

Horoskop

Widder 21.–31.3. Seien Sie nicht zu skeptisch! Auch so ein dürftiges Angebot könnte ein Sprungbrett sein. **1.–10.4.** Prinzipien sind gut und schön, aber übertreiben sollte man es damit kaum! **11.–20.4.** Hektik führt zu Fehlern. **Stier 21.–30.4.** Vorwürfe haben Sie heute nicht zu erwarten. Denn auf jenen Fehler haben Sie oft genug hingewiesen. **1.–10.5.** Konzentrieren Sie sich auf das Wesentliche. Unruhstifter sind heute am Werk. **11.–20.5.** Ein günstiger Bescheid trifft ein! **Zwillinge 21.–31.5.** Man wird ja vermutlich eine Erklärung von Ihnen fordern. Zum Glück sind Sie vorbereitet. **1.–11.6.** Niemand dürfte Ihnen aus Ihrem kleinen Versäumnis einen Strick drehen können. Also, nur keine Bange! **12.–21.6.** Besserung in Sicht! **Krebs 22.6.–1.7.** Es könnte zu einem positiven Wandel kommen. Entsprechende Vorzeichen sind bereits auszumachen. **2.–12.7.** Ihre Überlegungen kommen bestens an; das Selbstwertgefühl steigert sich. **13.–22.7.** Verwerfen Sie den Vorschlag sofort. **Löwe 23.7.–2.8.** Ein angeblich guter Rat ist in Wirklichkeit eine versteckte Drohung. Vorsicht ist nun daher geboten! **3.–12.8.** Sie haben Grund, über eine Entscheidung froh zu sein; es hätte auch ganz anders kommen können. **13.–23.8.** Erfolg garantiert! **Jungfrau 24.8.–2.9.** Ihren Willen haben Sie tatsächlich bekommen. Ursprünglich sah es danach ja überhaupt nicht aus! **3.–12.9.** Für Sie ist es gut, so wie es ist. Veränderungen gegenüber sind Sie darum sehr skeptisch. **13.–23.9.** Neuer Enthusiasmus? **Waage 24.9.–3.10.** Gegen Einmischungen jeglicher Art sollten Sie sich wehren. Sie wissen selbst, was Sie zu tun haben. **4.–13.10.** Sie haben einen einsamen Entschluss getroffen, aber: Sie haben Glück mit ihm. **14.–23.10.** Hoffentlich bemerken Sie es noch. **Skorpion 24.10.–2.11.** Zu Differenzen könnte es bloß kommen, falls Sie auf einem bestimmten Thema bestehen werden. **3.–12.11.** Ihre Zukunft bereitet Ihnen vollkommen unberechtigt Sorgen! **13.–22.11.** Es hat nicht sollen sein. Doch es gibt ja noch eine Chance. **Schütze 23.11.–2.12.** Das Projekt stagniert zwar zurzeit, doch dies ist garantiert bloß die Ruhe vor dem Sturm! **3.–12.12.** Ihre finanzielle Situation erfährt jetzt einen unverhofften Aufwärtsschub. Damit war nicht zu rechnen! **13.–21.12.** War Ihr Interesse echt? **Steinbock 22.–31.12.** Fast erkennen Sie einen alten Freund nicht wieder! Sie werden sich ja viel zu erzählen haben. **1.–10.1.** Zeigen Sie Einsicht, wenn man sich beschwert. Sie können den Status quo einfach ändern. **11.–20.1.** Mit Neid ist da zu rechnen! **Wassermann 21.–30.1.** Diese etwas harsche Kritik eines Vorgesetzten sollten Sie sich nicht zu sehr zu Herzen nehmen. **31.1.–9.2.** Hinsichtlich guter Zusammenarbeit machten Sie heute eine wertvolle Erfahrung! **10.–19.2.** Es mangelt Ihnen nicht am Spaß. **Fische 20.–28.(29).2.** In Herzensangelegenheiten scheinen Sie ja, momentan, so eine Art großes Los gezogen zu haben. **1.–10.3.** Ein mulmiges Gefühl könnte Sie beschleichen wegen der Sache. Ist jedoch nicht nötig. **11.–20.3.** Schmieden Sie jetzt Pläne!



