

# Gesundheit



## Wertvolle Informationen rund um die Gesundheit

Eine interessante Plattform für Therapien, Vorsorge und Früherkennung, Fitness, Ernährung und Infos der Krankenkasse.

Foto: pixelio.de

## Volkskrankheit Fersensporn

### Chronische Schmerzen des Muskel- und Sehnenapparates

■ DACHAU · Chronische Schmerzen des Muskel- und Sehnenapparates stellen in Deutschland heutzutage leider eine sprichwörtliche Volkskrankheit dar. Was Viele nicht wissen: Chronische Schmerzen können häufig gut mit einer Strahlentherapie behandelt werden. Das betrifft insbesondere den Fersensporn.

Der Fersensporn ist eine knöcherne Ausziehung am Fersenbein und im Röntgenbild sichtbar. Der Sporn befindet sich entweder an der Unterseite oder oben an der Rückseite der Ferse.

Bei beiden Schmerzzuständen werden Überbelastungen und Reizungen der Sehnen als Ursachen gesehen. Zu denken ist hierbei an langes Stehen im Beruf, Übergewicht, Überbeanspruchung, Bewegungsmangel und viele mehr.

Die nicht-operative orthopädische Behandlung umfaßt angepaßtes Schuhwerk, Fersenkissen, maßgefertigte Einlagen mit Schaumgummifütterung, Physiotherapie, Medikamentenbehandlung, lokale Injektionen, Ultraschall, et cetera. Mit den aufgeführten Maßnahmen kann eine Schmerzreduktion herbeigeführt werden.

Die Strahlenbehandlung zielt auf eine Reduktion beziehungsweise Beseitigung der Schmerzen. Die Anwendung der Strahlentherapie hat bei Patienten mit Fersensporn in Deutschland und Europa eine

lange Tradition. In der medizinischen Literatur wird berichtet, daß sich mit Strahlentherapie bei zirka 70 bis 80 Prozent der Betroffenen eine teilweise oder vollständige Schmerzurückbildung erreichen läßt.

Die Strahlentherapie erfolgt heutzutage mit Röntgen-



strahlen (Photonen) und niedrigen Dosen an einem Linearbeschleuniger. In der Regel werden sechs Bestrahlungs-sitzungen innerhalb von zwei bis drei Wochen durchgeführt. Die Strahlendosis der jeweiligen Bestrahlungssitzung beträgt 0,5 Gy, die Dauer liegt im Bereich von wenigen Minuten.

Vor Start der ersten Bestrahlung eine Computertomographie (CT) durchgeführt. Bei kürzeren Schmerzzuständen von weniger als sechs Monaten scheint die Strahlentherapie besser zu wirken. Jedoch wird auch nach bereits jahre-

lang bestehenden Schmerzen überraschend oft eine weitgehende oder sogar vollständige Schmerzurückbildung beobachtet.

Die schmerzlindernde Wirkung der Radiotherapie setzt zunächst langsam ein und kann in aller Regel erst sechs bis acht Wochen nach Ende einer Strahlentherapie-Serie in vollem Umfang beurteilt werden. Bei rund der Hälfte der Patienten ist eine weitere Strahlenbehandlungs-Serie erforderlich, um die volle schmerzlindernde Wirkung zu erreichen.

Man geht davon aus, daß zelluläre und biochemische Entzündungsvorgänge im Bereich der Sehnenansätze Ursache der Schmerzen sind. Durch Strahleneinwirkung werden diese Entzündungsvorgänge so beeinflusst, daß sich eine Schmerzreduktion ergibt. Mehrere wissenschaftliche Veröffentlichungen zeigen, daß der positive, schmerzlindernde Effekt der Strahlentherapie über Jahre andauern kann.

Die Frage der Nebenwirkungen einer schmerzlindernden Strahlentherapie, kann als unproblematisch erachtet werden. Dieses gilt auch, wenn zwei Bestrahlungsserien zur Anwendung kommen. Das kalkulierbare, also theoretische Risiko einer durch eine »Schmerzbestrahlung« ausgelösten Tumorerkrankung ist sehr gering.



