

## Konkrete Lösungen bei Rückenproblemen

1. Kasseler Patienten Symposium am Samstag, 8. März

Verspannungen, Schmerzen, Bewegungseinschränkungen – rund 80 Prozent der Deutschen klagen mindestens ein Mal im Leben über Rückenschmerzen. Der Volkskrankheit Nummer Eins ist sogar ein eigener Thementag gewidmet. Jährlich findet bundesweit der Tag der Rückengesundheit statt. Initiator war im Jahr 2012 das Forum Schmerz im Deutschen Grünen Kreuz.

In Kassel wird am Samstag, 8. März, erstmalig das „1. Kasseler Patienten Symposium zum Tag der Rückengesundheit“ im Haus der Kirche veranstaltet. „Wir möchten mit dieser Veranstaltung klare Lösungen für individuelle Pro-

bleme anbieten“, sagt Sascha Seifert. Er ist Physiotherapeut, Osteopath sowie therapeutischer Leiter des ambulanten Sportrehabilitationszentrums Rehamed in Kassel und hat das Patientensymposium mit initiiert.

### Vorbeugung und Behandlung

Im Haus der Kirche können sich Interessierte am Samstag, 8. März, aktuelle Informationen aus Medizin und Therapie zum Thema Rücken holen. Eine Vortragsreihe mit Experten unterschiedlicher Disziplinen erläutert verschiedene Möglichkeiten der Vorbeugung und Behandlung bei bestimmten Rückenbeschwerden. „Jeder kann sich hier sein eigenes Programm herausuchen“, sagt Seifert, der als Geschäftsführer des Gesundheitsmanagement Unternehmens Befit@work das Symposium veranstaltet. Besonders interessant: Jeweils nach einem Vortrag besteht die Möglichkeit, mit dem Referenten ins Gespräch zu kommen.

### Rückengesund im Alltag

Eine Ausstellung und Aktionen ergänzen das Patientensymposium. Die Besucher können sich an den Ständen praktische Tipps für ihre Rückengesundheit holen. Dazu gehört beispielsweise, wie ein ergonomischer, gesunder Arbeitsplatz aussieht oder was beim Bettenkauf zu beachten ist.

Zudem besteht die Möglichkeit, sich über verschiedene Messungen wie Muskelspannung und Beweglichkeit der Wirbelsäule einen Eindruck über die individuelle Rückenfitness zu verschaffen. Tipps für tägliche und wöchentliche Trainingseinheiten mit ge-

**Volkskrankheit Rückenbeschwerden: Rund 80 Prozent der Bevölkerung hatte schon mindestens ein Mal im Leben Rückenschmerzen.**

ringem Aufwand runden das Angebot ab.

Das 1. Kasseler Patienten Symposium beginnt um 9 Uhr. Die Vorträge sind bis gegen 16.45 Uhr geplant, eine offene Diskussion mit den Experten schließt sich an.

Der Eintritt kostet fünf Euro, Kinder bis zwölf Jahre zahlen keinen Eintritt. Karten gibt es im Internet oder an der Tageskasse. (zip)



Sascha Seifert, Osteopath



Dr. Götz-Ruprecht von Schön-Angerer, Zahnarzt



Jennifer Bajerke, Physiotherapeutin



Erhard Lang, Facharzt für Neurochirurgie



Dr. Sabine Mai, Fachärztin für Orthopädie und Chirurgie



Dr. Horst Darmstädter, Facharzt für Orthopädie



Dennis Hublitz, Ergonomie-Experte



Dr. Matthias Buch, Facharzt für Orthopädie



Tugba Capaci, Physiotherapeutin, Rückenschmerz-Therapeutin



Anja Ziesemann, Physiotherapeutin, Osteopathin

## Das Programm im Überblick

- ▶ 9 Uhr: Eröffnung der Info- und Aktionsstände (ganztägig)
- ▶ 10 Uhr Begrüßung
- ▶ 10.15 Uhr: „Rückenschmerzen: Anatomie der Wirbelsäule, pathologische Veränderungen und deren operative Behandlungsmethoden“, Dr. Sabine Mai
- ▶ 11 Uhr: „Rehabilitation nach Bandscheibenvorfall“ Jennifer Bajerke
- ▶ 11.30 Uhr: „Ergonomie am Arbeitsplatz, Hebe- und Tragetechniken“, Dennis Hublitz
- ▶ 12 Uhr „Osteopathie bei Rückenschmerzen“, Sascha Seifert
- ▶ 12.30 bis 13.15 Uhr: Mittagspause (zirka 45 Minuten)
- ▶ 13.15 Uhr: „4D Modell/Statik“ Dr.med. Horst Darmstädter
- ▶ 13.45 Uhr: „Der falsche

- Biss, schiefer Rücken“ Dr. Götz-Ruprecht von Schön-Angerer und Prof. Lutz Ricken
- ▶ 14.15 Uhr: „Cranio Mandibuläre Dysfunktion“ (CMD) Anja Ziesemann
- ▶ 14.45 bis 15 Uhr „kleine Kaffeepause“ (zirka 15 Minuten)
- ▶ 15.15 Uhr: „Osteopathie aus Ärztlicher Sicht“ Dr. Matthias Buch
- ▶ 15.45 Uhr: „Diagnose: Bandscheibenvorfall! Muss ich operiert werden?“ Privatdozent Dr. Erhard Lang
- ▶ 16.15 Uhr „FPZ Deutschland den Rücken Stärken, Rückenschmerz Therapie“ Tugba Capaci
- ▶ 16.45 bis 17.45 Uhr: Offene Diskussion und Fragen an die Experten
- ▶ 18 Uhr: Ende der Veranstaltung



