

# endo**life.**

DAS MAGAZIN FÜR MOBILITÄT UND LEBENSFREUDE

TITELTHEMA | SEITE 2

**Nichts dem Zufall überlassen:  
Tipps zur optimalen OP-Vorbereitung**

INFORMATION | SEITE 5

**Neue Komfortstation:  
Patientenzimmer mit Hotelcharakter**

WIR STELLEN VOR | SEITE 6

**Steffen Klingbeil:  
Qualitätsmanagement durch  
präzise Dokumentation**

## Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

unser beliebtes endolife-Magazin bietet einmal mehr Einblicke in aktuelle Entwicklungen und spannende Themen aus unserer Klinik. Im nebenstehenden Bericht erfahren Sie alles über eine optimale Vorbereitung auf operative Eingriffe.

Mein Kollege Martin Hutter zeigt auf, wie Sie mit unserer Unterstützung gezielt an die OP herangeführt werden. Gut vorbereitet zu sein, trägt zudem erheblich zu einer schnellen und komplikationsfreien Genesung bei.

Ein weiteres zukunftsweisendes Projekt ist unsere Kooperation mit dem Adipositas-Zentrum im Klinikum Garmisch-Partenkirchen und das gemeinsam entwickelte Konzept für Menschen mit Übergewicht (Seite 4). Unsere Expertinnen und Experten arbeiten Hand in Hand, um Betroffene umfassend und auf ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten zu betreuen. Ebenso sind wir stolz, Ihnen die neue Komfortstation im Klinikum vorzustellen (Seite 5). Mit besonderem Augenmerk auf Wohlfühlambiente und modernem Komfort schaffen wir hier einen Raum, in dem Sie als Patientin oder Patient nicht nur medizinisch bestens versorgt werden, sondern sich auch rundum gut aufgehoben fühlen können.

Zu guter Letzt verraten wir Ihnen mit der Vorstellung von Steffen Klingbeil mehr über die Aufgaben eines Medizinischen Dokumentars (Seite 6) und teilen mit einer weiteren „Patientenstory“ (Seite 7) Erfahrungen aus dem echten Leben.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre.



Herzlichst,  
Ihr

**Dr. med. Rolf Schipp**  
Chefarzt der endogap Klinik für Gelenkersatz im Klinikum Garmisch-Partenkirchen

## TIPPS ZUR OPTIMALEN OP-VORBEREITUNG

# NICHTS DEM ZUFALL ÜBERLASSEN

Nicht nur die Erfahrung und das Können des Operateurs sind beim Gelenkersatz entscheidend, auch der Patient selbst kann viel zum Gelingen der Operation beitragen. „Die optimale Vorbereitung beginnt bereits Wochen vor dem Eingriff zu Hause“, erklärt Martin Hutter, Leitender Arzt im Team der endogap. „Patienten können viel tun, damit am Ende der Operation der gewünschte Erfolg erzielt wird“, so der Mediziner.

### Gesunde Lebensführung

Bereits vor und nach der Operation spielt eine gesunde Lebensführung eine zentrale Rolle. „Eine ausgewogene Ernährung, die reich an Vitaminen, Mineralstoffen und Proteinen ist, stärkt das Immunsystem und unterstützt den Heilungsprozess“, betont Martin Hutter. Besonders hilfreich ist eine entzündungshemmende Ernährung mit viel Obst, Gemüse, Vollkornprodukten und gesunden Fetten. „Mindestens vier Wochen vor der OP sollten Patienten zudem den Alkohol- und Nikotinkonsum vollständig einstellen“, so Hutter. Laut Studien kann der Verzicht auf Alkohol und Nikotin das Infektionsrisiko um bis zu 50 Prozent senken.

