

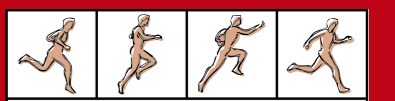


ortho-top®

Wir wissen, was läuft!

> 10 Jahre <
ortho-top

FUSSNEWS



ortho-top®

Wir wissen, was läuft!

**„Wenn Sie ein Ziel haben;
wir sind für Sie da!“**



Handwerkskunst



Kleinserien



Einlagentechnik



Bequem- und Sportschuhe



Direkt am Haus



Rollstuhlrampe



Lift vorhanden

Wir haben uns darauf spezialisiert, für eine beschwerdefreie Beweglichkeit unser Bestes zu geben. Ob Sie Sportler sind, gesundheitliche Einschränkungen haben wie z.B. bei Diabetes, Gelenk- oder Knochenkrankungen oder ob Sie einfach nur auf der Suche nach richtig schönen und bequemen Schuhen sind; schauen Sie bei uns vorbei.

Wir helfen Ihnen in jedem Fall weiter!

ortho-top GmbH & Co.KG

Orthopädie-Schuhtechnik | Diabetec®-Partner
Rheumatec®-Partner | Kompressionsstrümpfe
Laufanalyse | Beratungszentrum Lymphologie
Bandagen | Sportschuh-Fachberatung

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do, Fr: 08:30–18:00

Mi: 08:30–15:00

Merkatorstraße 2
41515 Grevenbroich

Tel.: 0 21 81. 756 93-0
Fax: 0 21 81. 756 93-22

www.ortho-top.de
info@ortho-top.de

Zum 10-jährigen Geburtstag:

**„Wir möchten, dass Sie
gesund und beweglich bleiben!“**



v.l. Dominik Mertens, Torsten Kunst, Martin Kuhlen und Michael Reuters (Geschäftsführer), Sandra Hutmacher, Michel Wehrauch

Liebe Kundinnen und Kunden, liebe Leserinnen und Leser, wenn es um gesunde Füße und einen beschwerdefreien Bewegungsapparat geht, geben wir seit 10 Jahren in Grevenbroich unser Bestes. Als Orthopädieschuh-Meisterbetrieb und zertifiziertes Beratungszentrum Lymphologie sind wir die richtige Adresse, wenn es um die Funktionserhaltung der Füße bei Bewegungseinschränkung, Diabetes, Rheuma oder nach Sport- bzw. Arbeitsunfällen geht.

Mit unserer Laufbandanalyse finden wir für Sportler den richtigen Laufschuh, zeigen Stärken und Schwächen auf und unterstützen Sie mit Rat und Tat. Aber auch wenn Sie auf der Suche nach einem Bequemschuh sind, bieten wir Ihnen ein umfangreiches Angebot. Nutzen Sie doch unsere Aktionen in unserem Geburtstagsmonat Mai und besuchen Sie uns - wir sind sehr gerne für Sie da!

ortho-top ist Beratungszentrum Lymphologie

Die Firma JOBST gehört zu den Technologieführern im Lymphversorgungsbereich und zertifiziert ausgesuchte Unternehmen in Deutschland zum Beratungszentrum Lymphologie. Gemeinsam mit unserer Fachberaterin Sandra Hutmacher freuen wir uns über die fachliche Auszeichnung. (Siehe Interview S.2)



Stichwort: Diabetes + Rheuma

Wer an Rheuma oder Diabetes erkrankt, braucht auch bei der Orthopädiertechnik besondere Hilfe.

Ob Maßschuhe, unterstützende oder entlastende Einlagentechnik; unsere Orthopädieschuhmachermeister sind auf dem neuesten Wissenstand und bieten Ihnen sichere und spezialisierte Lösungen.

Wir arbeiten nach den neuesten Erkenntnissen der DDG (Deutsche Diabetes Gesellschaft) und dem Rheuma-Therapiezentrum in Nürnberg. Wir beraten Sie gerne.





ortho-top®

Wir wissen, was läuft!

Lymphfunktion. Besser, wenn alles fließt.

ortho-top ist ein zertifiziertes Beratungszentrum für Lymphologie. Was habe ich darunter zu verstehen?

Als Beratungszentrum beschäftigen wir uns mit lymphologischen Erkrankungen wie dem Lymphödem, einer Schwellung, die durch eine Abflussbehinderung im Lymphgefäßsystem entsteht. Die Lymphe oder Lymphflüssigkeit ist eine helle, leicht gelbliche Flüssigkeit, darin enthalten sind Plasma und Lymphozyten, Eiweiße und Fette.



Lymphologie-Fachberaterin Sandra Huttmacher

Was ist ein Lymphödem?

Beim Lymphödem ist ein Körperteil infolge einer Stauung der Flüssigkeit in den Lymphbahnen tastbar angeschwollen. Der für Lymphödeme verantwortliche Lymphstau kann entstehen, wenn der Lymphtransport z.B. durch eine Stoffwechselerkrankung gestört ist.

Was ist ein Lipödem?

Das Lipödem



ist eine ererbte, chronische Fettverteilungsstörung an Ober- und Unterschenkeln sowie im Hüftbereich. Man spricht auch vom Reiterhosensyndrom.

Wie erkenne ich ein Lymphödem?