Leserfoto

Such den Osterhasen!

Bis Ostern ist es ja noch ein wenig hin, deshalb macht es auch keinen Sinn, jetzt schon nach bunten Ostereiern zu suchen. Aber vielleicht könnte man ja jetzt zumindest schon mal den Osterhasen suchen. Was meinen Sie? Unser Leser Anselm Pacht jedenfalls hat sich mit seiner Kamera auf die Suche nach Meister Lampe gegeben und ihn tatsächlich auch gefunden – gut getarnt auf der Wiese beim Sonnenbaden.



Anselm Pacht, Allershausen

➔ Schicken auch Sie uns Ihr Lieblingsfoto im Querformat. Jedes veröffentlichte Bild wird mit 50 Euro honoriert. Bitte nicht vergessen: Infos, wo und wann der Schnappschuss entstanden ist, und ein Porträtfoto

von Ihnen. Bilder an: tz-Fotoredaktion, Paul-Heise-Str. 2–4, 80336 München, oder per E-Mail an bild@tz.de. Bitte haben Sie Verständnis, dass eingesandte Fotos nicht zurückgeschickt werden können.

DER TÄGLICHE tz-RATGEBER heute: Gesundheit

Wenn die Schulter ausgekugelt wird

Es tut weh, wirklich richtig weh: Bei einem Unfall oder plötzlichem Sturz kann es passieren, dass sich das Schultergelenk komplett ausgekugelt ist. Schulterluxation nennen Ärzte diesen Zustand, wenn der Oberarmkopf aus der Gelenkpfanne ausgekugelt ist. Was dann zu tun ist, erklärt der Unfallchirurg und Orthopäde Professor Peter Diehl aus Haar.



Es gibt eine Vielzahl von Schulterverletzungen, die Mediziner vor allem nach der Art des Unfallherganges unterscheiden. Bei dem direkten Anpralltrauma auf die Schulter kommt es häufig zu einer Verletzung des Schultergelenkes. Dabei kommt es zu einem sogenannten Hochstrecken Arm bzw. beim Abfangen des Körpers über den Arm erfolgt, kommt

zungen sind sehr schmerzhaft und werden in mehrere Stadien unterteilt, die speziell bei älteren Patienten, die meist keine körperlichen oder sportlichen Hochleistungen mehr vollbringen wollen, oft konservativ gut behandelt werden können. Wenn jedoch ein Sturz auf den ausgestreckten Arm bzw. beim Abfangen des Körpers über den

es aufgrund der Hebelwirkung oftmals zu Schulterverrenkungen beziehungsweise dem Auskugeln des Schultergelenks. Das erkennt man daran, dass die Schulter ab diesem Zeitpunkt oftmals absolut schmerzhaft und nicht mehr beweglich – immobil nennen Ärzte diesen Zustand – ist. Die Patienten bekommen eine Schmerztherapie und werden auf dem schnellsten Weg in die

Notaufnahme gebracht, wo die Schulter reponiert wird. Bei diesem Verletzungsmechanismus kommt es oftmals zu Begleitverletzungen wie Knorpelschäden, aber auch einem Einriss der Gelenkklappe (Labrum). Diese Gelenkklappe hat die Funktion eines Dichtungsringes und sorgt wie ein Bremsklotz dafür, dass der Oberarmkopf nicht aus der Pfanne rutscht. Wenn dieser Dichtungsring durch den Unfall bzw. eine Schulterluxation verschoben ist, besteht die Gefahr, dass dieser in einer Fehlposi-

tion verheilt. Das wiederum kann später zu einer chronischen Instabilität der Schulter führen, bei der die Schulter schon bei einfachen alltäglichen Bewegungen immer wieder herauspringen kann. Aus diesem Grund muss vor allem bei jungen Patienten dieser Dichtungsring in einer ambulanten Schlüsselloch-Operation arthroskopisch wieder an der Pfanne fixiert werden. Für den Fall, dass der Dichtungsring jedoch nicht verschoben ist, kann auf jeden Fall eine konservative Therapie durchgeführt werden. Die Diagnostik wird im Rahmen einer körperlichen Untersuchung, Sonographie und der Röntgentechnik aber vor allem im Kernspin durchgeführt, um die Ausmaße der Schäden festzustellen, die für die weitere Therapie entscheidend sind.



