Österreich: gesund & fit

Erscheinungsland: Österreich | Auflage: 95.000 | Reichweite: k.A. (k.A.) | Artikelumfang: 24.769 mm² | AVE: 5.703 € | Erscheinungsform: wöchentlich

03.11.2025

Seite: 18 1/1

Thema: Evangelisches Krankenhaus Wien

Autor: k.A.

Mediziner:Innen klären auf: Auf **gesund24.at** haben **Leser:Innen** die Möglichkeit, Fragen an **Gesund-Profis** zu stellen. Einige davon werden hier beantwortet.

SPRECHSTUNDE

DR. FRANZ STEPHAN SCHWARZ
FA für Orthopädie und Traumatologie sowie Unfallchirurgie und Sporttraumatologie.
orthoundknie.at

KNIESCHMERZEN: MENISKUS?

Ich habe starke Knieschmerzen – Kann es eine Meniskusverletzung sein?

ANTWORT: Meniskusrisse entstehen häufig durch Verdrehungen des gebeugten Knies, etwa beim Fußball oder Skifahren. Meist sind sie jedoch Folge von Verschleiß im Kniegelenk. Die Innen- und Außenmenisken sind halbmondförmige Knorpelscheiben, die als Stoßdämpfer wirken, die Last verteilen und für Stabilität sorgen.

Typische Symptome sind stechende Knieschmerzen. Bei akuten Rissen treten sie plötzlich und stark auf, bei verschleißbedingten allmählich zunehmend. Betroffene bemerken oft eine Instabilität im Gelenk.

Schmerzen durch eine Meniskusverletzung entstehen insbesondere bei der Dehnung des Knies nach innen. Ebenso können Schmerzen beim in die Hocke gehen, beim Sitzen im Schneidersitz oder beim Durchstrecken des Beines auf eine Meniskusverletzung hinweisen. Gewissheit bringt nur ein Arztbesuch. Die Einleitung der korrekten Therapie ist von großer Bedeutung, um Folgeschäden zu verhindern.

PRIMARIA DR. JASMIN KECHVAR
Fachärztin für Neurologie, Vorstand der neurologischen Abteilung am Evang. KH Wien; neurospa.at

MIGRÄNE BEI WETTERWECHSEL

Der ständige Wechsel von warmem auf kaltes, windiges Wetter hat mir (39) in letzter Zeit wieder öfters Migräne beschert. Was kann ich machen, um Migräneattacken bei Wetterwechsel vorzubeugen?

ANTWORT: Markante Wetterwechsel zählen – ebenso wie grelles Licht, Stress, Schlafmangel, Alkohol oder Lärm – zu häufigen Auslösern von Migräneattacken. Während sich viele Trigger meiden lassen, entziehen sich Wetterumschwünge unserer Kontrolle. Dennoch können vorbeugende Maßnahmen helfen: regelmäßige Bewegung an der frischen Luft, Entspannungstechniken wie Yoga, Atemübungen oder Hypnosetherapie sowie eine ausgewogene, vitaminreiche Ernährung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Viele Patienten profitieren zudem von einer Kombination aus medikamentöser Prophylaxe, dem Migräne-PEN und Entspannungstraining. Bei chronischer Migräne können auch Injektionen mit Botulinumtoxin A wirksam sein – sie sollten jedoch nur von zertifizierten Neurologen verabreicht werden.

So funktioniert es: Stellen Sie Ihre persönliche Frage an Expert:innen auf

gesund24.at

Beigestellt

Anfragen für weitere Nutzungsrechte an den Verlag

Presseclipping erstellt am 03.11.2025 für Evangelisches Krankenhaus Wien Gemeinn. Betriebsges.m.b.H zum eigenen Gebrauch nach §42a UrhG.

© CLIP Mediaservice 2025 - www.clip.at