

WO IST DAS?

Mit offenen Augen durchs Leben gehen, einen Blick haben fürs Detail: Das sind Eigenschaften, die hilfreich sind, um beim Leserwettbewerb von «Regio» zu bestehen. In jeder Ausgabe bietet sich die Möglichkeit, **50 Franken zu gewinnen.**

Die Frage «Wo ist das?» bezieht sich auf das nebenstehende Bild. Es zeigt...

Die drei Auswahlmöglichkeiten sind:
A) Wildberg B) Wila C) Steg

Schicken Sie uns bis Montag, 23. Oktober, die richtige Antwort entweder per E-Mail an woistdas@regio.ch oder per Postkarte an **Zürcher Oberland Medien AG, Fotowettbewerb «Wo ist das?», 8620 Wetzikon.** Vermerken Sie Ihren Namen, Ihren Wohnort und Ihre Telefonnummer. Aus allen korrekten Einsendungen wird jede Woche eine Siegerin oder ein Sieger ausgelost und mit 50 Franken beschenkt.

Die Auflösung erscheint in der nächsten Ausgabe, zusammen mit einem neuen Fotosujet, das es zu lokalisieren gilt.



Auflösung der letzten Woche: Weststrasse in Wetzikon

Gewonnen hat: Antonia Arm, Wetzikon

WENN DIE LEISTE ZWICKT

GESUNDHEITSRATGEBER Schmerzen an der Leiste können vielfältiger Art sein. Es kann sich um einen Leistenbruch handeln, eine Zerrung von Muskel- und Sehnenansätzen oder gar eine Arthrose im Hüftgelenk sein.

Wenn eine Vorwölbung in der Leiste sichtbar wird, handelt es sich meist um einen Leistenbruch. Hierbei drückt Gewebe vom Bauchraum durch den Leistenkanal und führt so zu der Vorwölbung im Stehen, welche im Liegen meist wieder verschwindet.

OPERATION NÖTIG

Ein kleiner Bruch ist meist noch nicht sichtbar, aber dafür umso schmerzhafter. Der Leistenbruch muss operativ versorgt werden, da er von selbst nie weggeht. Er kann offen durch einen Schnitt in der Leiste versorgt werden oder durch ein minimal invasives Verfahren (Endoskopie).

Der Eingriff erfolgt in einer Teil- oder Vollnarkose. Auf jeden

Fall sollte ein Netz zur Verstärkung der Bauchdecke eingebracht werden.

BEWEGLICHKEIT EINGESCHRÄNKT

Muskel- und Sehnenreizungen können fast immer konservativ behandelt werden, brauchen aber meist viel Geduld und gelegentlich mal eine Infiltration. Hier kann eine Injektion mit ACP (autologes conditioniertes Plasma), eine Form der Eigenbluttherapie, die Heilung beschleunigen.

Die Hüftarthrose zeigt sich durch belastungsabhängige Schmerzen und oft auch durch einen Anlaufschmerz. Die Beweglichkeit ist eingeschränkt.

PHYSIOTHERAPIE KANN HELFEN

In frühen Stadien können Physiotherapie oder auch eine Eigenbluttherapie (Onocomed) Linderung bringen.

Durch die Eigenbluttherapie werden die körpereigenen Repara-

turmechanismen stimuliert und auch eine Entzündungshemmung herbeigerufen. Somit können die Beschwerden sehr oft verbessert werden oder gar für eine gewisse Zeit ganz abklingen.

PROTHESE ALS LETZTES MITTEL

Auch Injektionen mit Hyaluronsäure (Gelenkschmiere) können die Beschwerden positiv beeinflussen. Wenn alle konservativen Massnahmen nicht mehr helfen, kann nur noch die Hüfttotalprothese Abhilfe bringen.

Dabei wird das ganze Gelenk (Hüftpfanne und Oberschenkelkopf) ersetzt. Mit einem kleinen Schnitt und maximaler Schonung der Muskulatur kann man sehr schnell wieder voll belasten und wieder schmerzfrei gehen.

Auf jeden Fall sollten Leisten-schmerzen sorgfältig abgeklärt und die Therapiemöglichkeiten mit einem Facharzt besprochen werden.

«AUF JEDEN FALL SOLLTEN LEISTENSCHMERZEN SORGFÄLTIG ABGEKLÄRT WERDEN.»

GESUNDHEITSRATGEBER

Dr. med. Ulrich Baumann ist Facharzt Chirurgie FMH mit Schwerpunkt in der Allgemein- und der Unfallchirurgie. Er arbeitet an der Chirurgie am See in Pfäffikon.



Eines der Ziele der Klinik ist es, die sichersten und modernsten Methoden von Abklärung und Therapie zu offerieren. Auch soll ein maximaler Nutzen aus einer interdisziplinären Zusammenarbeit mit dem Hausarzt sowie anderen Fachärzten gesichert werden. Durch den Abbau von Ängsten und Unsicherheit in medizinischen Fragen möchte die Chirurgie am See das Vertrauen der Patienten gewinnen. Der Autor des «Ratgebers» ist erreichbar per E-Mail: info@chirurgieamsee.ch [WWW.CHIRURGIEAMSEE.CH](http://www.chirurgieamsee.ch)