Prof. Peter Diehl

Unfallchirurg und Orthopäde
Orthopädiezentrum
München-Ost (OZMO); Haar

MÜNCHNER Straßennamen

Lierstraße

Die Straße in Nymphenburg wurde 1900 dem Münchner Landschaftsmaler Adolf Heinrich Lier (1826–1882) gewidmet.

Schon gewusst?

Was versteht man unter einem Kernstück?

Per Definition ist ein Kernstück das Wesentliche und Wichtigste einer Sache. Beim Geschirr spricht man von Kernstück bei einem Ensemble von Kaffee-/Teekanne, Zuckerdose und Milchkännchen – meist aus Silber.

Namenstag

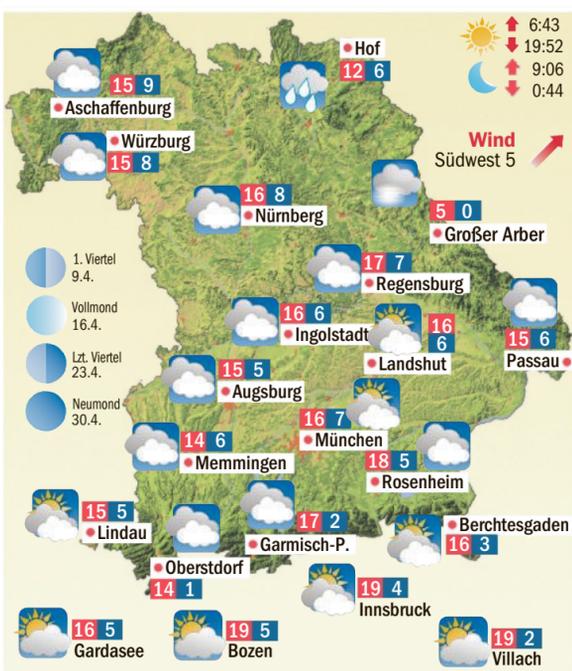
Wilhelm

Der französische Adelige Wilhelm wurde 1165 Abt der Klöster auf Eskilsø in Dänemark. Er trat für die Heiligkeit der Ehe ein. † 1203.

Lösung von Seite 1

Richtig ist Antwort c). Backli gibt es nicht. Wecken wird in Süddeutschland verwendet, Brötchen und Schrippen im Norden.

Bewölkt, nach Süden mal Sonne, windig



Südbayern

Heute viele Wolken, insbesondere nach Süden aber auch Abschnitte mit Sonne. Am Nachmittag in den Alpen, vereinzelt Regenschauer. Tageshöchstwerte zwischen 14 und 18 Grad. Dazu frischer Südwestwind.

Nordbayern

Heute bleibt es oft stark bewölkt, vor allem in den Mittelgebirgen einzelne Schauer. 12 bis 17 Grad. Es weht ein frischer Südwestwind.

Bergwetter

Heute überall vorübergehend Wetterbesserung. Es ist zunächst sehr sonnig in den Ostalpen. Im Tagesverlauf bildet sich vermehrt Quellungen, es bleibt trocken bis auf einige Schauer im Norden. In 2000 m 6 Grad.

Weitere Aussichten

Morgen bewölkt, kurze Auflockerungen, am Nachmittag teils kräftige Schauer. Am Samstag fällt Regen.

Bauernregel

April nass und kalt, wächst das Korn wie ein Wald.

Münchner Rekorde

am 6.4. in München
Tag Maximum 25,1°(1961) 10,5°(2014)
Tag Minimum 0,2°(1929) -7,3°(1929)

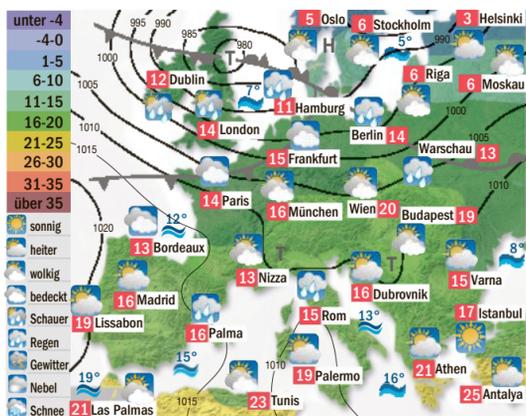
Biowetter

Das Wohlbefinden wird nicht ungünstig beeinflusst, die Stimmung ist meist ausgeglichen.