**Wir können Schmerzen lindern  
Wir behandeln Arthrosen, Fersensporn  
und andere chronische Schmerzen**

auf höchstem Niveau und mit modernster Gerätetechnik

Biberstraße 15, D-85354 Freising  
Tel: 08161-935320  
Info@StrahlentherapieFreising.de

Dr.-Hiller-Straße 35, D-85221 Dachau  
Tel: 08131-337700  
Info@StrahlentherapieDachau.de

**www.StrahlentherapieFreising.de**

## Notdienste

|                                                  |               |
|--------------------------------------------------|---------------|
| Notruf                                           | 110           |
| Feuerwehr                                        | 112           |
| Rettungs- und Krankenhaus-Transportdienst        | 112           |
| Notarzt Rettungswagen                            | 112           |
| Rotes Kreuz                                      | 08131-3663-0  |
| Suchthotline – rund um die Uhr/anonym            | 089-28 28 22  |
| Krisendienst Psychiatrie                         | 0180-655 3000 |
| Frauennotruf                                     | 08131-26399   |
| Frauenhaus mit Krisentelefon bei Gewalt 24 Std.: | 08131-514726  |

Rufnummer des bayernweiten  
ärztlichen Bereitschaftsdienstes



## Allgemeine Rufnummern

|                                                                                     |                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| Aufsperrdienst                                                                      | 0800-7737734<br>free call |
| Abflussrohr-Reinigung                                                               | 08131-95569               |
| Störungsdienst für<br>Stadtwerke Dachau                                             |                           |
| Strom                                                                               | 08131-7009-18             |
| Wasser                                                                              | 08131-7009-25             |
| Erdgas                                                                              | 08131-66 90 03            |
| Zuständig nur bei Störungen in den städtischen Versorgungsleitungen bis zum Zähler. |                           |

**116 117**



Gesundheitsstiftung  
im Landkreis Dachau



Hilfe bei Autoimmun- und Krebserkrankungen

Konto: Volksbank Raiffeisenbank Dachau eG  
DE12 7009 1500 0100 0406 65

**Ihre Spende hilft!** gesundheitsstiftung-dachau.de



Der Dachauer  
**KURIER**

erscheint wöchentlich  
zur besten Zeit...  
...immer

*samstags*



## Apotheken-Nacht-Notdienst

Vom 7. März 2020 – 13. März 2020

### DACHAU (KARLSFELD)

|                |                                                                         |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Sa., 7.3.2020  | Frühlings-Apotheke, Frühlingsstraße 33, Dachau, Tel. 08131/4091         |
| So., 8.3.2020  | Lessing-Apotheke, Münchner Straße 64, Dachau, Tel. 08131/54999          |
| Mo., 9.3.2020  | Ludwig-Thoma-Apotheke, Ernst-Reuter-Platz 2, Dachau, Tel. 08131/2 10 87 |
| Di., 10.3.2020 | Marien-Apotheke, Pf.-Kölbl-Straße 9, Dachau, Tel. 08131/834 33          |
| Mi., 11.3.2020 | Obere Apotheke, K.-Adenauer-Straße 18, Dachau, Tel. 08131/72630         |
| Do., 12.3.2020 | Rats-Apotheke, Mittermayerstraße 13, Dachau, Tel. 08131/72510           |
| Fr., 13.3.2020 | Sonnen-Apotheke, Schleißheimer Straße 77, Dachau, Tel. 08131/1676       |

### IM NÖRDLICHEN / WESTLICHEN LANDKREIS DACHAU

|                |                                                                                                                                                  |
|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sa., 7.3.2020  | Amper-Apotheke, Münchener Str. 13, Allershausen, Tel. 08166/9400<br>St. Alto-Birgitten-Apotheke, Bahnhofstr. 8, Altomünster, Tel. 082 54/9 97 80 |
| So., 8.3.2020  | St. Georg-Apotheke OHG, Ludwig-Thoma-Straße 31, Markt Indersdorf, Tel. 08136/12 13                                                               |
| Mo., 9.3.2020  | Apotheke Kranzberg, Obere Dorfstraße 2, Kranzberg, Tel. 08166/76 96<br>Paulus-Apotheke, Hauptstraße 16, Erdweg, Tel. 081 38/13 15                |
| Di., 10.3.2020 | Apotheke am Schloss, Schulstraße 1, Jetzendorf, Tel. 08137/57 82                                                                                 |
| Mi., 11.3.2020 | Römer-Apotheke, Römerstraße 3a, Bergkirchen, Tel. 08131/66 60 40<br>Schloss-Apotheke, Hauptstraße 4, Haimhausen, Tel. 08133/20 20                |
| Do., 12.3.2020 | Götz-Apotheke, Hauptstraße 23, Fahrnzhausen, Tel. 08133/81 32<br>Vital-Apotheke, Hauptstraße 3, Odelzhausen, Tel. 08134/55 96 63                 |
| Fr., 13.3.2020 | Lilien-Apotheke, Gewerbestraße 5, Markt Indersdorf, Tel. 08136/3 57 89 50                                                                        |