

Prost, liebe Patienten!

Rotwein heilt den Rücken

Ein Glaserl in Ehren kann nicht mal der Doktor verwehren – zumindest, wenn es sich um einen guten Rotwein handelt. Wer ihn in Maßen genießt, der stärkt Herz und Kreislauf, da sind sich die Kardiologen schon lange einig. Aber künftig dürfen auch viele Rückenranke auf ärztlichen Rat zum Korkezieher greifen: Ein Münchner Wirbelsäulen-Spezialist hat den blutroten Tropfen als Hausmittel nach Bandscheiben-Operationen entdeckt!

„Rotwein fördert den Heilungsprozess“, sagt Dr. Michael Schubert vom Apex-Spine-Center am Olympiapark. Und weil der renommierte Operateur vom Nutzen überzeugt ist, gibt er seinen frisch versorgten Patienten sogar ein Flascherl mit nach Hause.

Die Trauben-Therapie ist alles andere als eine Schnapsidee – sie hat einen soliden medizinischen Hintergrund: „Bestimmte Inhaltsstoffe des Weins verbessern die Fließeigenschaften des Blutes und vermindern die Gerinnung“, erklärt Dr. Schubert im tz-Gespräch. „Dadurch werden selbst feinste Gefäße kräftig mit Sauerstoff versorgt. Das unterstützt die Selbstheilungskräfte der Bandscheiben, insbesondere an ihren empfindlichen Rändern.“

Ein möglichst schneller Heilungsprozess ist Teil des Apex-Spine-Konzepts. Dazu nutzt Dr. Schubert sogenannte minimalinvasive OP-Methoden – auch Schlüsseloch-Operationen genannt. Nur ein dünnes Rohr (Fachbegriff: Endoskop) ist erforderlich, um eine Mini-Kamera und filigrane Arbeitsinstrumente zum Einsatzort an der Bandscheibe zu bringen. Auf diese spezielle Behandlungstechnik vertrauten Patienten aus aller Welt, erläutert Dr. Schubert: „Im Idealfall sind sie zwei Stunden nach der Operation wie-



Dr. Michael Schubert zeigt an einem Modell, wie eine Mini-OP an der Wirbelsäule funktioniert Foto: Apex Spine

der mobil und können bereits am Tag nach dem Eingriff nach Hause fliegen. Auch längere Flugzeiten sind kein Problem.“

Bei dem Weineffekt stützt sich der Münchner Rücken-Mediziner auf die Erkenntnisse von norwegischen Kollegen. Eine Arztgruppe um den Rheumatologen C. Rasmussen hat 148 Rückenpatienten befragt – zweieinhalb Jahre nach ihrer Bandscheiben-Operation. Bei der Studie ging es unter anderem um die Frage, ob Ernährungs- und Trinkgewohnheiten den Heilungsprozess beeinflussen könnten. „Das Ergebnis ist wirklich verblüffend“, berichtet Dr. Schubert, „bei den regelmäßigen Weintrinkern lag die Zufriedenheitsquote vier-

mal so hoch wie bei den anderen Bandscheiben-Patienten.“

Aber bevor Sie sich auf den Weg zum Weinhandler machen, liebe tz-Leser, müssen Sie leider noch einen kleinen Wermutstropfen schlucken: „Nur bei moderatem Genuss, das heißt bei einem Glas täglich, kann man auf die positive Wirkung hoffen. Trinkt man mehr, hebt der Alkohol sie wieder auf“, mahnt die Krankenkasse AOK. Und die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) rät zu mindestens zwei alkoholfreien Tagen pro Woche. Vielleicht ist ja heute gerade einer der anderen fünf Tage, jedenfalls sagt Dr. Schubert schon mal augenzwinkernd: „Prost, liebe Patienten. Ihren Bandscheiben zuliebe...“

ANDREAS BEEZ

So sieht ein Bandscheibenvorfall aus

Von einem Bandscheibenvorfall hat so ziemlich jeder schon mal etwas gehört – aber kaum jemand weiß, wie er eigentlich genau aussieht: Das Gewebe, das die Schmerzen verursacht, erinnert ein bisschen an Krebsfleisch (siehe eckiges Foto). Bei seiner endoskopischen OP-Methode entfernt Dr. Schubert den Vorfall – genauer ge-



sagt das störende Gewebe – mithilfe eines dünnen Rohrs, durch das eine Mini-Kamera und Instrumente zur Wirbelsäule schieben kann. Das Foto im Kreis (links) zeigt eine freigelegte Nervenwurzel.

