

Wie man die Schulter entlastet

Kein anderes Gelenk unseres Körpers ist so beweglich wie die Schulter. Genau aus diesem Grund jedoch ist sie auch so anfällig für Verletzungen und Verschleißerkrankungen wie kein zweites Gelenk. Schulterprobleme sind daher häufig. Wie erkennt man Erkrankungen frühzeitig? Wann soll eine luxierte Schulter operiert werden? Welche Übungen helfen wirklich?

Das sind nur einige von vielen Fragen, die beim Altstadtgespräch heute um 18 Uhr im Alten Rathaus beantwortet werden. Der Orthopäde Dr. Peter Platzek (Gemeinschaftspraxis im Ambulanten Zentrum EvK) und der Diplom-sportlehrer Tilmann Dumke (Ortho-Mobile) verraten neben medizinischen Trends auch alltagstaugliche Tricks, um ein erkranktes Schultergelenk zu entlasten. Die Moderation übernimmt Ulrich Laibacher, Leiter der WAZ-Redaktion Hattingen. Eintritt frei.