## Kontakt

Weitere Informationen, Vortragsprogramm und Kartenbestellung unter [www.rueckengesundheit-kassel.de](http://www.rueckengesundheit-kassel.de)

## edelman bike



**RIESE & MÜLLER Avenue mit Bosch Motor**  
**RIESE + MÜLLER Avenue II HYBRID**  
**BOSCH Aktive Cruise**  
 Rückenfreundlich nach AGR Geschulter und zertifizierter r-m Premium Händler.  
**E-Bike Testzentrum edelman bike**  
 Goethestr. 37-39 · KS 1 77 69

## Matratzenkauf ist Vertrauenssache

Lassen Sie sich beraten von Kassels Profis für erholsames Schlafen



Wir haben einen neuen Service für Sie: Die Vermessung mit dem Wirbelscanner.

So können wir Ihre Wirbelsäule herstellerunabhängig vermessen und so wirklich die beste Matratze für Sie herausfinden. Wenn es mal doch nicht passt, kann man nach Absprache auch mal eine Matratze tauschen. **Wir bemühen uns, bis Sie zufrieden sind – versprochen!**

Ihr Eckhard Hillebrand

Mo.-Fr. 9.30-18.30 Uhr  
 Sa. 9.30-14.00 Uhr  
[www.liegen-sitzen.de](http://www.liegen-sitzen.de)

34131 Kassel-Bad Wilhelmshöhe  
 Wilhelmshöher Allee 274  
 Tel. 05 61 / 3 20 73

**Bewährtes bleibt: Das Lattoflex Bettsystem jetzt neu, mit noch besserer Schulterzone**



Finden Sie mit uns Ihr neues Bettsystem, z. B. das Lattoflex-System.

Wir haben viele verschiedene Bettsysteme im Angebot. Boxspringbett oder Teilunterfederung... Egal, wonach Sie suchen, wir finden gemeinsam mit Ihnen heraus, auf welchem Bettsystem Sie am optimalsten liegen. Lassen Sie sich beraten von Ihrem Bettspezialisten mit tausenden zufriedenen Kunden.

Gerne überprüfen wir Ihre Betten auch zu Hause.



Sanitätshaus  
**Medicus** GmbH & Co. KG  
 Im Herzen der City, für Ihre Gesundheit  
**Wolfsschlucht 6**  
**34117 Kassel**  
 ☎ 0561-8166944  
 Gesundheit für unsere Region  
[www.medicus-ks.de](http://www.medicus-ks.de) [www.facebook.com/shmedicus](http://www.facebook.com/shmedicus)

Bundesweit ausgezeichnet zum **Bettenfachhändler** mit **vorbildlicher Beratungskompetenz**  
**DAMM**  
 gesund schlafen entspannt sitzen  
**Betten-Damm am ICE-Bahnhof**  
 Wilhelmshöher Allee 264  
 34131 Kassel  
 Tel: 0561 64289  
[www.betten-damm.de](http://www.betten-damm.de)

**ZMK**  
 ZAHN - MUND - KIEFER  
 v. SCHÖN-ANGERER · RICKEN & PARTNER  
**ZMK | GEMEINSCHAFTSPRAXIS FÜR ZAHNHEILKUNDE & SPEZIALGEBIETE**  
 Ganzheitliche Zahnheilkunde · Parodontologie · Prophylaxe · Prothetik  
 Zahnerhalt · Implantologie · Lachgassedierung · Endotonie  
 Ästhetische Zahnheilkunde · Funktionstherapie/CMD · Kieferorthopädie  
 Kinderzahnheilkunde · Seniorenzahnheilkunde – auch mobil  
 Praxis Kassel Bad Wilhelmshöhe Wilhelmshöher Allee 311 34131 Kassel Tel. 05 61 - 93 75 90  
 Praxis Niestetal-Sandershausen Hannoversche Straße 42 34266 Niestetal-Sandershausen Tel. 05 61 - 52 45 80  
 Praxis Habichtswald-Dörnborg Blumensteinerstraße 20 34317 Habichtswald-Dörnborg Tel. 0 56 06 - 75 99  
[info@zmk-kassel.de](mailto:info@zmk-kassel.de) | [www.zmk-kassel.de](http://www.zmk-kassel.de)

**vitos:**  
 Orthopädische Klinik Kassel  
**Eine der größten orthopädischen Fachkliniken für konservative und operative Behandlung in Deutschland**  

- Zertifiziert als EndoProthetikZentrum der Maximalversorgung
- Nordhessenweit einziges Endoprothesen-Register zur Qualitätskontrolle
- FOCUS-Klinikliste 2013: Unter den fünf besten Orthopädie-Kliniken in Deutschland
- FOCUS-Ärzteliste 2013: Prof. Dr. Werner Siebert – einziger Top-Experte für Knie- und Hüftchirurgie in Nord- und Mittelhessen

 Vitos Orthopädische Klinik Kassel gemeinnützige GmbH  
 Wilhelmshöher Allee 345, 34131 Kassel,  
 Tel. 0561 - 30 84-0, Fax 0561 - 30 84-304,  
[info@vitos-okk.de](mailto:info@vitos-okk.de), [www.vitos-okk.de](http://www.vitos-okk.de)  
**Kompetent für Menschen.**  
 Ein Unternehmen des **LWVHessen**