

Informationen über den Arm.
Schnelle Hilfe bei Beschwerden.

Gesundheit steht meist an erster Stelle, wenn wir uns etwas wünschen.

Um dieses wertvolle Gut zu erhalten, ist jeder Einzelne gefordert, selbst aktiv zu werden und mehr Eigenverantwortung zu übernehmen.



Mehr Eigenverantwortung für die Gesundheit.



Engagement für die eigene Gesundheit beginnt mit alltäglichen Dingen, wie beispielsweise rückenbewussterem Verhalten, mehr Bewegung oder gesunder Ernährung, und reicht bis hin zur Bereitschaft, auch in seine Gesundheit zu investieren.

Zur Vorbeugung oder um bei Beschwerden schnell wieder auf die Beine zu kommen, stehen eine Vielzahl orthopädischer Hilfsmittel zur Verfügung. Zudem besteht die Möglichkeit, sich bewusst für eine qualitativ hochwertige Versorgung mit Hilfsmitteln, z. B. Bandagen zu entscheiden – der Mehrwert muss dann selbst übernommen werden.

Diese Investition in Qualitätsprodukte und damit in die eigene Gesundheit zahlt sich aus: durch eine schnellere Genesung und mehr Lebensqualität.

Bestens versorgt mit Qualitätsprodukten.

Die gute Verarbeitung, die Qualität der verwendeten Materialien und der Einsatz innovativer Technologien sind Voraussetzungen dafür, dass ein medizinisches Hilfsmittel perfekt sitzt. Nur dann kann es optimal wirken. Entscheidend ist die nachgewiesene Wirkung. Daher sollten Sie darauf achten, dass langjährige medizinische Erfahrungen mit dem Produkt vorliegen, die beweisen, dass das Produkt auch wirklich die Beschwerden lindern kann.

Bei Qualitätsprodukten aus dem Hause Bauerfeind haben Sie diese Sicherheit. Die Produkte unterliegen strengsten Qualitätskontrollen und werden entsprechend den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen ständig weiterentwickelt.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde in der Regel die männliche Schreibweise verwendet. Der Herausgeber weist an dieser Stelle ausdrücklich darauf hin, dass sowohl die männliche als auch die weibliche Schreibweise für die entsprechenden Beiträge gemeint ist.

Unsere Hände sind Multitalente: Sie können greifen, halten, tasten, streicheln und verletzen, sie können die Welt erkunden und gestalten, sie sind Ausdruck unserer Gefühle.

Schon Aristoteles war sich der Einzigartigkeit der Hände bewusst, als er sie als „Werkzeug aller Werkzeuge“ bezeichnete. Hände und Arme bilden eine Einheit, sind meist gemeinsam in Bewegung und nahezu unentbehrlich.

Arbeit:

- monotone Bewegungsabläufe bei der Computerarbeit
- Fehlbelastungen bei körperlicher Tätigkeit
- Tragen von schweren Gegenständen



Freizeit:

- einseitiges Tragen von schweren Einkaufstaschen
- Unterkühlung der Gelenke am Arm
- Überlastungen beim Heimwerken, bei der Gartenarbeit oder im Haushalt



Wunderwerke Hand und Arm.

Sport:

- ungenügende Muskelerwärmung
- falsch antrainierte Haltung, z. B. beim Tennis oder Golf
- Stürze auf das Hand- oder Ellenbogengelenk, z. B. beim Skifahren oder Inline Skaten



Solange unsere Arme schmerzfrei funktionieren, denken wir kaum über sie nach. Doch Beschwerden sind keine Seltenheit. Beruf, Freizeit und Sport erfordern unterschiedliche Bewegungen und können Auslöser für Schmerzen im Handgelenk und Ellenbogen sein.

Folgende Punkte können Auslöser für Beschwerden sein.

Auf den folgenden Seiten möchten wir Ihnen die wichtigsten Grundbegriffe rund um Ellenbogen und Handgelenke erläutern, einen Überblick über Aufbau und Funktion dieser Gelenke geben und deren häufigste Verletzungen und Erkrankungen vorstellen. Zudem finden Sie spezielle Übungen zur Muskelstärkung sowie Tipps, welche Hilfsmittel aus dem Hause Bauerfeind Ihnen bei Beschwerden helfen und Sie dabei unterstützen, Beschwerden vorzubeugen.

In diesem Kapitel beantworten wir Ihnen diese Fragen und bringen Ihnen die Anatomie und die Funktionsweise des Armes näher. Zum leichteren Verständnis finden Sie hierzu eine schematische Abbildung.

Wie sind Schulter und Arm aufgebaut und wie funktionieren sie?

1 Schultergelenk

Die knöchernen Strukturen, die den Oberarm mit dem Rumpf verbinden, sind das Schulterblatt und das Schlüsselbein des Schultergürtels. Das Schultergelenk ist dasjenige Gelenk, in dem die eigentliche Armbewegung stattfindet. Es wird vom Oberarmkopf und der Schulterpfanne des Schulterblatts gebildet. Aufgrund des Größenunterschieds zwischen Gelenkkopf und Gelenkpfanne ist der Arm sehr geweglich.