ANZEIGE

Pirates of the Caribbean

Am Ende der Welt · Disney in Concert



Hollywood (k.g.) Man nehme einen der größten, originellsten Kinohits aller Zeiten, entferne die Musik-Tonspur und lasse den fulminanten Soundtrack von einem Symphonieorchester plus Chor live musizieren: Fertig ist das Erfolgsrezept von „Fluch der Karibik – Disney in Concert“. Die große Tournee mit Tausenden von begeisterten Besuchern verlangte geradezu nach einer Fortsetzung. Und hier kommt sie: mit „Pirates of the Caribbean – Am Ende der Welt“. Gezeigt wird der kultige Piratenfilm auf einer Großbildleinwand in erstklassiger Bildqualität. Davor sitzt das Orchester und spielt mit atemberaubender Prä-

zision die bombastische Filmmusik von Hans Zimmer. „Ein Riesenspaß für musikalische Freibeuter und Liebhaber abenteuerlicher Partituren“, schrieb die *Abendzeitung*.

Pirates of the Caribbean

Am Ende der Welt
Münchner Symphoniker · MünchenChor
Helmuth Imig, Leitung
Ostersonntag, 20. April 2014, 19.30 Uhr
Ostermontag, 21. April 2014, 15 Uhr
Philharmonie im Gasteig
Rosenheimer Straße 5, 81667 München

Kartenservice

MünchenEvent
Tel. (089) 93 60 93
www.muenchenevent.de

SA · 5.4.14 · 20 Uhr · Philharmonie

Carmina Burana & Boléro

Elena Gorshunova, Sopran
Mark Milhofer, Tenor
Mathias Hausmann, Bariton
Solisten, Chor, Extrachor, Kinderchor
und Orchester des Staatstheaters am Gärtnerplatz
Michael Brandstätter, Leitung

Karfreitag · 18.4.14 · 19 Uhr · Philharmonie

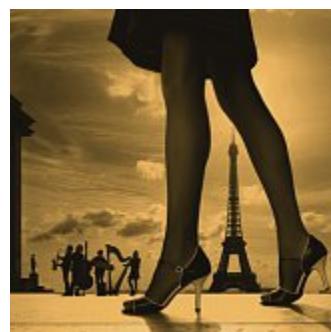
Carolina Ullrich · Olivia Vermeulen
Daniel Johansen · Andreas Post
Moritz Gogg · Stephan Genz

Bach: Matthäus-Passion

Chorgemeinschaft Neubauern
Enoch zu Guttenberg LEITUNG

Quadro Nuevo

End of the Rainbow



München (k.g.) Immer auf der Suche nach neuen musikalischen Erfahrungen, brechen die Mitglieder von Quadro Nuevo erstmals auf zu orchestralen Ufern. Leidenschaftliche Tangos, betörende Arabesken, Melodien aus dem alten Europa – zusammen mit den Münchner Symphonikern präsentieren die vier spielsüchtigen Musiker fast schon verklungene Lieder, die es

wert sind, vor dem Vergessen bewahrt zu werden. Mit ihrer eigenen Tonpoesie hat Quadro Nuevo in den letzten Jahren Menschen in der ganzen Welt begeistert. Nun wagen beide Ensembles, charmant moderiert von Saxofonist Mulo Francel, einen gemeinsamen Ritt auf dem Fliegenden Teppich – orchestral und intim zugleich, und in jeder Minute ein Genuss.

Quadro Nuevo

End of the Rainbow
Münchner Symphoniker
Andreas Kowalewitz, Leitung
Dienstag, 1. April 2014, 20 Uhr
Philharmonie im Gasteig
Rosenheimer Straße 5, 81667 München

Kartenservice

MünchenMusik
Tel. (089) 93 60 93
www.muenchenmusik.de

1.-10.8.14 · Prinzregententheater
1.8.: Zusatzvorstellung!

FREDRIK RYDMAN'S
SWAN LAKE
RELOADED
Tchaikovsky meets Streetdance
Nach dem grandiosen Erfolg wieder in München!

