

Rezension aus der Datenbank SPOLIT (www.bisp-surf.de) des Bundesinstituts für Sportwissenschaft (BISp)

Das Buch "Hausaufgaben für Patienten mit Arthrose" wurde für Betroffene geschrieben, welche vom Arzt die Diagnose "Arthrose" erhalten haben. Neben theoretischen Informationen zur Entstehung, Diagnose und Therapie von Arthrose sowie Tipps für das Verhalten im Alltag enthält der Ratgeber eine Checkliste, die zur Einschätzung der körperlichen Voraussetzungen dient. So erhält jeder Leser, egal ob Ungeübter, Wiedereinsteiger oder passionierter Sportler, die für ihn geeigneten Übungen, mit denen er den Funktionszustand seines Kniegelenks erhalten oder verbessern kann. Die praktischen Übungen sind speziell für die vorliegenden Beschwerden ausgewählt und dienen der Schmerzreduktion, der Muskelkräftigung, der Korrektur der Beinachse, der Rumpfstabilisierung sowie der Beweglichkeit und Koordination. Zusätzlich werden verschiedene beliebte Sportarten auf ihre Eignung bei Arthrose untersucht und Tipps gegeben, wie die Sportart modifiziert werden kann, damit sie dennoch weiterhin ausgeübt werden kann.

Rezension in der Zeitschrift „neuer start“ 4/2016

SELL, S., WITTELSBERGER, R., WIE-
MANN, S., HEEGER, I. & BÖS, K.: Haus-
aufgaben für Patienten mit Arthrose.

*Hofmann Verlag, Schorndorf 2016, 96 Sei-
ten, ISBN 978-3-7780-1471-4, EUR 14,90*

Das Buch "Hausaufgaben für Patienten mit Arthrose" wurde für Betroffene geschrieben, welche vom Arzt die Diagnose "Arthrose" erhalten haben. Neben theoretischen Informationen zur Entstehung, Diagnose und Therapie von Arthrose sowie Tipps für das Verhalten im Alltag enthält der Ratgeber eine Checkliste, die zur Einschätzung der körperlichen Voraussetzungen dient. So erhält jeder Leser, egal ob Un-

geübter, Wiedereinsteiger oder passionierter Sportler, die für ihn geeigneten Übungen, mit denen er den Funktionszustand seines Kniegelenks erhalten oder verbessern kann. Die praktischen Übungen sind speziell für die vorliegenden Beschwerden ausgewählt und dienen der Schmerzreduktion, der Muskelkräftigung, der Korrektur der Beinachse, der Rumpfstabilisierung sowie der Beweglichkeit und Koordination. Zusätzlich werden verschiedene beliebte Sportarten auf ihre Eignung bei Arthrose untersucht und Tipps gegeben, wie die Sportart modifiziert werden kann, damit sie dennoch weiterhin ausgeübt werden kann.

Rezension in der Zeitschrift „Sport in Hessen“ 16/2016

■
**Hausaufgaben für Patienten mit
Arthrose Bd. 1. Übungen bei Arthrose der
Knie- und Hüftgelenke,
Sell/Wittelsberger/Wiemann/Heeger/Bös,
Hofmann-Verlag,
ISBN 978-3-7780-1471-4, 14,90 Euro**

Dieses Buch wurde für Betroffene geschrieben, die vom Arzt die Diagnose „Arthrose“ erhalten haben. Neben theoretischen Informationen zur Entstehung, Diagnose und Therapie von Arthrose sowie Tipps für das Verhalten im Alltag enthält der Ratgeber

Rezension in der Zeitschrift „Athletik“ 3/2017

Prof. Dr. Stefan Sell, Rita Wittelsberger, Steffen Wiemann, Isabelle Heger, Prof. Dr. Klaus Bös

**Hausaufgaben für
Patienten mit
Arthrose - Band 1
Übungen bei Arthrose der
Knie- und Hüftgelenke**

14,90 €

Hofmann-Verlag

GmbH & Co. KG

96 Seiten

ISBN 978-3-7780-1471-4

Das Buch „Hausaufgaben für Patienten mit Arthrose“ wurde für Betroffene geschrieben, welche vom Arzt die Diagnose „Arthrose“ erhalten haben. Neben theoretischen Informationen zur Entstehung, Diagnose und Therapie von Arthrose sowie Tipps für das Verhalten im Alltag enthält der Ratgeber eine Checkliste, die zur Einschätzung der körperlichen Voraussetzungen dient. So erhält jeder Leser, egal ob Ungeübter, Wiedereinsteiger oder passionierter Sportler, die für ihn geeigneten Übungen, mit denen er den Funktionszustand seines Kniegelenks erhalten oder verbessern kann.