

Presseinformation

Mut zum neuen Knie! Der zweite Mutmach-Ratgeber aus Patientensicht

„Die Knie hier in der Reha sind ganz neidisch auf uns Hüften, dass wir ein so tolles Buch haben.“ Dieser Satz einer begeisterten Leserin des Buchs „Mut zur neuen Hüfte!“ war ausschlaggebend dafür, dass Anfang 2014 der Nachfolge-Ratgeber „Mut zum neuen Knie!“ erschienen ist.

Die Autoren Heidi Rauch und Peter Herrchen können im Knie-Fall zwar nicht auf eigene Erfahrungen wie im erfolgreichen Hüft-Mutmachbuch zurückgreifen. Aber die Intention ist die gleiche: Betroffenen Mut machen, den notwendigen Eingriff vornehmen zu lassen, um mit einem künstlichen Kniegelenk neue Lebensfreude genießen zu können.

Im Mittelpunkt des Mutmach-Buchs „Mut zum neuen Knie!“ stehen Erfahrungsberichte von Patienten mit Knie-TEP (= Totalendoprothese), die wieder Sport treiben und ihren Alltag problemlos meistern. Fachwissen steuern fünf erfahrene Operateure von Hamburg bis Garmisch-Partenkirchen bei. Dazu gibt es Physio-Übungen mit vielen Fotos, ein Kapitel über Alexander Technik als eine Möglichkeit, die Knie-OP möglicherweise zu vermeiden, Tipps zur richtigen Ernährung für die Gelenke sowie nützliche Erläuterungen von A-Z und eine Liste mit den wichtigsten Kliniken und Reha-Einrichtungen.

„Mut zum neuen Knie!“ hat 307 Seiten, ist mit 214 Fotos durchgehend farbig bebildert und kostet 24,90 Euro. Es erscheint gedruckt und als E-Book (für 16,99 Euro) in der Edition Rauchzeichen. Print-Buch: ISBN 978-3-00-043728-1. E-Book: ISBN 978-3-00-042325-3. Stets aktuelle Informationen gibt es auf www.mut-zum-neuen-knie.de.

Die Autoren

Heidi Rauch ist Diplom-Journalistin, Autorin und macht PR für Kultur und Golf, u. a. für Schloss Amerang bei Wasserburg, www.schlossamerang.de, das Internationale Gitarrenfestival Saitensprünge in Bad Aibling, www.saitenspruenge.com, und den Golfclub München Eichenried, www.gc-eichenried.de. Geboren in Berlin lebt sie verheiratet in Erding bei München und in den italienischen Marken, von wo aus sie Olivenöl importiert, www.oliopiceno.de. Im Mai und Oktober 2011 bekam sie zwei künstliche Hüftgelenke. Über ihre Erfahrungen schreibt sie seitdem einen Blog (titanhuefte.wordpress.com) und hat 2012 die Edition Rauchzeichen gegründet. Dort erschien im Oktober 2012 das Buch „Mut zur neuen Hüfte!“ in einer Startauflage von 5.000 Stück, das sie zusammen mit Peter Herrchen geschrieben hat.

Peter Herrchen ist IT-Berater. Geboren in Wiesbaden wohnt er auch dort und in Rottach-Egern am Tegernsee. Er 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 (www.endoprothese-und-sport.de) und hat zusammen mit Heidi Rauch das Buch „Mut zur neuen Hüfte!“ geschrieben.

Die Edition Rauchzeichen

- „Mut zur neuen Hüfte!“, erschienen Oktober 2012, www.mut-zur-neuen-huefte.de
- „Mut zum neuen Knie!“, erschienen Februar 2014, www.mut-zum-neuen-knie.de
- „Olivenhain und Palmenstrand“ – Geschichten aus den italienischen Marken rund um Olivenöl und Lebensgenuss“ von Heidi Rauch, erscheint voraussichtlich Ende 2014, www.oliopiceno.de
- „Das Limoncello-Quartett“, Frauen-Roman von Heidi Rauch, ebenfalls geplant für 2014