12.-17.8.14 · Prinzregententheater
Nach dem begeisterten RTL-Auftritt bei Gottschalk & Jauch erstmals auf Deutschland-Tour!

Dancing Kings
VIVANCOS

Gladiator LIVE

Deutschland-Premiere an Ostern 2014



Hollywood (m.l.) Fünf Oscars heimste „Gladiator“ 2001 ein, darunter die begehrte Auszeichnung als „Bester Film“ des Jahres sowie einen weiteren Oscar für die herausragende schauspielerische Leistung von Russell Crowe als Maximus. Der Film wurde zum Publikumsrenner – auch aufgrund der monumentalen Klanglandschaften, die Komponist Hans Zimmer zusammen mit Lisa Gerrard

schuf. Der mit einem Golden Globe Award ausgezeichnete und Oscar-nominierte Soundtrack ist schon im Kinosaal beeindruckend – live gespielt und gesungen von über 150 Mitwirkenden gerät er zum Ereignis. Bühne frei für ein Live-Spektakel, das von „Dead Can Dance“-Sängerin und Co-Komponistin Lisa Gerrard Verstärkung erhält.

Gladiator LIVE

Lisa Gerrard, Vocals
The Sound of Hollywood Symphony Orchestra & Chorus
Shih-Hung Young, Leitung
Samstag, 19. April 2014, 19.30 Uhr
Sonntag, 20. April 2014, 14 Uhr
Philharmonie im Gasteig
Rosenheimer Straße 5, 81667 München

Kartenservice

MünchenEvent
Tel. (089) 93 60 93
www.muenchenevent.de

Jetzt abonnieren: Beste Plätze sind verfügbar!

münchner symphoniker
— DER KLANG UNSERER STADT

Abo Philharmonie 2014/15

Donnerstag | 20. November 2014
Verdi Requiem
Münchner MotettenChor
Münchner Konzertchor
Kevin John Edusei LEITUNG

Mittwoch | 3. Dezember 2014
Aus der Neuen Welt
Dvořák Suite A-Dur „Amerikanische“
Gershwin Concerto in F
Dvořák Symphonie Nr. 9 e-moll
Francesco Tristano KLAVIER
Ken-David Masur LEITUNG

Donnerstag | 19. Februar 2015
Carmina Burana
Münchner Konzertchor
Münchner Oratorienchor
Jonathan Stockhammer LEITUNG

Dienstag | 17. März 2015
Russische Romantik
Tschaiowsky Auszüge aus „Der Nussknacker“
Rachmaninow Klavierkonzert Nr. 3
Teo Gheorghiu KLAVIER
Kevin John Edusei LEITUNG



Christoph Prégardien · Nareh Arghamanyan · Prinzregententheater · Alexey Stadler · Nino Gvetadze

Abo Prinzregententheater

Sonntag | 9. Nov. 2014 | 15.30 Uhr
Mendelssohn Ouvertüre zu „Ein Sommernachtstraum“
Schubert Ausgewählte Lieder
Schubert Symphonie Nr. 7 „Unvollendete“
Christoph Prégardien TENOR
Kevin John Edusei LEITUNG

Sonntag | 1. Feb. 2015 | 15.30 Uhr
Schumann 6 Fugen über B-A-C-H
op. 60/6
Beethoven Klavierkonzert Nr. 4 G-Dur
Bach Fuga (2. Ricercata) a 6 voci
Schumann Symphonie Nr. 2 C-Dur
Nino Gvetadze KLAVIER
Kevin John Edusei LEITUNG

Sonntag | 30. Nov. 2014 | 15.30 Uhr
Wagner Ouvertüre zu „Rienzi“
Liszt Klavierkonzert Nr. 2 A-Dur
Mendelssohn Symphonie Nr. 5 D-Dur
Nareh Arghamanyan KLAVIER
Ken-David Masur LEITUNG

Sonntag | 19. April 2015 | 15.30 Uhr
Kraus Sinfonie c-moll
Paganini Violinkonzert Nr. 1 D-Dur
Berwald Ouvertüre zu „Estrella de Soría“
Haydn Symphonie Nr. 83 „La Poule“
Ning Feng VIOLINE
Ariel Zuckermann LEITUNG

Sonntag | 18. Jan. 2015 | 15.30 Uhr
Berlioz Ouvertüre zu „Béatrice et Bénédict“
Elgar Cellokonzert e-moll
Dvořák Symphonie Nr. 8 G-Dur
Alexey Stadler VIOLONCELLO
Andriy Yurkevych LEITUNG

Donnerstag | 30. Juli 2015
20 Uhr | **Brunnenhof**
Last Night
Nach alter britischer Tradition laden die Münchner Symphoniker ein zum großen Festkonzert mit „Rule Britannia“, „Land of Hope and Glory“ u.v.m.
Claymore Pipes & Drums
Carolyn Nordmeyer LEITUNG

Stadtparkkasse München | Partner der Münchner Symphoniker

Auftakt!