2 Ellenbogengelenk

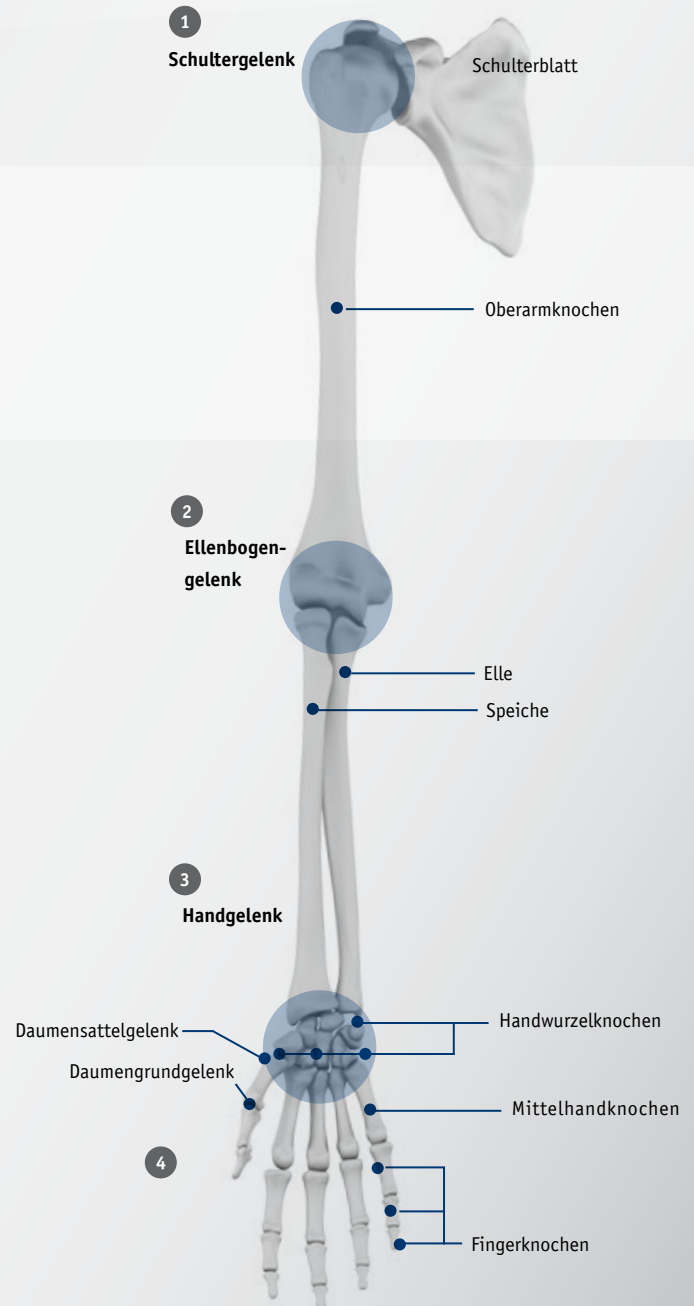
Das Ellenbogengelenk besteht aus Oberarmknochen, Elle und Speiche. Durch das Zusammenspiel dieser drei Gelenke sind in jeder Beuge- bzw. Streckstellung gleichzeitig Drehbewegungen der Speiche um die Elle möglich.

3 Handgelenk

Das Handgelenk wird durch einen straffen Kapsel-Band-Apparat stabilisiert und dadurch in seiner Beweglichkeit eingeschränkt. Handrückenseitig verlaufen die so genannten Strecksehnen durch sechs Sehnenfächer als Leitschiene. An der Handinnenseite verlaufen alle Sehnen gemeinsam mit den großen Handnerven. Der Mittelhandnerv (Nervus medianus) verläuft unter dem Karpalband durch den so genannten Karpaltunnel.

4 Daumen

Er ist der stärkste Finger der Hand und besteht nur aus zwei anstatt drei Fingerknochen. Mit dem Daumen kann man einen Gegendruck zu den anderen Fingern ausüben, was Grundlage der Greiffunktion ist.



Natürlich kann diese Broschüre nur in kurzer Form die wichtigsten Zusammenhänge erläutern und keineswegs den Arztbesuch im Krankheitsfall ersetzen.

Bei Schmerzen im Arm sollten Sie einen Arzt aufsuchen, der Sie fachkundig untersucht und die Behandlung mit einer entsprechenden Diagnose einleitet.

Wenn die Gelenke am Arm plötzlich Probleme bereiten – die häufigsten Verletzungen und Erkrankungen.



