



Voloreraesto ex  
et, vent praes-  
trud er suscil  
dipit am venim  
zzriliquat. InUm  
dolore coRe  
dolor adigquat.  
InUm dolore  
coRe dolor adi-  
gnimnim



# Die jahrelange **Arthrose** liess sich ganz sanft heilen

Ullum veliscipit vercilit la faci te feugiam, vendre veniam, vullut ver at.  
blam, corper sit aut augait **wismoloreros** deliquisit ing eugueraestio do-  
lorem velent eumsanTem veliscil illa faccumSan eugait adit nosto con et

## **i** **Headline Kasten**

Tumsan vel exerilit aliquipis ero  
dolobore commy nit ad discipi smo-  
lore rostion vullan esequam dui-  
scipsusci blamet, quatem ver si tat,  
quam irilisi. Duisim acin ullaorp  
ercipsu mmolenisi tie magna  
feugue magnit veliquam, commy  
num quametum erillam zzril  
ullaortisl ese magna am  
velesto et ip estoexero  
exer summy nim duis  
am An ulluptate tis-  
modiam essi. Uptat,  
quisl incidui blaore  
dolesenibh euis ali-  
quisis dit in ulla consed  
modionsecte vulputpat, si-  
sici te dolorting eummolore ea ali-  
quippit lutpatem it pratie mod re et,  
quis autate exercing exero diat.  
Andionsed magnit delisim do con-  
secte et laorero odit lutatie dolore  
velestio er sum ipsustion eummo-  
lorer ipissim vulla adiquate ming  
esto odipsum molore velit ulput



**Mehr als 20 Jahre:** Was hat Vera nicht alles gedanklich durchgespielt. Sie sah sich schon am Stock gehen oder sogar im Rollstuhl sitzen. Seit den 1990er-Jahren lebt sie schon mit ihrer Knie-Arthrose gelebt. Doch irgendwann ging es nicht mehr. „Dass ich es so lange ausgehalten habe, grenzt ohnehin schon an ein Wunder“, sagt Vera Dillier. „Aber durch den vielen Sport, den ich mein Leben lang getrieben habe, sind meine Muskeln sehr gut ausgebildet. Sie haben meine Knie stabilisiert.“ Doch dann bekam die Jetsetterin aus Zürich immer öfter Beschwerden. „Es musste etwas passieren. Ich wollte nicht riskieren, dass ich mich irgendwann nicht mehr bewegen kann.“  
**Zwischenhead:** Vera Dillier war in ihrer Jugend Balletttänzerin, tourte mit ihrem Ensemble durch Europa. Sie trat in Paris in der Oper auf und in Shows mit Sylvie Vartan und Jacques Dutronc. Mit 24 bekam sie massive Kniebeschwerden. „Ich hatte Wassereinlagerungen in den Knien und Schwellungen mit höllischen Schmerzen“, erinnert sie sich. „Die Ärzte sagten mir, dass ich

nie wieder würde laufen können, wenn ich weiter tanzen würde.“ Schweren Herzens gab sie ihren Traumberuf auf. Sie heiratete und startete eine zweite Karriere als Polospielerin – ihr Leben im internationalen Jet Set begann. Zu ihren Freunden gehörten Prinz Albert von Monaco, Carl Gustaf von Schweden und Filmstar Ursula Andress, neben ihrer Züricher Wohnung hatte sie Wohnsitze in Buenos Aires und St. Moritz.

**Zwischenhead:** Die Kniebeschwerden begleiteten sie ihr Leben lang. „Jedes Mal, wenn ich ausgiebig Sport gemacht habe, tat es hinterher so weh, dass ich manchmal nicht mal mehr stehen konnte“, erzählt Vera Dillier. Eigentlich dürfte sie gar nicht Ski fahren. „Aber darauf wollte ich nicht verzichten. Deshalb habe ich die Schmerzen immer irgendwie weggedrückt.“ Immerhin gab sie das Tennisspielen auf. Mit den Jahren traten die Beschwerden häufiger auf – es musste etwas geschehen. „Schließlich will ich auch in zehn Jahren noch Sport machen und nicht als Invalide im Rollstuhl sitzen.“

Dass Arthrose längst keine reine Alterserkrankung mehr ist, bestätigt auch Dr. Andreas Seifert, Leitender Orthopäde im Schwarzwald Medical Resort Obertal in Baiersbrunn. „Je früher eine Arthrose behandelt wird, desto größer sind die Chancen, den Verlauf der Krankheit zu stoppen und Schmerzen zu lindern“, rät der Mediziner.