Zum Beispiel durch ein plötzliches Anschwellen bzw. eine Anspannung der Haut, Schweregefühl an der betroffenen Stelle, Kribbeln bzw. eine Dellenbildung nach Fingerdruck. An den Gliedmaßen: Die Haut kann an der zweiten Zehe nicht mit zwei Fingern angehoben werden, sondern fühlt sich prall und derb an. Die natürlichen Hautfalten an den Zehen bzw. Fingern sind stark vertieft. Die betroffenen Stellen sind verhärtet, es kann auch zu Hautverengungen kommen.

Sind von Lymphödem viele Menschen betroffen?

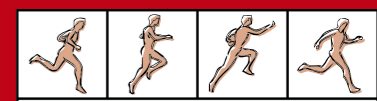
Es gibt einige Studien in Deutschland, die von 7–10% der Bevölkerung ausgehen. Die Dunkelziffer ist wahrscheinlich höher.

Wie hilft mir ortho-top im konkreten Fall?

Wir können eine beratende Funktion anbieten. Die Entscheidung über Art und Umfang der Behandlung liegt beim jeweiligen Arzt. Unsere Empfehlung: Bei Verdacht unbedingt den Hausarzt aufsuchen, dieser verordnet weitere Maßnahmen.

Anzeige
> 10 Jahre <
ortho-top

FUSSNEWS



ortho-top®

Wir wissen, was läuft!

Lauftraining beginnt im Kopf...

Viele Fitnessbegeisterte sind besonders im Frühjahr motiviert: Es gilt, den guten Vorsätzen für das neue Jahr gerecht zu werden. Also Rolltreppen meiden, Fahrrad statt Auto fahren, in der Mittagspause einen Spaziergang einplanen. Ein leichtes Ausdauertraining, etwa zwei bis drei Mal die Woche jeweils 30 Minuten auf dem Laufband oder, passend zur jetzigen Jahreszeit, in der freien Natur sind ideal für den individuellen Einstieg. Dabei sollten Sie unbedingt darauf achten, dass Sie langsam mit dem Training beginnen, nicht zu intensiv,



Nutzen Sie unsere Laufbandanalyse...



... und wir finden den idealen Laufschuh.

so, dass man sich nebenher noch unterhalten kann. Ein optimaler Pulswert beim leichten Ausdauertraining liegt zwischen 110 und 130 Schlägen pro Minute. Weiter sollte das entsprechende Sportgerät nicht fehlen. Ist das Material nicht gut, macht es auf Dauer keinen Spaß. Walken und Joggen sind verschiedene Sportarten mit unterschiedlichen Belastungen für den Bewegungsapparat. Hochwertige Schuhe müssen nicht teuer sein. Ein gutes Modell findet man für beide Sportarten ab ca. 100 Euro. Somit sollte der Spaß an der Bewegung lange erhalten bleiben und das Ziel, die Vorsätze für das neue Jahr umzusetzen, kann gesund erreicht werden.



age - Wir suchen 3 Testkandidaten für eine neuartige Rheumaeinlage. - 0 21 81-75 69 30 - Wir suchen 3 Testkandidaten

Bequemschuhstage am 2.–6. Mai

Ein Schuh sollte Ihnen nicht nur optisch gefallen, sondern auch Ihren Füßen passen. Dazu ist es wichtig, im Vorfeld eines Schuhkaufs über die Verwendung nachzudenken. Wir bieten Ihnen eine große Auswahl modischer Markenschuhe und auch für Ihren Fuß finden wir mit Sicherheit eine passende Lösung. Vom 2.–6. Mai schenken wir Ihnen auf alle Schuhe satte Geburtstagsrabatte.



TERMINE
Venenmesstag am 19.+20. Mai 2011
Infoveranstaltung Lymphologie
 am 25. Mai 2011 von 16.00–19.00 Uhr
 (telefonische Voranmeldung)

Bandagen

Ob Tennis, Golf, Fußball oder Laufen - wer sportlich aktiv ist, hat auch eine größere Verletzungsgefahr. Der Klassiker „Tennisarm“ ist aber auch bei vielen Menschen diagnostizierbar, die mit dem weißen Sport eigentlich nichts am Hut haben. Orthopädische Bandagen entlasten und unterstützen im Alltag. Als Bewegungsprofis können wir Ihnen im Bandagenbereich auch frei verkäuflich auf die Sprünge helfen.



Zu unserem 10. Geburtstag am **2.–6. Mai 2011** schenken wir Ihnen satte Rabatte auf alle Schuhe*:

1 Paar **10%**
 2 Paar **20%**
 3 Paar **30%***

*Drei Paar Schuhe maximal / pro Person

Orthopädie-Schuhtechnik | Diabeteo®-Partner
 Rheumateo®-Partner | Kompressionsstrümpfe
 Laufanalyse | Beratungszentrum Lymphologie
 Bandagen | Sportschuh-Fachberatung

ortho-top®
 Orthopädieschuhtechnik und Fachgeschäft seit 2001
 Wir wissen, was läuft!

• ortho-top GmbH & Co. KG •
 Merkatorstraße 2 • 41515 Grevenbroich
 Tel.: 0 21 81. 756 93 - 0
 www.ortho-top.de • info@ortho-top.de