Impingementsyndrom

Beim Impingement-Syndrom handelt es sich um eine Einengung des Gleitraumes der Sehnen der Rotatorenmanschette und den Schleimbeuteln zwischen Oberarmkopf und Schulterdach. Ursache ist häufig eine Degeneration oder Verletzung der Rotatorenmanschette, die mit einer Schwellung einhergeht.

Zu den möglichen Folgen zählen neben einer Beeinträchtigung der Gelenkfunktion und einem Schmerz beim Abspreizen des Oberarmes auch sekundäre Schädigungen der beteiligten Strukturen.

Schulterluxation



Bei akuten Schulterverletzungen ist die Schulterluxation mit 30 % besonders häufig vertreten. Unter einer Schulterluxation versteht man eine Ausrenkung des Schultergelenks, d.h. einen vollständigen Kontaktverlust der beiden Gelenkflächen von Oberarmkopf und Gelenkpfanne. 95 % aller Schulterluxationen sind traumatisch bedingt. Sie werden durch eine hebelnde Krafteinwirkung verursacht, die sich typischerweise von vorne auf den abgespreizten Arm in Außenrotation richtet, wie zum Beispiel bei einem Handballspieler mit ausgestrecktem Wurfarm.

Omarthrose



Bei der Omarthrose handelt es sich um eine degenerative Veränderung des Gelenkknorpels im Schultergelenk. Sie tritt meist ohne erkennbare Ursache auf, kann sich aber, auch aus mechanischen Überlastungen, Schäden an der Rotatorenmanschette sowie Zuständen nach Operationen, Entzündungen und Unfällen, sekundär entwickeln. In vielen Fällen wird die Diagnose erst im fortgeschrittenen Stadium gestellt, da die Schulter aufgrund ihrer Nebengelenke über Kompensationsmöglichkeiten verfügt und im Gegensatz zu Knie oder Hüfte nicht lasttragend ist.

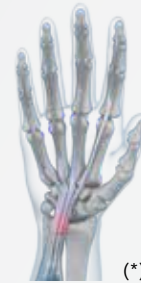
Typische Anzeichen einer Omarthrose sind Bewegungsschmerzen mit schmerzhafter Bewegungseinschränkung.

Rotatorenmanschettenruptur



Unter einer Rotatorenmanschettenruptur versteht man einen teilweisen oder vollständigen Riss einer einzelnen oder auch mehrerer Sehnen der Rotatorenmanschette. Meist tritt die Ruptur in vorgeschädigtem Gewebe auf, daher kommen sie im höheren Lebensalter häufiger vor.

Charakteristische Symptome von Rotatorenmanschettenrupturen sind Belastungs- und Bewegungsschmerzen, aber auch Nacht- und Ruheschmerzen werden häufig beklagt. Als besonders störend empfinden die Patienten den plötzlich einsetzenden Kraftverlust bei Überkopf-Bewegungen.



Sehnenscheidenentzündung (Tendovaginitis)

Eine Entzündung der Sehnenscheiden im Handwurzelbereich, die sich in starken, stechenden oder ziehenden Schmerzen äußert. Sie entsteht als Folge andauernder, einseitiger Bewegungsabläufe, welche die Sehnen und Sehnenscheiden besonders beanspruchen (z. B. Fehlhaltung an der Computertastatur).



Tennisarm (*Epicondylitis lateralis humeri*)

Eine Entzündung an der Außenseite des Ellenbogengelenks aufgrund einer Überbeanspruchung der Muskulatur und Sehnen. Die Ansatzstelle wird durch wiederholte und kraftaufwendige Streckbewegungen von Hand und Fingern sowie durch Drehbewegungen im Ellenbogengelenk (z. B. Computertätigkeit) belastet. Verletzungen sind an der Entstehung eines Tennisarms mit bis zu 26 % verantwortlich. Die Betroffenen sind meist älter als 40 Jahre.



Golferellenbogen, Werferellenbogen (*Epicondylitis medialis humeri*)

Ein Schmerzzustand im Bereich der Innenseite des Ellenbogengelenks. Dieser Bereich wird besonders durch wiederholte und kraftaufwendige Beugebewegungen im Handgelenk und in den Fingern sowie durch Drehbewegungen im Ellenbogengelenk strapaziert. Als Ursache wird die Entstehung von kleinsten Verletzungen (Mikrotraumata) in den Beugersehnen und an ihrer Ansatzstelle vermutet. Die Betroffenen sind meist älter als 40 Jahre.



(*)

Karpaltunnelsyndrom

Als Karpaltunnel wird der Nerven-Muskeldurchgang auf Höhe des Handgelenks und auf der Seite der Handinnenfläche angesehen. Er dient den Beugemuskeln der Hand sowie dem Mittelhandnerv als Durchlass und Führungseinrichtung. Im Karpaltunnel verlaufen die Sehnen der Fingerbeugermuskeln, Blutgefäße und der die Hand versorgende Nerv. Beim Karpaltunnelsyndrom ist dieser Nerv eingeklemmt. Frauen sind etwa dreimal häufiger davon betroffen als Männer.