### Allgemeiner Gesundheitscheck beim Hausarzt

„Vor dem Eingriff sollte ein allgemeiner Gesundheitscheck beim Hausarzt erfolgen“, empfiehlt Martin Hutter. Dieser Check umfasst unter anderem Blutwerte wie Zucker und Langzeitzucker, Herz-Kreislauf-Untersuchungen sowie eine Überprüfung auf bestehende Infektionen. Der Arzt kann klären, ob gesundheitliche Einschränkungen berücksichtigt werden müssen und sicherstellen, dass keine medizinischen Gründe gegen die Operation sprechen. „Der Hausarzt ist derjenige, der den Patienten und seine Vorerkrankungen am besten kennt, oft schon seit vielen Jahren. Deshalb ist es aus unserer Sicht wichtig und sinnvoll, ihn in die OP-Vorbereitung einzubeziehen“, betont Martin Hutter.

### Zahnstatus überprüfen lassen

Auch der Besuch beim Zahnarzt ist wichtig. „Die Überprüfung des Zahnstatus wird oft unterschätzt“, erklärt Hutter. Doch gerade Zahnprobleme können unerkannte Infektionsherde darstellen, die bei einer Operation Komplikationen verursachen können. Eine zahnärztliche Untersuchung und gegebenenfalls eine Behandlung vor der Operation minimieren dieses Risiko.

### Abklärung von Osteoporose

Vor dem Eingriff sollten Risikogruppen auf Osteoporose untersucht werden. Besonders gefährdet sind ältere Patienten sowie Frauen. Bewegungsmangel, Nikotin- und Alkoholkonsum sowie ein Vitamin-D-Mangel können Osteoporose zusätzlich begünstigen. Osteoporose kann die Stabilität der Knochen beeinträchtigen und sich negativ auf das Operationsergebnis auswirken. Eine rechtzeitige Abklärung und gegebenenfalls Behandlung dieser Knochenkrankung tragen dazu bei, dass die Gelenkprothese im Körper stabil verankert wird.

### Bewegungsübungen und Physiotherapie

Bewegung ist essenziell, um die Muskulatur zu stärken und die Beweglichkeit zu erhalten. Durch gezielte Übungen wird der Körper optimal auf die Operation vorbereitet. „Wir von der endogap haben ein eigenes Bewegungsprogramm für unsere Patienten entwickelt, das ab spätestens vier Wochen vor der OP durchgeführt werden kann. Es ist

auf unserer Website als Dokument und Video abrufbar“, so Martin Hutter. Dieses Bewegungsprogramm stärkt die Muskulatur und fördert eine schnellere und erfolgreichere Heilung nach der Operation. „Und auch wer aufgrund von Knieproblemen schlecht zu Fuß ist, kann noch seinen Oberkörper und Rumpf gut trainieren“, sagt Hutter.



Trainingsplan zur OP-Vorbereitung

### Gewichtsreduktion

Starkes Übergewicht belastet die Gelenke und kann das Risiko von Komplikationen erhöhen. Eine Gewichtsreduktion vor der OP mindert nicht nur die Belastung für das neue Gelenk, sondern senkt auch das Infektionsrisiko. In Partnerschaft mit dem Adipositas-Zentrum im Klinikum Garmisch-Partenkirchen hat die endogap ein eigenes Abnehmprogramm für Patienten entwickelt. Einen eigenen Bericht dazu lesen Sie auf Seite 4.



**„Ein Alkohol- und Rauchverzicht ab mindestens vier Wochen vor der OP kann das Infektionsrisiko um bis zu 50 Prozent senken.“**

Martin Hutter, Leitender Arzt der endogap

## KOOPERATION MIT DEM ADIPOSITAS-ZENTRUM IM KLINIKUM TEAMARBEIT FÜR MEHR LEBENSQUALITÄT

Starkes Übergewicht ist ein häufig auftretendes Thema vor Operationen am Knie- und Hüftgelenk. Eine Gewichtsreduktion vor einer Gelenk-Operation ist aus mehreren medizinischen Gründen ratsam. Wir von der endogap Klinik arbeiten in diesem Punkt eng mit dem Adipositas-Zentrum im Klinikum Garmisch-Partenkirchen zusammen. Mit Hilfe eines gemeinsam entwickelten Konzepts, konnten bereits zahlreiche Patienten vor der Gelenk-OP ihr Gewicht deutlich reduzieren.

