

Presseinformation

## Neu: Der Voltaren Gelenk Aktiv Ratgeber

Informationen und Tipps rund um das Thema Gelenkgesundheit

**München, August 2010 – „Gelenkschmerzen aktiv begegnen.“** So lautet das Ziel des Gelenk Aktiv Programms, das kürzlich von Voltaren ins Leben gerufen wurde. Denn: Die Therapie von Gelenkschmerzen besteht aus weit mehr als der kurzfristigen Behandlung akuter Schmerzepisoden. Eigeninitiative, gesunde Ernährung und Bewegung sind ebenfalls Teil eines umfassenden Behandlungsansatzes. Im Rahmen des Gelenk Aktiv Programmes steht Schmerzgeplagten ab sofort ein ausführlicher Ratgeber zur Verfügung, der neben Informationen rund um Gelenkbeschwerden auch Tipps für den Alltag, Bewegungsübungen und Anregungen für einen „gelenkfreundlichen“ Speiseplan bietet. Interessierte und Betroffene können die Broschüre per Email ([info@gelenkprogramm.de](mailto:info@gelenkprogramm.de)) oder über die Website ([www.gelenk-aktiv-programm.de](http://www.gelenk-aktiv-programm.de)) bestellen.

Das im Frühjahr gestartete Voltaren Gelenk Aktiv Programm stützt sich auf drei Säulen einer umfassenden Arthrotherapie: Medikamentöse Behandlung, Bewegung und Ernährung. Das Programm möchte Betroffenen Unterstützung bieten, Gelenkschmerzen mit Eigeninitiative zu begegnen, ihren Alltag bewusst zu gestalten und so den Therapieerfolg zu steigern. „Aktiv leben“ lautet daher das Credo, das sich auch in dem aktuell erschienenen Ratgeber wiederfindet. Er befasst sich unter anderem mit den Fragen:



- Was können Betroffene im Alltag gegen Gelenkschmerzen tun?
- Welche Übungen sind gut für Knie und Hüfte?
- Wie können Hände und Finger trainiert werden?
- Wie sieht eine „gelenkfreundliche“ Ernährung aus?

Die 28-seitige Broschüre fasst somit wertvolles Wissen rund um Gelenkschmerzen und Behandlungsmöglichkeiten zusammen. Bestellungen sind unter [www.gelenk-aktiv-programm.de](http://www.gelenk-aktiv-programm.de) oder per Email an [info@gelenkprogramm.de](mailto:info@gelenkprogramm.de) möglich.

\* \* \*

1.820 Zeichen mit Leerzeichen.  
Abdruck honorarfrei. Belegexemplar erbeten.

## Kontakt

**Sophia Gorges**

Edelman GmbH

Tel. 069/75 61 99 -51

Fax 069/75 61 99 -13

Email: [sophia.gorges@edelman.com](mailto:sophia.gorges@edelman.com)