(*)

Daumensattelgelenksarthrose (Rhizarthrose)

Es handelt sich um eine fortschreitende Zerstörung des Knorpels im Bereich des Daumensattelgelenks. Wie generell alle Knochen im Bereich eines Gelenks sind diese beiden betroffenen Knochen an ihren Verbindungsstellen mit einer Knorpelschutzschicht überzogen. Durch die Arthrose wird allerdings diese schützende Knorpelschicht fortschreitend zerstört. Dies hat die Entstehung von Schmerzen zur Folge, die in späteren Stadien zunehmen und auch teilweise in Ruhephasen auftreten können.



(*)

Skidaumen

Der Daumen kann den Fingern gegenübergestellt werden und ermöglicht damit der menschlichen Hand, einen feststehenden Verschluss einer Flasche ebenso zu öffnen wie einen schweren Gegenstand festzuhalten. Bei einem Innenbandabriss am Daumengrundgelenk durch z. B. einen plötzlichen Sturz mit einem Skistock mit angelegter Schlaufe ist der Daumen instabil. D. h. es kommt bei zahllosen Tätigkeiten der Hand immer wieder zu einem „Wegklappen“ des Daumens im Daumengrundgelenk, wenn das Band nicht operiert wird.

Beschwerden im Arm erschweren unseren Alltag erheblich. Die Einhaltung der folgenden zehn Regeln sowie die regelmäßige Durchführung von Übungen zur Kräftigung der Armmuskulatur helfen Ihnen, Ihre Arme gesund zu halten und Beschwerden entgegen zu wirken bzw. vorzubeugen.



So bleibt Ihr Arm
in Form.

Zehn Regeln für gesunde Arme

- 1 Schützen Sie Ihr Hand- und Ellenbogengelenk mit Protektoren bei Sportarten wie Skaten oder Skifahren.
- 2 Meiden Sie Überstreckungen der Armbeuge.
- 3 Beim Tragen von schweren Lasten verteilen Sie sie gleichmäßig auf beide Seiten.
- 4 Benutzen Sie eine spezielle Gel-Unterlage zur Entlastung des Handgelenks bei der PC-Arbeit.
- 5 Tragen Sie im Winter Handschuhe oder kurze Armstulpen, um einer Unterkühlung am Handgelenk vorzubeugen.
- 6 Benutzen Sie zur Entlastung des Handgelenks bei der Arbeit ergonomisch geformte Werkzeuge.
- 7 Vermeiden Sie starke Überlastung und fehlerhafte Bewegungsabläufe der Hand- und Ellenbogengelenke, zum Beispiel bei der Gartenarbeit.
- 8 Benutzen Sie einen ergonomischen Lenker beim Fahrradfahren, so wird Ihr Handgelenk geschont.
- 9 Führen Sie regelmäßig Kräftigungsübungen durch.
- 10 Stellen Sie Ihren Schreibtischplatz auf die richtige Höhe ein, um Verspannungen zu vermeiden.

Übungen zur Vorbeugung und Rehabilitation von Verletzungen an der Schulter.

Die folgenden Übungen dienen der Verbesserung der Schulterstabilität, -beweglichkeit und -kraft.

Erfolge und ein Schmerzurückgang stellen sich oftmals erst nach mehrwöchiger Übung und Behandlung ein. Daher sollten Sie die Übungen kontinuierlich über einen längeren Zeitraum durchführen.

Übung 1

Übung zur Lockerung des Schultergürtels – Schulterkreisen

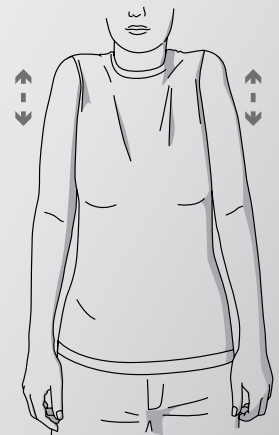
- Lassen Sie beide Arme seitlich am Körper nach unten locker hängen.
- Kreisen Sie mit beiden Schultern gleichzeitig, erst vorwärts und dann rückwärts.
- Wiederholen Sie die Übung je 5-10 mal.



Übung 2

Übung zur Lockerung des Schultergürtels – Schulterheben

- Lassen Sie beide Arme seitlich am Körper nach unten locker hängen.
- Ziehen Sie beide Schultern in Richtung Kopf gleichzeitig hoch und führen Sie sie danach wieder langsam nach unten.
- Wiederholen Sie die Übung 5-10 mal.