Gerade übergewichtige Patienten mit Gelenkproblemen befinden sich häufig in einer Art Teufelskreis. „Durch die Gelenkschmerzen ist die Mobilität stark eingeschränkt. Weniger Bewegung bedeutet weitere Gewichtszunahme und diese schränkt die Bewegungsmöglichkeit noch weiter ein“, weiß Dr. med. Susanne Bayerköhler, Leiterin des Adipositas-Zentrums am Klinikum Garmisch-Partenkirchen. „Die Betroffenen versuchen seit Jahren Gewicht zu reduzieren und scheitern ohne professionelle Hilfe trotz unzähliger Diätversuche.“

Das neue Angebot richtet sich an massiv übergewichtige Patienten mit einem BMI von über 40kg/m<sup>2</sup>, bzw. an Patienten mit einem BMI ab 35kg/m<sup>2</sup> und bereits auftretenden Begleiterkrankungen, wie zum Beispiel Diabetes mellitus. Die enge Zusammenarbeit zwischen unseren Spezialisten der endogap und den Experten des Adipositas-Zentrums sorgt für eine zielgerichtete und effiziente Behandlung. „Wenn wir Patienten aus der endogap geschickt bekommen, erhalten diese möglichst rasch einen Termin. Speziell für Patienten mit einem längeren Anfahrtsweg bieten wir auch Video- oder Telefonsprechstunden an. Bereits beim ersten Termin geben wir ganz konkrete Handlungsempfehlungen und Kontaktadressen mit“, so Sandra Kracht, Ernährungstherapeutin im Team des Adipositas-

Zentrums. Durch die Zusammenarbeit der beiden Einrichtungen können die Patienten umfassend und ganzheitlich betreut werden. „Gemeinsam entwickeln wir eine im besten Fall lebenslange Lösung für das krankhafte Übergewicht und die Gelenkprobleme. So können wir gemeinsam eine spürbare Verbesserung der Lebensqualität erzielen“, betont Susanne Bayerköhler.

Die Adipositas-Basistherapie stützt sich auf drei Säulen: Ernährungstherapie, Verhaltenstherapie und Bewegungstherapie. „Wie wir diese Bausteine zusammensetzen, richtet sich nach den individuellen Voraussetzungen und Bedürfnissen des jeweiligen Patienten“, so Sandra Kracht. Darüber hinaus bietet das Adipositas-Zentrum selbstverständlich alle modernen Therapiemöglichkeiten wie zum Beispiel Magenverkleinerungsoperationen an.

Dr. med. Susanne Bayerköhler ist Leitende Oberärztin der Fachabteilung Allgemein-, Viszeral-, Thorax- und Endokrine Chirurgie und leitet das Adipositas-Zentrum am Klinikum Garmisch-Partenkirchen



### VORTEILE EINER GEWICHTSREDUKTION VOR DER OP

#### 1. Verringerung der Operationsrisiken

Fettgewebe produziert entzündungsfördernde Stoffe (Zytokine), die chronische Entzündungen im Körper fördern. Übergewicht erhöht damit das Risiko von Komplikationen während und nach der Operation, wie etwa Infektionen, Blutgerinnseln (Thrombosen) und Problemen bei der Wundheilung.

#### 2. Bessere Rehabilitation

Menschen mit einem gesunden Gewicht können nach der Operation oft schneller mit der Rehabilitation

beginnen und sind mobiler. Übergewicht kann die Beweglichkeit und den Erfolg der Physiotherapie erschweren.

#### 3. Geringere Belastung des Gelenks

Übergewicht erhöht den Druck auf die Gelenke. Bei jedem zusätzlichen Kilogramm Körpergewicht wirkt ein Vielfaches davon auf die Gelenke. Übergewicht kann somit zu einem schnelleren Verschleiß von Prothesen führen.

