Mut zur neuen Hüfte!

Das erste Mutmach-Buch aus Patientensicht

Ein Buch für alle, die merken, dass Bewegung mühsam, ja schmerzhaft wird. Die Ursache könnte die Hüfte sein! Die Autoren Heidi Rauch und Peter Herrchen, beide 55 Jahre jung, wissen wovon sie reden, denn sie leben selbst – zum Teil seit Jahren – prächtig und sportlich aktiv mit je zwei künstlichen Hüftgelenken. Deshalb möchten sie anderen Menschen Mut machen – auf 247 farbig bebilderten Buchseiten, die sie mit Humor, einer Prise Selbstironie und viel positiver Energie geschrieben haben.

In dem Mutmach-Buch „Mut zur neuen Hüfte!" berichten 15 Betroffene von 35 bis 87 Jahren, wie gut sie ihre Hüft-OP überstanden haben und wie sehr sie ihre neue Beweglichkeit genießen – ob im Alltag, beim Bergwandern, Rennradfahren, Golfspielen, Skifahren, Kitesurfen, Triathlon oder beim Reiten. Fachwissen steuern vier erfahrene Operateure aus München, Garmisch-Partenkirchen und dem Ostseebad Damp bei. Physio-Übungen und Tipps zum richtigen Gehen kommen vom Sport- und Rehazentrum Traunmed, in dem auch prominente Sportler wie Franz Beckenbauer, Boris Becker oder Maria Riesch behandelt werden.

Außerdem geben die Autoren Tipps von A bis Z zu (alternativen) Therapien und Hilfsmitteln, listen Kliniken und Reha-Einrichtungen auf sowie weitere nützliche Links.

Die Autoren

Heidi Rauch ist Diplom-Journalistin, Autorin und macht PR für Kultur und Golf, u. a. Schloss Amerang, www.schlossamerang.de, und den Golfclub München Eichenried, www.gc-eichenried.de. Geboren in Berlin lebt sie verheiratet in Erding bei München. In der eigenen Edition Rauchzeichen sollen weitere Bücher folgen. Ihre künstlichen Hüften bekam sie im Mai und im Oktober 2011. Über ihre Erfahrungen schreibt sie einen Blog, titanhuefte.wordpress.com – und nun dieses Buch.

Peter Herrchen ist IT-Berater. Geboren in Wiesbaden wohnt er dort auch, ist verheiratet und hat eine Tochter. Der nach eigenen Worten „Sportverrückte" ist aktiver Tischtennis-Spieler und Triathlet. Seine künstlichen Hüften bekam er bereits 1997 und 2008. Über seine Erfahrungen mit Endoprothesen und Sport schreibt er einen Blog, endoprothese.wordpress.com – und nun dieses Buch.

Auch der **Buchgestalter und Titelfotograf Hubert Hornsteiner** hat eine Hüft-TEP (Totalendoprothese). Seine Geschichte als exzessiver Skifahrer ist ebenfalls im Buch nachzulesen.

Umfang: 247 Seiten mit 270 farbigen Abbildungen / Format: Din A 5

Preise: 19,90 € Printbuch, (16,99 € E-Book), zu bestellen über Amazon, im klassischen Buchhandel, im Online-Shop unter www.mut-zur-neuen-huefte.de,

und über www.buchkatalog.de.

ISBN-Nr. Printbuch: 978-3-00-039540-6, E-Book: 978-3-00-039196-5

Inserieren bringt Gewinn!