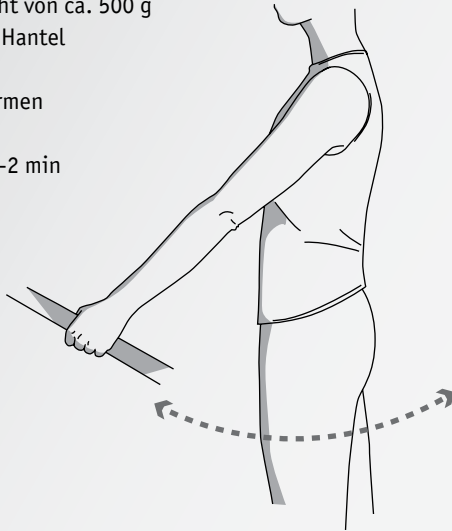


Bitte klären Sie mit Ihrem Arzt, ob diese Übungen für Sie geeignet sind.

Übung 3

Übung zur Lockerung des Schultergürtels – seitliches Pendeln

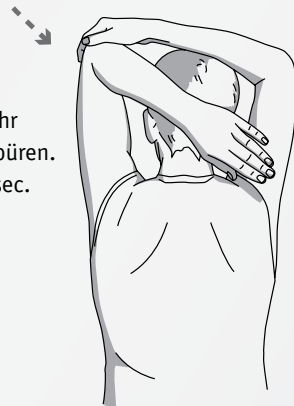
- Nehmen Sie ein Gewicht von ca. 500 g in die Hand (z.B. eine Hantel oder Wasserflasche).
- Pendeln Sie mit den Armen locker hin und her.
- Dauer der Übung ca. 1-2 min



Übung 4

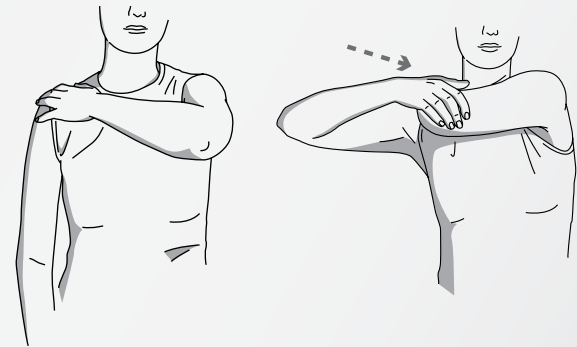
Übung zur Dehnung der Schultermuskulatur – Überkopfdehnung

- Führen Sie den gebeugten Arm hinter den Kopf.
- Fassen Sie mit der anderen Hand den Ellenbogen und ziehen diesen in Richtung gegenüberliegendem Ohr bis Sie einen leichten Widerstand spüren.
- Halten Sie diese Position für ca. 10 sec.



Übung 5

Übung zur Dehnung der Schultermuskulatur – Dehnung in Schulterhöhe

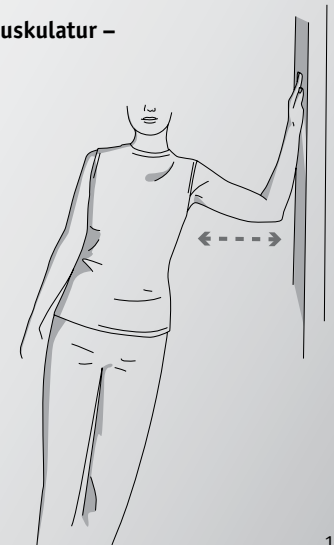


- Legen Sie eine Hand auf die gegenüberliegende Schulter, heben Sie den Ellenbogen in Schulterhöhe an.
- Mit der freien Hand fassen Sie die Ellenbogen und ziehen diesen zur gegenüberliegenden Schulter bis Sie einen leichten Widerstand spüren.
- Halten Sie die Endstellung ca. 10 sec.

Übung 6

Übung zur Dehnung der Schultermuskulatur – mittels Türrahmenstehen

- Stellen Sie sich mit seitlich ausgestrecktem Arm in L-Haltung in einen Türrahmen.
- Bewegen Sie die Fußspitzen 2 bis 3 Fußbreit vom Türrahmen weg.
- Halten Sie die Endstellung ca. 10 sec.



Übungen zur Vorbeugung und Rehabilitation von Verletzungen an der Hand.

Übung 1

Übung gegen Sehnenscheidenentzündungen

Mit den speziellen Dehnübungen 1 und 2 können Sie selbst dazu beitragen, Ihre Probleme mit einer Sehnenscheidenentzündung dauerhaft in den Griff zu bekommen.

- Stützen Sie sich mit gestrecktem Arm und abgewinkelter Hand auf einem Tisch ab.
- Drehen Sie die Hand in Richtung kleiner Finger bis alle Finger, außer der Daumen, zum Körper zeigen.
- Lösen Sie den Handballen vom Tisch während die Finger auf der Platte verweilen.
- Beugen Sie den Ellenbogen bis sich ein leichtes Spannungsgefühl aufbaut. Halten Sie die Spannung 15 Sekunden.
- Die Übung regelmäßig wiederholen.