## NEUE KOMFORTSTATION PATIENTENZIMMER MIT HOTELCHARAKTER

Im Klinikum Garmisch-Partenkirchen wurde kürzlich eine hochmoderne Komfortstation eröffnet. Auch Patientinnen und Patienten der endogap werden in den neuen Zimmern untergebracht. Die Station ist darauf ausgelegt, Patienten den Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten und setzt konsequent auf Komfort und Wohlfühlambiente.

Die neue Komfortstation mit insgesamt 40 Betten – aufgeteilt auf 28 Einzel- und sechs Zweibettzimmer – wurde im sechsten Stock des Klinikums eingerichtet. „Der Standard übertrifft alles bisher Dagewesene. Mit der Komfortstation erfüllen wir eine Vorgabe des Verbands der Privaten Krankenversicherungen“, sagt Marc Jung, Leiter Patientenmanagement und Projektleiter Komfortstation. Doch nicht nur Privatversicherte kommen in den Genuss der neuen Komfortstation: Auch gesetzlich Versicherte können dieses Wahlleistungsangebot nutzen. „Allein die herrliche Aussicht von hier oben in die Berge ist beeindruckend“, sagt Marc Jung. Die geräumigen Zimmer sind mit modernen Möbeln, eigenem Bad, einem sehr umfangreichen Entertainment-Angebot, individueller Beleuchtungssteuerung vom Bettplatz aus und noch vielen weiteren größeren und kleineren Annehmlichkeiten ausgestattet.

### Individuelles Gestaltungskonzept für jedes Zimmer

Und nicht nur die Einrichtung der Zimmer ist überdurchschnittlich. Jeder Raum auf der neuen Komfortstation ist hell und freundlich gestaltet, um eine beruhigende und entspannende Atmosphäre zu schaffen. „Jedes Patientenzimmer hat ein eigenes, durchdachtes Bildkonzept. Das bedeutet, keines der Zimmer ist identisch“, berichtet Jung. „Wir haben uns bei der Gestaltung bewusst für Landschaftsbilder aus der Region entschieden.“ Als besonderer Clou wurden die Bilder so ausgewählt, dass in einem östlich liegenden Zimmer Landschaftsaufnahmen mit Morgenstimmung zu sehen sind, in einem westlich gelegenen Zimmer hingegen Abenddämmerungen. „So passen die Bilder optimal zur natürlichen Lichtstimmung des Raumes“, erklärt Marc Jung.

### Besseres Wohlbefinden und schnellere Genesung

Neben den komfortablen Patientenzimmern bietet die Station auch großzügige Gemeinschaftsbereiche, in denen Patienten und ihre Besucher sich zurückziehen oder gemeinsam Zeit verbringen können. Eine speziell eingerichtete Lounge, die mit gemütlichen Sitzmöbeln, einer Kaffeemaschine und Snacks ausgestattet ist, lädt



Modern und hochwertig: Die Ausstattung der neuen Komfortstation lässt keine Wünsche offen.

zum Entspannen und Verweilen ein. Zusätzliche Serviceleistungen wie eine tägliche Menüwahl, frisches Obst und Getränke nach Wunsch runden das Angebot auf der neuen Komfortstation ab. „Der Standard unserer Stationen und Zimmer ist insgesamt schon recht hoch im Klinikum Garmisch-Partenkirchen. Da war es gar nicht so einfach noch etwas drauf zu setzen. Mit den Zimmern auf der neuen Komfortstation ist uns der Spagat zwischen Funktionalität und Design sehr gut gelungen,“ resümiert Marc Jung.

## WIR STELLEN VOR

## STEFFEN KLINGBEIL: QUALITÄTSMANAGEMENT DURCH PRÄZISE DOKUMENTATION

Wir von der endogap gehen in puncto Qualitätssicherung und -management einen besonders engagierten Weg. Eine wichtige Rolle dabei spielt Steffen Klingbeil, der seit 2016 als medizinischer Dokumentar bei uns tätig ist. Der 43-Jährige ist in Zusammenarbeit mit den Qualitätsbeauftragten Ärzten unserer Klinik maßgeblich für die Aufbereitung und Analyse ärztlicher Informationen zuständig, um stetige Verbesserungen im Behandlungsprozess zu entwickeln.