4 Abonnements der Saison 2014/15



Nobu Tsujii · Yuja Wang · Daniel Barenboim · Midori · Daniele Gatti

Pianissimo

So., 9.11.14, 20 Uhr, Prinzregententh.
Nobu Tsujii Klavier
Klavierabend
Werke von Ravel & Chopin

Di., 9.12.14, 20 Uhr, Philharmonie
Daniel Barenboim Klavier
Klavierabend · Werke von Schubert

Mo., 26.1.15, 20 Uhr, Philharmonie
Khatia Buniatishvili Klavier
Russian National Orchestra
Mikhail Pletnev, Leitung

So., 8.3.15, 20 Uhr, Philharmonie
Yuja Wang Klavier
Tonhalle-Orchester Zürich
Lionel Bringuier, Leitung

Sa., 25.4.15, 20 Uhr, Philharmonie
Martha Argerich Klavier
Staatskapelle Berlin
Daniel Barenboim, Leitung

Bravissimo

Fr., 14.11.14, 20 Uhr, Philharmonie
Midori Violine
Russian National Orchestra
Mikhail Pletnev, Leitung

Di., 9.12.14, 20 Uhr, Philharmonie
Daniel Barenboim Klavier
Klavierabend · Werke von Schubert

Mo., 23.2.15, 20 Uhr, Philharmonie
Wiener Philharmoniker
Brahms: Symphonien Nr. 1 & 3
Daniele Gatti, Leitung

Mo., 23.3.15, 20 Uhr, Philharmonie
Sir John Eliot Gardiner
Bach: Hohe Messe h-moll · Monteverdi
Choir · English Baroque Soloists

Sa., 9.5.15, 20 Uhr, Philharmonie
Julia Fischer Violine
St. Petersburg Philharmonic Orchestra
Yuri Temirkanov, Leitung



Sol Gabetta · Klaus Florian Vogt · Julia Fischer · Thomas Hampson · Diana Damrau

Klassik Pur

Do., 11.12.14, 20 Uhr, Philharmonie
Sol Gabetta Violoncello
London Philharmonic Orchestra
Vladimir Jurowski, Leitung

Mi., 21.1.15, 20 Uhr, Philharmonie
Academy of St Martin in the Fields
Joshua Bell, Violine und Leitung

Di., 24.2.15, 20 Uhr, Philharmonie
Wiener Philharmoniker
Brahms: Symphonien Nr. 2 & 4
Daniele Gatti, Leitung

So., 8.3.15, 20 Uhr, Philharmonie
Yuja Wang Klavier
Tonhalle-Orchester Zürich
Lionel Bringuier, Leitung

Mi., 20.5.15, 20 Uhr, Philharmonie
Klaus Florian Vogt Tenor
City of Birmingham Symphony Orchestra
Andris Nelsons, Leitung

Vocalissimo

Fr., 31.10.14, 20 Uhr, Philharmonie
Elina Garanča Mezzosopran
Werke von Puccini, Gounod, Bizet u.a.
Philharmonisches Orchester Brünn

Mo., 15.12.14, 20 Uhr, Philharmonie
Juan Diego Flórez Tenor
Münchner Rundfunkorchester
Manuel López-Gómez, Leitung

So., 25.1.15, 20 Uhr, Philharmonie
Klaus Florian Vogt Tenor
Werke von Wagner, Mozart und Lehar
Staatskapelle Weimar
Stefan Solyom, Leitung

Di., 24.3.15, 20 Uhr, Philharmonie
Thomas Hampson Bariton
Mozarteum Orchester Salzburg

Fr., 17.4.15, 20 Uhr, Herkulessaal
Diana Damrau Sopran
Münchner Symphoniker
Pavel Baloff, Leitung