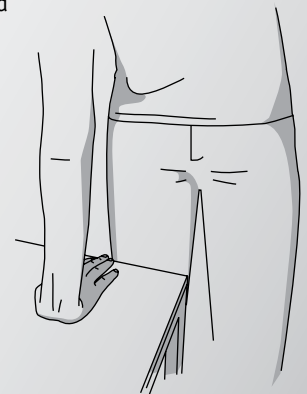


Übung 2

Dehnungsübungen der Fingerbeugemuskulatur

Hierdurch kann die Schwellung chronisch überlasteter Sehnen vermindert und damit auch eine Druckentlastung des Nervs bewirkt werden (zusätzlich unterstützt auch Übung 1 die Heilung).

- Stützen Sie sich mit gestrecktem Arm und abgewinkelter Hand auf einem Tisch ab.
- Drehen Sie die flach aufgelegte Hand in Richtung kleiner Finger bis alle Finger zum Körper zeigen.
- Drücken Sie die Handfläche fest auf die Tischplatte und erhöhen Sie die Dehnung vorsichtig.
- Es entsteht ein Spannungsgefühl am inneren Unterarm.
- Bei Schmerzen im Handgelenk den Druck sofort zurücknehmen.
- Die Spannung 15 Sekunden halten.
- Die Übung regelmäßig wiederholen.



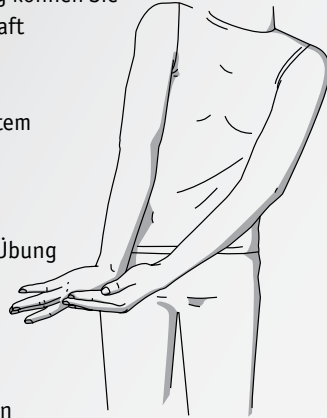
Bitte klären Sie mit Ihrem Arzt, ob diese Übungen für Sie geeignet sind.

Übung 3

Dehnungsübung gegen Tennisarm

Mit dieser speziellen Dehnungsübung können Sie dazu beitragen, Beschwerden dauerhaft in den Griff zu bekommen.

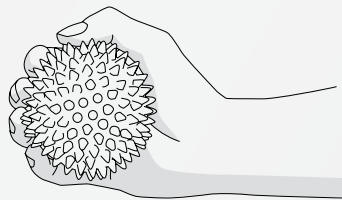
- Winkeln Sie die Hand bei gestrecktem Arm nach unten ab.
- Drehen Sie die Hand in Richtung kleiner Finger so weit es geht.
- Die Fingernägel zeigen bei dieser Übung vom Körper weg nach außen.
- Mit der anderen Hand unter leichtem Druck die abgewinkelte Hand in Richtung Körper drücken.
- Es entsteht ein Spannungsgefühl in der Unterarmmuskulatur.
- Die Dehnung vorsichtig erhöhen und 15 Sekunden halten.
- Die Übung regelmäßig wiederholen.



Übung 4

Kräftigungsübung für die Fingerbeuger

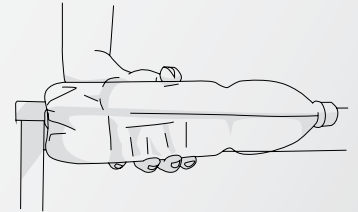
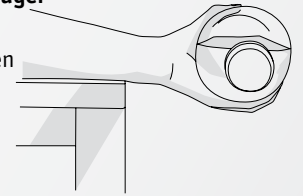
- Legen Sie einen kleinen Ball (Igel- / Tennisball) auf die Handinnenfläche und pressen Sie mit Ihren Fingern den Ball zusammen.
- Bitte wiederholen Sie diese Übung mehrmals.



Übung 5

Kräftigungsübung für die Handbeuger

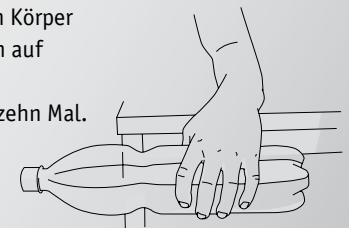
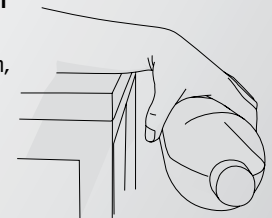
- Legen Sie den Vorderarm auf einen Tisch, wobei die Hand mit der Handfläche nach oben über die Tischkante nach unten hängen sollte ("Hand aufhalten").
- Greifen Sie eine leicht gefüllte Plastikflasche mit derselben Hand. Versuchen Sie nun das Handgelenk zu beugen.
- Wiederholen Sie diese Übung zehn Mal.



Übung 6

Kräftigungsübung für die Handstrecker

- Legen Sie den Unterarm auf einen Tisch, wobei die Hand mit der Handfläche über die Tischkante nach unten hängen sollte.
- Greifen Sie eine leicht gefüllte Plastikflasche mit derselben Hand. Versuchen Sie nun das Handgelenk nach oben zu strecken (an den Körper heranzuziehen), wobei Ihr Arm auf dem Tisch liegen bleiben soll.
- Wiederholen Sie diese Übung zehn Mal.