Hat die medizinischen Daten aller Operationen an der endogap fest im Blick: Steffen Klingbeil

### Präzise, analytisch und wertvoll

Die Tätigkeit von Steffen Klingbeil umfasst eine systematische Erfassung und Aufbereitung aller medizinischer Daten. „Jede der rund 2.500 Operationen, die jährlich an der endogap durchgeführt werden, wird akkurat erfasst“, erklärt Steffen Klingbeil. Unzählige Parameter werden dabei datenschutzkonform und anonymisiert dokumentiert: Um welche Operation handelt es sich? Welches Implantat wird verwendet? Welche OP-Technik kommt zum Einsatz? Wer hat den Eingriff vorgenommen? Wie alt ist der Patient? Welchen BMI hat der Patient – und vieles mehr. „Die Kunst dabei ist nicht, einfach nur möglichst viele Daten zu sammeln, sondern die richtigen. Qualität statt Quantität. Zudem müssen die Daten dann auch schnell und einfach auswertbar sein“, betont Steffen Klingbeil. „Früher hat man alles handschriftlich erfasst. Da war zwar auch vieles dokumentiert, aber man konnte im Nachgang eigentlich kaum oder nur mit sehr hohem Aufwand Schlüsse daraus ziehen.“

### Von der Dokumentation zur Verbesserung

Heute erfolgt die Datenerfassung vollständig digital: „Unser Ziel ist es, mithilfe der dokumentierten Informa-

tionen Muster festzustellen, Verbesserungspotenziale zu erkennen und Maßnahmen zur Optimierung des Behandlungsprozesses anzustoßen“, sagt Klingbeil. „Wir wollen wissen, bei welchem Implantat es häufiger zu Komplikationen kommt, als bei anderen und welcher Operateur welche Eingriffe besonders gut und sicher macht.“ Zweimal jährlich findet dann – gestützt von diesen Daten und dem Endoprothetikregister (EPRD) – ein Leistungs- und Komplikationszirkel mit allen Mitarbeitenden und wichtigen Partnern der endogap Klinik statt. „Durch die kontinuierliche Analyse und Aufbereitung aller Daten können spezifische Verbesserungsmaßnahmen frühzeitig eingeleitet werden, die die Patientensicherheit erhöhen und die Effizienz steigern“, weiß Klingbeil. Zudem übernimmt Steffen Klingbeil mit seinen Daten eine Schlüsselrolle bei Forschungstätigkeiten der endogap im Rahmen von Studien sowie bei den regelmäßig stattfindenden Zertifizierungsprozessen. Auch die Meldungen an externe Stellen, wie das Endoprothesenregister (EPRD), das Implantateregister Deutschland (IRD) und das Institut für Qualitätssicherung und Transparenz im Gesundheitswesen (IQTIG) erfolgen durch Steffen Klingbeil.

### Seltener Expertenposten in einer Klinik dieser Größe

Medizinische Dokumentare wie Steffen Klingbeil sind in Deutschland überwiegend an großen Universitätskliniken und in Pharmaunternehmen tätig, die aufgrund ihres hohen Fallaufkommens oder der Forschungstätigkeit einen großen Bedarf an strukturierter medizinischer Dokumentation haben. Dass eine Klinik in der Größe der endogap einen Experten auf diesem Gebiet beschäftigt, ist eher eine Besonderheit. „Diese Entscheidung zeigt, dass wir in der endogap genau Bescheid wissen möchten. Uns ist bewusst, dass nur eine präzise Datenbasis die Grundlage für kontinuierliche Qualitätsverbesserungen sein kann“, bekräftigt Dr. med. Rolf Schipp, Chefarzt der endogap Klinik.