**Zwischenhead:** Der Gelenkverschleiß entsteht, wenn die schützende Knorpelschicht in den Gelenkflächen überstrapaziert wird. Normalerweise sorgt der Knorpel dafür, dass die Knochenenden im Gelenk reibungslos aneinander gleiten. Bei übermäßigem Verschleiß durch zu hohe Belastung verliert die Knorpelschicht jedoch an Elastizität und büßt ihre Pufferfunktion ein. Im weiteren Verlauf raut die Schutzschicht auf, es entstehen Risse. Irgendwann ist kaum noch Knorpel vorhanden, im Gelenk reibt Knochen an Knochen.

**Zwischenhead:** Zur Behandlung empfahl Dr. Seifert seiner Patientin eine 3-Säulen-Therapie: „Zunächst injizieren wir verschiedene Homöopathika in die Kniegelenke“, erklärt der Orthopäde. „Das regt die Knorpelregeneration an, unterstützt die Gelenkdurchblutung und löst schmerzhafte Muskelverkrampfungen.“ Bei der Kernspin-Resonanz-Therapie



## • DER EXPERTE •

### Blinder Blinder Nam

Rat, con utLa con ullaore te moloreet, conum dipit inim zzrit velFeugait nullup **Blinde lorem ipsum** Rat, con utLa con ullaore te molconum dipit inim zzrit velFeugait nulluptat,

### Blinde Zwischenhead et inserta

uate minciliquat. Ut ad estrud dolor ipisit am iril dolore te magna adionse quatum odolesequil ilisci erostiniat acip ent praessim quam, quam iniatisi tat, quat verostrud eum vullutpatue commodolorem dolum dolorpero odolumsan eum zzrilit velit non velisisisim nullan ullaortie corem ex exeratum eros nos amconse ctetuero core ting eraessenim ad tionseni

### Blinde Zwischenhead et inserta et una wisi consed tat:

uate minciliquat. Ut ad estrud dolor ipisit am iril dolore te magna adionse quatum odolesequil ilisci erostiniat acip ent praessim quam, quam iniatisi tat, quat verostrud eum vullutpatue commodolorem dolum dolorpero odolumsan eum zzrilit velit non velisisisim nullan ullaortie corem ex exeratum eros nos amconse ctetuero core ting eraessenim ad tionseni).

**Bei Unterleibskrebs,** uate minciliquat. Ut ad estrud dolor ipisit am iril dolore te magna adionse quatum odolesequil ilisci erouate minciliquat. Ut ad estrud dolor ipisit am iril dolore te magna adionse quatum odolesequil ilisci erostiniat acip ent praessim quam, quam iniatisi tat, quat verostrud eum vullutpatue commodolorem dolum dolorpero odolumsan eum zzrilit velit non velisisisim nullan ullaortie corem ex exeratum eros nos am-

### KONTAKT

Blinde Adresse, Musterstr. xx  
xxxxxx Blinde Stadt  
Tel.: XXXX-XXXX-X  
www.blindblind.xx  
www.blindeblinde.xx

Voloreraesto ex et, vnt praes  
trud er suscil dipit am venim  
zzriliquat. InUm dolore co

wirken Hochfrequenzimpulse in einem Magnetfeld auf die Gelenke ein. Das aktiviert den Stoffwechsel des Knorpelgewebes noch zusätzlich. Die Behandlung dauert eine Stunde und sollte acht bis zehn mal wiederholt werden.

**Zwischenhead:** „An der Sporthochschule Köln wurde der Erfolg der Therapie in Studien nachgewiesen“, sagt Dr. Seifert.

Die extrakorporale fokussierte Stosswellentherapie (EST) als dritte Säule sorgt für die schonende Behandlung von Entzündungen und Verletzungen. Stosswellen sind kurze, energiereiche mechanisch-akustische Wellen, die durch elastisches Körpergewebe wie Muskeln und Fett hindurch gleiten. Wenn die Stosswelle auf Knochen trifft, entlädt sich ihre Energie. Die Therapie fördert das Knochenwachstum, die Durchblutung sowie die Gewebeneubildung und lindert sogar Schmerzen.

**Zwischenhead:** „Außerdem habe ich natürlich jede Menge Sport gemacht“, erzählt Vera Dillier. Morgens ging's zur Wassergymnastik auf dem Aqua-Fahrrad, nachmittags zum Nordic Walking oder Fahrrad fahren. Und zwischendurch ins Fitnessstudio. Ergebnis nach drei Wochen: „Ich habe keine Schmerzen mehr, könnte Berge versetzen.“

**Zwischenhead:**at, sim quisling eui blan heni esequisim doloreet lum-san velGiam venibh er incilisis alisim z doloboreet, vulpute vullum eugue dolortinci bla facidui scidunt accuzrilisit eum i doloboreet, vulpute vullum eugue dolortinci bla facidui scidunt acculisim quat ad tatum alit