Pollenflug

Der Pollenflug ist heute gering. Eine schwache Belastung durch Erlen- und Birkenpollen wird erwartet.

Nullgradgrenze: 2700 m
Schneefallgrenze: 1700 m



Reisewetter

Alpensüdsseite: Heiter oder nur leicht bewölkt, 14 bis 19 Grad.

Österreich, Schweiz: Es wird unterschiedlich bewölkt, dabei trocken, von 10 bis 15 Grad.

Italien, Malta: Freundlich mit viel Sonne, in Rom fällt etwas Regen, Maxima 14 bis 19 Grad.

Spanien, Portugal: Es wird oft heiter, Südsüdspanien und Portugal Regen, von 15 bis 20 Grad.

Griechenland, Türkei, Zypern: Nordgriechenland und Türkei meist heiter, 17 bis 27 Grad.

Benelux, Nordfrankreich: Wolken mit Regen, 11 bis 13 Grad.

Slowenien, Kroatien: Allgemein heiter, von 13 bis 20 Grad.

Südfrankreich: Wolzig, Bordeaux bedeckt, 13 bis 16 Grad.

Israel, Ägypten: Es bleibt wolkenlos mit viel Sonnenschein, Werte 34 bis 42 Grad.

Mallorca, Ibiza: Auf beiden Inseln stark bewölkt, Regen, Höchstwerte bis 16 Grad.

Madeira, Kanarische Inseln: Heiter bis wolzig, meist trocken, 19 bis 22 Grad.

Tunesien, Marokko: Tunesien wolzig, Marokko Regen, Süden heiter, 17 bis 27 Grad.

Herausgeber: Dirk Ippen, Alfons Döser
Chefredakteur: Sebastian Arlinger

Stellv. Chefredakteure: Florian Benedikt, Mike Eder

Verantwortlich: Lokales: Mike Eder, Uli Heichele (Stellv.)
Produktion Lokales: Armin Geier

Bayern: Claudia Möllers
Kultur & TV: Michael Schleicher

Sport: Florian Benedikt, Armin Gibis, Mathias Müller (Stellv.)

Gesundheit: Andreas Beez (Chefredakteur)
Service & Panorama: Klaus Heydenreich

Politik: Klaus Rimpel, Christian Deutschländer
Wirtschaft: Corinna Maier

Gesellschaftskolumne: Ulrike Schmidt
Layout: Sebastian Raab

Bildredaktion: Stephanie Braunert
Reise: Christine Hinkofer

Öffentlichkeitsarbeit: Oliver Menner

Redaktion: Tel.: 0 89 / 53 06-0. Fax 53 06-552

Anzeigenannahme: 0 89 / 53 06-222

Anzeigen-Fax: 53 06-640/641

Verantwortlich für Anzeigen: Daniel Schöningh

Vertriebsleitung: Tobias Hagemann

Anzeigenpreisliste Nr. 78,
Zeitungsgruppe Münchner Merkur (MM + OVB + tz).

Abonnementpreis monatlich Euro 36,95 frei Haus (einschließlich gesetzlicher USt.).

Samstag mit tz-Tele-Magazin.

Verlag: Merkur tz Redaktions GmbH & Co. KG,
80282 München oder Paul-Heise-Straße 2-4,
80336 München,

zugleich Anschrift aller Verantwortlichen.
Geschäftsführer: Daniel Schöningh,
Georg Anastasiadis, Sebastian Arlinger.

Druck: Druckhaus Dessauerstraße GmbH & Co.
BetriebsKG, Dessauerstr. 10, 80992 München

Für die Herstellung der Zeitung wird Recycling-Papier verwendet.