Bauerfeind – Schnelle Hilfe bei Armbeschwerden.

Neben der Einhaltung der zehn Regeln und regelmäßiger Bewegung helfen spezielle Bandagen und Orthesen, Schmerzen im Beschwerdefall zu lindern und den Rücken zu unterstützen und zu stabilisieren.

Bandagen und Orthesen von Bauerfeind eignen sich für die Akutversorgung, unterstützen die Rehabilitation und können auch präventiv eingesetzt werden.

Sie sind praktisch in der Handhabung und können einfach und schnell angelegt werden.

Bauerfeind – Kompetenz rund um den Arm.

Durch ihre muskelaktivierenden und stabilisierenden Eigenschaften beschleunigen Bandagen und Orthesen Regenerationsprozesse. Ihre schmerzlindernde Wirkung motiviert zur Bewegung.

Sie verbessern die Eigenwahrnehmung des Körpers und tragen so zu einer langfristigen Stabilisierung bei, indem Fehlhaltungen und Fehlbewegungen korrigiert, die Muskulatur gestärkt und Überlastungsmomente ausgeglichen werden.

Auf den folgenden Seiten finden Sie für die Linderung Ihrer Beschwerden das passende Produkt von Bauerfeind.

Train-Aktivbandagen zeichnen sich durch einen hohen Tragekomfort aus und unterstützen so die therapeutische Wirksamkeit nachhaltig. Sie überzeugen durch:

- **sicheren Sitz und hohe Dehnfähigkeit**
- **ein atmungsaktives, hautfreundliches Material**
- **sportliches Design**

Beste Wirkung und angenehmer Komfort.

Hoher Tragekomfort

Die Train-Aktivbandage ist in dreidimensionalem, anatomisch angepasstem Formgestrick gearbeitet – für einen perfekten Sitz und hohe Wirksamkeit.



Dehnfähigkeit des Gestricks



Atmungsaktives Gestrick

Anwendungsgebiete

- Gelenkverschleiß (Arthrose)
- Reizzustände nach Verletzungen (posttraumatisch)
- Sehnscheidenentzündung (Tendovaginitis)



Anwendungsgebiete

- Gelenkverschleiß (Arthrose)
- Reizzustände nach Verletzungen (posttraumatisch) oder Operationen (postoperativ)
- Tennis-/Golferellenbogen (Epikondylopathien)



ManuTrain®

Aktivbandage zur Unterstützung des Handgelenks

- Massagepolster sorgen für eine Druckentlastung von Nerven und Gefäßen am Handgelenk
- Wirkt schmerzlindernd und muskelaktivierend
- Optimale Passform und hoher Tragekomfort: sitzt angenehm, schneidet nicht ein, atmungsaktiv und feuchtigkeitsabführend

EpiTrain®

Aktivbandage zur gezielten Kompression des Ellenbogens

- Massagepolster entlasten die Knochenvorsprünge und verteilen den therapeutischen Druck auf das umliegende Weichteilgewebe
- Wirkt schmerzlindernd und muskelaktivierend
- Optimale Passform und hoher Tragekomfort: sitzt angenehm, schneidet nicht ein, atmungsaktiv und feuchtigkeitsabführend

Anwendungsgebiete

- Ruhigstellung nach Verletzungen und Operationen
- Schwere Form von Daumensattelgelenkverschleiß (Rhizarthrose)
- Kombinationsverletzungen Handgelenk, Daumensattel- und Daumengrundgelenk
- Karpaltunnelsyndrom



Anwendungsgebiete

- Akute/chronische Reizzustände im Handgelenk
- Ruhigstellung nach Verletzungen oder Operationen
- Karpaltunnelsyndrom
- Prellung oder Verstauchung



Anwendungsgebiete

- Daumensattelgelenkverschleiß (Rhizarthrose)
- Skidaumen



Anwendungsgebiete

- Tennisellenbogen (Epikondylitis humeri)
- Golferellenbogen (Epikondylitis medialis humeri)



ManuRhizoLoc

ManuLoc®

RhizoLoc®

EpiPoint®

Stabilorthese zur Ruhigstellung des Handgelenks mit Daumenfixierung

- Stabilisiert Hand-, Daumensattel- und Daumengrundgelenk bei maximaler Bewegungsfreiheit
- Einfaches Anlegen und komplettes Öffnen der Orthese mit einer Hand
- Abnehmbare Daumenauflage
- Hoher Tragekomfort durch atmungsaktive und feuchtigkeitsabführende Materialien und die hochwertige Verarbeitung ohne Naht

Stabilorthese zur Ruhigstellung des Handgelenks

- Stabilisiert das Handgelenk, ohne die Beweglichkeit einzuschränken; Greifbewegungen sind möglich
- Einfaches Anlegen und komplettes Öffnen der Orthese mit einer Hand
- Rechts und links tragbar
- Hoher Tragekomfort durch atmungsaktive und feuchtigkeitsabführende Materialien und die hochwertige Verarbeitung ohne Naht

Stabilorthese zur Stabilisierung des Daumensattel- und Daumengrundgelenks

- Flexibel anpassbare Daumenlasche ermöglicht Bewegungen im Daumengrundgelenk – je nach Therapiephase
- Hoher Tragekomfort durch atmungsaktive und feuchtigkeitsabführende Materialien und die hochwertige Verarbeitung ohne Naht

Orthese:

Orthopädisches Hilfsmittel zur Entlastung, Stabilisierung, Ruhigstellung, Führung oder Korrektur von Gliedmaßen oder des Rumpfes.

