

Thema: Physiotherapie

Redakteur: ohne Angabe

Bewusst gesund: Tennisarm

Sehnenschmerzen am äußeren Ellenbogen quälen nicht nur Sportler, sie werden vor allem durch Überbelastung in Alltag und Beruf ausgelöst. In der ersten Therapiephase wird versucht, die Entzündung mit Medikamenten zu stoppen und die krankhafte Sehne mittels konservativen Therapien, etwa einer Physiotherapie, zu entlasten. Dabei geht es darum, die Muskulatur und die Sehnen, die verkürzt oder verklebt sind, wieder mobil zu machen. Es gibt verschiedene Techniken in der Physiotherapie, um dort die Durchblutung auch anzuregen und die Belastbarkeit des Gewebes wieder zu steigern.

O-Ton: Matthias Wilk (Orthopäde und Chirurg), Claudia Baumgartner (Patientin), Franziska Severino-Schönburg (Physiotherapeutin)