Teil einer Heizanlage	Vorsommer	vornehm	ugs.: Stil (engl.)		Ess-, Kochgefäße		ungekocht	Kommissar bei Simenon		Abk. für einen Bibelteil	Amulett, Maskottchen	Kummer, Schmerz		Viehhüter	Zusammenbruch, Ruin	Bewegung im Kreis			Verhältniswort
	8							Gesicht								Tapferkeit			
Abk.: rund			gelehrt durch Bücher		einzeln gefasster Edelstein				1					nachtaktiver Vogel					germanischer Wurfspieß
normal, regulär								runder Griff		Flüssigkeitsmaß			6			böse, schlimm			
					kehren		Schreibstift für Wandtafeln							Abk.: gegründet		Ungeziefer		Araberfürst	
Fruchtsaftgallert		Liliengewächs, Heilpflanze		Nordeuropäer	9					norddeutsch: Insel		Abk.: Milliarde	neugieriger Zuschauer				4		
Hüter der wild lebenden Tiere							radioaktiver Abfall / Abk.: April				2						Abk.: Rhode Island		in Betrieb
ein Bindewort			5	Farbton					fertig gekocht				Ruhm, Ehre (lat.)			7			
Ausdehnung nach oben						süddt.: Gerichtsvollzieher	3								ugs.: Verstand				
nord. Nutztier				lediglich				Lösung	4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	

s2010.19-4_6

7 x 1 Buch „Mut zur neuen Hüfte!“

Das erste Mutmach-Buch aus Patientensicht

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 ihrem 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.

Heidi Rauch & Peter Herrchen „Mut zur neuen Hüfte!“, 247 Seiten mit 270 farb. Abbildungen, Preise: 19,90 € (Printversion), 16,90 € (E-Book), ISBN Print-Book: 978-3-00-039540-6.

Zu bestellen im Online-Shop:
www.mut-zur-neuen-huefte.de

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.