

A portrait of Prof. Dr. med. Gert Krischak, a middle-aged man with a light beard and mustache, wearing a white button-down shirt. He is looking directly at the camera with a slight smile. His hands are clasped in front of him.

**»Arthrose  
heißt Operation?  
Es geht auch anders.  
Nicht aufgeben,  
umdenken: Raus aus  
den Arthroseschmerzen.  
Ich zeige Ihnen  
den Weg dazu –  
Schritt für Schritt.«  
Gert Krischak**

**Prof. Dr. med. Gert Krischak** ist einer der führenden Experten auf dem Gebiet der konservativen Orthopädie in Deutschland. Als Chirurg, Orthopäde und Unfallchirurg verfügt er über jahrzehntelange Erfahrung in der operativen und konservativen Behandlung der Arthrose. Als orthopädischer Chefarzt im rehabilitativen Bereich liegt sein Spezialgebiet in der konservativen Behandlung der Arthrose.

- ❖ Volkskrankheit Arthrose: 15 Millionen Erkrankte in Deutschland
- ❖ Der medizinisch fundierte Aktionsplan des Experten für Arthrose



## Ein schmerzfreies, aktives Leben ist möglich

15 Millionen Menschen in Deutschland leiden an Arthrose. Was lange als unheilbar galt und mittelfristig in den OP-Saal führte, erscheint heute in einem anderen Licht: eine umfassende Therapie kann die Beschwerden drastisch senken. Doch noch immer ranken sich Irrtümer um das Krankheitsbild – und verzögern so den Weg zum schmerzfreien Leben. Prof. Dr. Krischak legt mit der ›Arthrose-Formel‹ ein Buch vor, das einen individuellen Weg aus den Schmerzen aufzeigt. Er bringt aktuelle medizinische Forschung verständlich auf den Punkt und hilft, den Kern der Krankheit zu verstehen. Nach den neuesten wissenschaftlichen Standards entwickelt er einen 100-Tage-Behandlungsplan, der ein bewegtes Leben ohne Schmerz ermöglicht – ganz ohne OP.

**ET: 19.02.2026**

**Gert Krischak**  
**Die Arthrose-Formel**  
 Der Wegweiser in ein schmerzfreies  
 Leben ohne Operation

**Paperback** · 256 Seiten · WG 465  
 Format 17,1 × 23,5 cm

ISBN 978-3-423-26449-5  
**€ 18,00 (DE) · € 18,50 (AT)**

