

## Neue Patientenbroschüre zu Hüftschmerzen

Warum schmerzt die Hüfte? Und was kann man dagegen tun? Die neue Gratisbroschüre der Rheumaliga mit dem Titel «Die Hüfte bewegt» erklärt in kurzer, leicht lesbarer Form, wie Hüftschmerzen entstehen, wie Betroffene darauf reagieren sollen und wie Ärzte, Chirurgen und Therapeuten sie behandeln. Wer aktiv etwas für seine Hüftgesundheit tun möchte, findet Bewegungstipps und eine Auswahl an Hilfsmitteln zum Entlasten zwickender Hüften.

Längst nicht alle Schmerzen, die wir als Hüftschmerzen bezeichnen, werden durch das Hüftgelenk verursacht. In drei Vierteln der Fälle sind dafür Weichteile in Hüftnähe verantwortlich. Unter Problemen im Hüftgelenk leiden etwa 15 Prozent der über 40-Jährigen, meist bedingt durch Arthrose oder Gelenkentzündungen. Die Broschüre legt einen schulmedizinischen Fokus und macht auf das Potenzial der nicht chirurgischen Optionen bei der Behandlung von Hüftbeschwerden aufmerksam.

Die Broschüre umfasst 40 Seiten, erklärende Grafiken, Tipps für den Alltag sowie ein kleines Programm von Übungen, die bei regelmässiger Ausführung die Hüfte kräftigen und beweglich erhalten. Sie ist auf Deutsch, Französisch und Italienisch gratis bei der Rheumaliga erhältlich ([rheumaliga-shop.ch](http://rheumaliga-shop.ch), Art.-Nr. 1090). red ❖

Pressemitteilung der Rheumaliga vom 10. Mai 2017



**Rheumaliga Schweiz**  
Bewusst bewegt