## PATIENTENSTORY

## „ICH HABE ES VIEL ZU LANGE VOR MIR HERGESCHOBEN“

Auch oder gerade im hohen Alter kann ein Gelenkersatz lang entbehrte Lebensqualität zurückbringen. Ed Fuehrer entschied sich mit knapp 90 Jahren für ein künstliches Kniegelenk – 16 Jahre nach der ersten Knie-OP seiner Frau in der endogap.

Ed Fuehrer ist 88 Jahre alt. Der rüstige Sauerländer hat ein klares Ziel vor Augen: „Im Mai 2025 habe ich ein Tennismatch mit einem Oberarzt aus dem endogap Ärzteteam vereinbart“, sagt er schmunzelnd und fügt hinzu: „Momentan schaut es so aus, als könnte das klappen. Der Oberarzt kann gerne schon mal einen Platz reservieren.“ Genau ein Jahr wird dann die Operation am linken Knie von Ed Fuehrer her sein. „Bis zu meinem 85. Lebensjahr habe ich noch regelmäßig Tennis gespielt“, verrät Ed Fuehrer. „Ich bin mein ganzes Leben lang sportlich aktiv gewesen“, so der 88-Jährige. Vor allem Fußball, Segeln und eben Tennis zählten zu seinen Leidenschaften.

Doch dann kamen die Schmerzen. Durch altersbedingte körperliche Veränderungen bekam Ed Fuehrer zunehmend O-Beine. Die Beinachsenfehlstellung verursachte eine stärkere Abnutzung des Knorpels und eine schmerzhafte Arthrose. Hyaluronsäure-Spritzen und viele andere Behandlungsversuche wirkten, wenn überhaupt, nur kurzfristig.

„Leider schiebt man es dann viel zu lange vor sich her, bis schließlich die Lebensqualität so stark darunter leidet und man nicht mehr die Treppen hochkommt“, so Ed Fuehrer. „Aber gerade in einem gewissen Alter fällt es einem doch schwer, sich zu einer solchen Operation durchzurufen“, gesteht Ed Fuehrer.

Als sein Entschluss schließlich feststand, war schnell klar, wo die Operation durchgeführt werden soll. „Meine Ehefrau Jutta hat vor 16 und vor 14 Jahren beide Knie in der endogap operieren lassen. Sie ist jetzt 81 Jahre und hat bis heute keinerlei Probleme und Beschwerden. Das war für mich Werbung genug.“ Dass mit Wolfgang Reng die Operation an seinem Knie derselbe Arzt durchführen würde, der schon die beiden Knie seiner Frau operiert



Zurückgewonnene Lebensqualität: Ed Fuehrer ist froh, sich letztendlich doch für die Operation und ein künstliches Kniegelenk entschieden zu haben.

hatte, schaffte zusätzliches Vertrauen. „Das beweist einfach die Kontinuität und Erfahrung, die die endogap auszeichnet“, so Ed Fuehrer.

Mit seinem Aufenthalt in Garmisch-Partenkirchen und dem Ergebnis der Operation ist Ed Fuehrer „außerordentlich zufrieden.“ Bereits am zweiten Tag nach der OP war er wieder auf den Beinen und auch die anschließende Reha verlief gut und zügig.

„Wenn ich vorher geahnt hätte, wie reibungslos das über die Bühne geht, hätte ich die Operation schon zehn Jahre früher machen lassen.“ Nach der erfolgreichen Operation des „schlechten“ linken Knies ist jetzt das früher „gute“ rechte Knie das Sorgenkind. „Vielleicht lasse ich die Ärzte in der endogap Klinik am Rande des Tennismatches im Mai mal einen Blick darauf werfen“, sagt Ed Fuehrer augenzwinkernd.