Stabilorthese zur Behandlung des Tennisellenbogens

- Massagepolster löst gezielt die Verspannung und damit den Schmerz
- Elastisches Band zur Druckeinstellung; roter Signalbereich zeigt zuviel Druck an
- Praktische Anwendung für beide Arme durch einfaches Drehen des Massagepolsters

Anwendungsgebiete

- Gelenkverschleiß (Arthrose)
- Reizzustände nach Verletzungen
- Reizzustände nach Operationen
- Überlastungsschäden z.B. Werferschulter



Anwendungsgebiete

- Gelenkverschleiß (Arthrose)
- Reizzustände nach Verletzungen
- Reizzustände nach Operationen
- Überlastungsschäden z.B. Werferschulter



Anwendungsgebiete

- Ruhigstellung des Schultergelenks z.B. nach einer Schulteroperation
- Auskugeln der Schulter



Anwendungsgebiete

- Riss eines/mehrerer Muskeln/ Sehnen der Rotatorenmanschette
- Oberarmknochenbruch
- Verletzung der Knorpellippe am oberen Pfannenrand
- Schulterreckgelenksverrenkung
- Auskugeln der Schulter



OmoTrain®

Aktivbandage zur frühfunktionellen Behandlung des Schultergelenks

- Das Delta-Massagepolster verteilt den therapeutischen Wechseldruck auf das umliegende Weichteilgewebe
- Schmerzen werden reduziert, Muskeln aktiviert
- Train-Aktivgestrick bietet optimale Passform und hohen Tragekomfort
- Spezielle Gurtführung zentriert das Schultergelenk
- atmungsaktive und feuchtigkeitsabführende Materialien

OmoTrain® S

Aktivbandage zur muskulären Stabilisierung des Schultergelenks

- Das Delta-Massagepolster verteilt den therapeutischen Wechseldruck auf das umliegende Weichteilgewebe
- Schmerzen werden reduziert, Muskeln aktiviert
- Train-Aktivgestrick bietet optimale Passform und hohen Tragekomfort
- Direkte Gurtführung ermöglicht leichtes An-/ Ablegen und hohen Bewegungsfreiraum im Alltag und beim Sport

OmoLoc®

Stabilorthese zur Ruhigstellung des Schultergelenks

- Breiter Verschluss mit Anziehschlaufen ermöglicht leichtes, selbstständiges An- und Ablegen
- Die Armauflage stützt sich auf den Beckengurt ab; somit ist kein Schultergurt notwendig
- Die offene Konstruktion ermöglicht einfache Körperpflege besonders im Wundbereich
- Weiches Material sorgt für angenehmen und hohen Tragekomfort

SecuTec® Omo

Funktionelle Stabilorthese zur Ruhigstellung des Schultergelenks in zwei Ebenen in frei wählbarer Abduktion

- Bauchgurtsystem ermöglicht eigenständiges An- und Ablegen der Orthese
- Innenrotation per Knopfdruck bei jedem Abduktionswinkel; ermöglicht schnell eine komfortable Liegeposition
- Die Armauflage stützt sich auf der Beckenfassung ab; es ist kein Schultergurt notwendig
- Beckenfassung lässt sich neigen und an die Körperform anpassen
- Freie Konstruktion unter dem Gelenk, dadurch kaum Einschränkungen im Alltag

BANDAGEN UND ORTHESEN

KOMPRESSIONSSTRÜMPFE

EINLAGEN UND SCHUHE

MESSTECHNOLOGIE

Rev. 2 - 09/13_19001060731001

Bauerfeind AG

Triebeser Straße 16

07937 Zeulenroda-Triebes

Tel. +49 (0) 36628-66-40 00

Fax +49 (0) 36628-66-44 99

E-Mail info@bauerfeind.com

Österreich

Bauerfeind Ges.m.b.H.

Hainburger Straße 33

A-1030 Wien

Tel. +43 (0) 800 44 30 130

Fax +43 (0) 800 44 30 131

E-Mail info@bauerfeind.at

Schweiz

Bauerfeind AG

Vorderi Böde 5

CH-5452 Oberrohrdorf

Tel. +41 (0) 56 485 82 42

Fax +41 (0) 56 485 82 59

E-Mail info@bauerfeind.ch