



Leserinnen erzählen:  
**Mein bewegtes Leben**  
 DIE ARTHROSE-INITIATIVE  
 unterstützt von **tina**



**DR. MARKUS KLINGENBERG**  
**Orthopäde**

Der Experte ist unter anderem Sportmediziner. Er führt eine eigene Praxis in Bonn

Moderate Bewegung hilft, Arthrose vorzubeugen. Ob die Erkrankung tatsächlich vorliegt, zeigt eine Untersuchung per Röntgen und/oder MRT

# Mit moderner Arthrose-Behandlung gegen die Schmerzen

Sabine S. drohte ein künstliches Gelenk – doch ihr Arzt empfahl ihr ein hoch effektives Verfahren

**D**r. Markus Klingenberg erinnert sich gut an seine Patientin Sabine S. „Wegen einer Kniearthrose litt sie schon lange unter Schmerzen. Man hatte ihr gesagt, dass sie ein neues Gelenk benötige.“ Das Knorpelgewebe war an beiden Knien stark abgetragen, es entzündete sich auch immer wieder. „Für eine Knie-Prothese war sie jedoch ganz klar zu jung“, so der Orthopäde.

Durch eine Bewegungsanalyse fand er heraus, wie es zu dem Abrieb kam. Er empfahl Sabine, Stück für Stück mehr Bewegung in ihren Alltag zu integrieren und sich antientzündlich zu ernähren. „Aus Studien weiß man, dass etwa Omega-3-Fettsäuren, aber auch Vitamin D wichtig für die Knorpelgesundheit sind. Ist der Spiegel nicht hoch genug, empfehle ich Nahrungsergänzungsmittel oder die Anpassung der Ernährung.“

## Plasma regt den Knorpel-Aufbau wieder an

Um die Kniegelenke erhalten zu können, empfahl Dr. Klingenberg

seiner Patientin zudem die sogenannte ACP-Therapie. ACP ist die Abkürzung für „Autologes Conditioniertes Plasma“ – eine Arthrose-Therapie, deren Wirksamkeit durch Studien sehr gut nachgewiesen ist.

Dem Patienten oder der Patientin wird dafür etwas Blut abgenommen, das daraufhin speziell aufbereitet wird. Im Anschluss werden nur jene Blutplasma-Bestandteile in das betroffene Gelenk gespritzt, die besonders viele körpereigene Wachstums- und Heilssubstanzen enthalten. So werden die noch vorhandenen Knorpelzellen bestmöglich ernährt, der weitere Abbau verhindert und die Entzündung gehemmt. Danach sind Kontrollen und gegebenenfalls weitere Behandlungen alle sechs bis zwölf Monate nötig.

Sabine erhielt zunächst drei ACP-Spritzen. Schon nach zwei Wochen zeigte sich ein deutlicher, anhaltender Effekt: Ihre Schmerzen gingen zurück, sie konnte sich wieder leichter bewegen, Sport machen und dadurch längerfristig ihr Übergewicht abbauen. ■

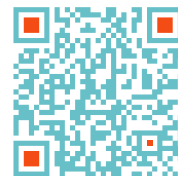


Die personalisierte Arthrose-Therapie

Arthrose?  
**Mein Körper hat was dagegen.**

Durch Arthrose schmerzende Gelenke schränken die Beweglichkeit ein und mindern die Lebensqualität. Hier kann die ACP-Therapie (Autologes Conditioniertes Plasma) Abhilfe schaffen: Eine personalisierte, natürliche und wirksame Therapieoption mit zu 100 % biologischen und körpereigenen Inhaltsstoffen.

Bye-bye Schmerz.  
 Hallo Beweglichkeit.



Jetzt mehr erfahren:  
[acp-therapie.de](http://acp-therapie.de)