## TERMINE SPORTKURSE



### Ski-Langlauf

**Kurstermin:** 09.01. – 12.01.2025

**Kursgebühr:** 360,- Euro

**Übern. mit HP/Tag/Person:**

bis zu 160,- Euro

### Ski-Alpin Wiedereinsteiger

**Kurstermin:** 15.01. – 17.01.2025

(Wiedereinsteiger)

**Kursgebühr:** 360,- Euro

**Übern. mit HP/Tag/Person:**

bis zu 160,- Euro

### Ski-Alpin Fortgeschrittene und/ oder nach Wiedereinsteigerkurs

**Kurstermin:** 22.01. – 24.01.2025

**Kursgebühr:** 360,- Euro

**Übern. mit HP/Tag/Person:**

bis zu 160,- Euro

### Golf

**Kurstermin:** 05.05. – 07.05.2025

**Kursgebühr:** 370,- Euro inkl. Greenfee

**Übern. mit HP/Tag/Person:**

bis zu 160,- Euro

## ANMELDUNG

Bitte richten Sie Ihre verbindliche Anmeldung spätestens vier Wochen vor dem jeweiligen Kursbeginn an:



endogap Klinik für  
Gelenkersatz im Klinikum  
Garmisch-Partenkirchen  
Tel.: 08821 77-1245  
endofit@endogap.de



## WISSENSWERTES

### ALLE INFOS ZUM RICHTIGEN ZEITPUNKT:

### BLEIBEN SIE IMMER AUF DEM LAUFENDEN MIT DER ENDOGAPP

Mit unserer klinikeigenen „endogApp“ bieten wir seit Jahren einen besonderen Service: Mit der App bekommen unsere Patientinnen und Patienten eine Schritt-für-Schritt-Anleitung über alles Wichtige vor, während und nach der OP. Da es sich bei der Anwendung um eine eigene, individuell für die endogap entwickelte App handelt, sind alle Abläufe und Infos speziell auf die endogap abgestimmt und optimiert. Das bedeutet, Sie erhalten die Infos immer genau dann, wenn Sie sie benötigen. Rund 30 Tage vor der OP startet die App mit wertvollen Tipps zur stressfreien Vorbereitung. Die Liste an nützlichen Informationen reicht von einer Trainingsempfehlung zur OP-Vorbereitung, über eine Checkliste, welche Unterlagen Sie zum OP-Termin mit-

bringen sollen, bis hin zu Tipps, um noch vor der OP zu Hause, 'Stolperfallen' zu beseitigen. Auch nach dem operativen Eingriff bleibt die App ein hilfreicher Begleiter und gibt nützliche Tipps, was man tun kann und sollte, um möglichst schnell wieder fit zu werden. Alle Infos sind anwenderfreundlich aufbereitet. Jeden Tag gibt es eine kleine Aufgabe oder einen wissenswerten Tipp. Die endogApp gibt es kostenfrei für alle Android-Geräte im Google Play Store sowie im App Store für alle Apple iPhones und iPads.



Download endogApp

# endolife.

DAS MAGAZIN FÜR MOBILITÄT UND LEBENSFREUDE

### Herausgeber

Klinikum Garmisch-Partenkirchen GmbH

Vertretungsberechtigter Geschäftsführer:  
Frank Niederbühl

Verantwortlich im Sinne des  
Presserechts (V.i.S.d.P.):  
Abteilung PR & Marketing



### endogap Klinik für Gelenkersatz im Klinikum Garmisch-Partenkirchen

Auenstraße 6  
82467 Garmisch-Partenkirchen

Tel.: 08821 77-1245  
Fax 08821 77-1297  
service@endogap.de  
www.endogap.de

**Konzept und Umsetzung**  
Agentur Weimer & Paulus GmbH

**Redakteur und Autor**  
Philipp Paulus

**Druck**  
Gotteswinter Fibodruck  
Auflage: 15.000

**Grafik**  
www.weimer-paulus.de

### Bildnachweise

#### Titelbild:

Kriner-Weiermann - „Early Bird“ –  
Freerider mit den ersten Sonnenstrahlen  
am Zugspitzplatt

#### Fotos:

Marc Gilsdorf  
Patient (privat)  
Klinikum Garmisch-Partenkirchen