

# Treffpunkt 55

plus

Themen ■ Tipps ■ Termine



**SPEZIAL**

## Sommer in der Stadt



**GESUNDHEIT:** Vorsicht Sonnenbrand **GUTE IDEE** Treff für Hobbybäcker **SENIORENAKADEMIE:** Lernen fürs Leben **SPORT:** Neue Fitnessgeräte



## Bandage mit Kühlkomresse

Gelenkschmerzen werden oft mit starken Medikamenten bekämpft. Doch rasche Linderung kann auch die Kälte- oder Wärmetherapie bieten. „Kühlung und gleichzeitige Kompression durch eine Bandage ist eine ideale Kombination“, sagt Prof. Dr. med. J. Michael, geschäftsführender Chefarzt

der Klinik für Orthopädie am Marienhausklinikum St. Josef Bendorf. Er empfiehlt „cool&move“, eine elastische, leicht stützende Gelenksbandage mit seitlich aufgesetzten Taschen für das einfache Einsetzen und Austauschen der Kühlkompressen, ohne die Bandagen auszuziehen. Damit können

auch Rheumapatienten schmerzende Gelenke kühlen (oder auch wärmen) und sich trotzdem frei bewegen. Sie ist in verschiedenen Größen für das Sprunggelenk, Knie-, Ellenbogen- und Handgelenk über jede Apotheke und bei Amazon erhältlich.

INFO: [www.coolandmove.com](http://www.coolandmove.com)