kaufunktionsstörung werden allerdings häufig unterschätzt oder gar nicht erst berücksichtigt. Dr. Schmitter verdeutlicht in seinem umfassenden Grund-

lagenwerk die hochkomplexen Zusammenhänge und zeigt mögliche Diagnose- und Therapieansätze auf. Mit vielen Fallbeispiele und Interpretationen bietet das Buch aufschlussreiche Einblicke in die ganzheitliche Therapie aus zahnärztlicher Sicht.

systemed Verlag 2017, Schmitter

ISBN 978-3-95814-087-5, € 16,95