

Ihr Horoskop

WIDDER 21.-31.3. Viele Möglichkeiten stehen Ihnen jetzt offen. Finden Sie die heraus, die am vielversprechendsten ist. 1.-10.4. Eine Bemerkung dürfte sehr viel verraten über den Geist ihres Urhebers! 11.-20.4. Schmieden Sie Ihren Plan nun weiter.
STIER 21.-30.4. Fassen Sie nicht mehr gute Vorsätze, als Sie auch halten können. Sonst ist alles nur ein Witz. 1.-10.5. Von Ihrem überlegenen Wissen sollten Sie, zukünftig, mehr Gebrauch machen! 11.-20.5. Kritisches Nachdenken lohnt sich immer!



Leserfoto

Zorro mit der Maske

Zorro, der Waschbär, ist ein drolliger Zeitgenosse, der tagsüber schwer zu sehen ist, da er überwiegend dämmerungs- und nachtaktiv ist. Er ist putzig, frech und schlau und findet inzwischen auch häufig ein Plätzchen in der Stadt. Sabine Zacher hat ihn allerdings im Bayerischen Wald entdeckt, wie er keck und neugierig aus seinem sicheren Baumstamm die Umgebung betrachtet hat.



Sabine Zacher, München

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-Heys-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

Meniskusriß: Hilfe ohne OP

Der Schmerz im Knie kommt oft schleichend – speziell dann, wenn es sich um Verschleiß handelt. Meniskus-Schäden wurden früher oft operiert. Heute gibt es andere Möglichkeiten – erklärt der Orthopäde Prof. Peter Diehl.



winkeln des Kniegelenkes. Je nach Ausmaß, Konfiguration und Lage des Risses ist eine konservative Therapie ohne Operation sehr vielversprechend. Die Symptomatik bei Meniskus-Schäden geht häufig von der begleitenden Entzündung der Kapsel aus. Dazu gehört die Versorgung mit einer Soforthese in der Akutphase und entzündungshemmende Tabletten (NSAR) oder Injektionen mit Kortison gegen die

Der Meniskus ist der Stoßdämpfer des Kniegelenkes – genauso wie Bandscheiben die Wirbelsäule abfedern. Der Meniskus wird im Laufe des Lebens spröde und es entstehen kleine Einrisse, die über die Jahre zu nehmen. In manchen Fällen können diese Risse eine gewisse Größe überschreiten und instabil werden und im schlimmsten

Fall im Kniegelenk einklemmen. Demgegenüber gibt es jedoch auch, vor allem bei jungen Patienten – begleitend oftmals mit Kreuzbandverletzungen – akute Meniskusrisse mit Einklemmung in das Gelenk und Bewegungseinschränkung. Diese müssen auf jeden Fall arthroskopisch versorgt und genäht werden. Degenerative Meniskus-

niskus-Schäden werden oft erst symptomatisch, wenn ein gewisser Grad des Verschleißes überschritten wird. Die Symptomatik des sehr häufigen Innenmeniskusrisse ist klassischerweise auf der Innenseite des Kniegelenkes, mit Ausstrahlung in die seitliche Wade oder in die Kniekehle – vor allem nach längerem Sitzen bzw. Ab-



Prof. Dr. Peter Diehl Orthopädiezentrum München Ost (OZMO) Haar

Foto: Shutterstock

MÜNCHNER Straßennamen Petristraße

Die Straße in Harlaching wurde Friedrich Petri (1817–1893), dem Erfinder des Geschwindigkeitsmessers für Lokomotiven, gewidmet.

Schon gewusst?

Stimmt es, dass Koalas nie trinken?

Koalas decken ihren Flüssigkeitsbedarf fast ausschließlich über die Nahrung. Eukalyptusblätter enthalten nämlich sehr viel Wasser. Nicht umsonst bedeutet der Name Koala in der Sprache der Aborigines: trinkt nicht.

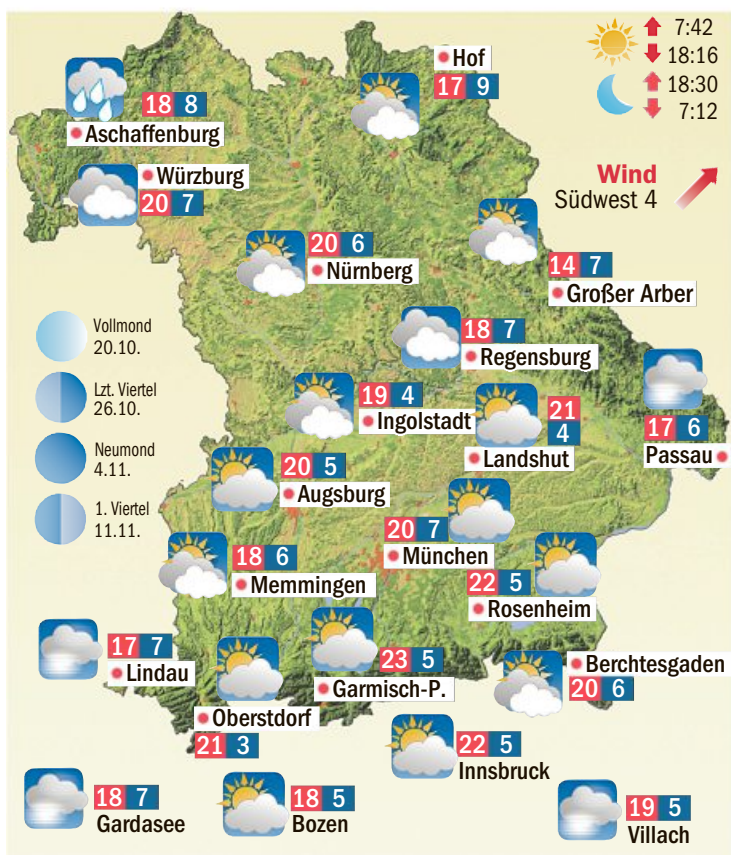
Namenstag Johanna

Johanna Merzenich war in Aachen Ordensfrau der Annonziatinnen, einem streng kontemplativen Frauenorden des 17. Jh. Sie starb 1652.

Lösung von Seite 1

Richtig: Antwort a) Peyo, Pseudonym für Pierre Culliford (1928 – 1992), war ein belgischer Comiczeichner, dessen erfolgreichste Kreation die Schlümpfe sind.

Viel Sonne und dazu mit Föhn sehr mild



Südbayern

Es wird viel Sonnenschein erwartet, erst nachmittags kommen von Norden Wolken auf. Sehr milde 17 und am Alpenrand mit Föhnunterstützung bis 23 Grad. Der mäßige Südwestwind kann böig auffrischen.

Nordbayern

Heute zunächst viel Sonne, von Norden bald aber Wolkenauflauf und später örtlich etwas Regen. Für die Jahreszeit milde 17 bis 20 Grad.

Bergwetter

Heute dreht die Höhenströmung auf Südwest und verstärkt sich. Damit ist es im Norden noch durchweg recht sonnig, oft windig mit ein paar Schleierwolken und Föhnfischen. Teils Hochnebel. In 2000 m 14 Grad.

Weitere Aussichten

Morgen Vormittag an die Alpen sich zurückziehender Regen. Freitag in Alpennähe zunächst noch regnerisch.

Bauernregel

Wie im Oktober die Regen hausen, so im Dezember die Winde sausen.

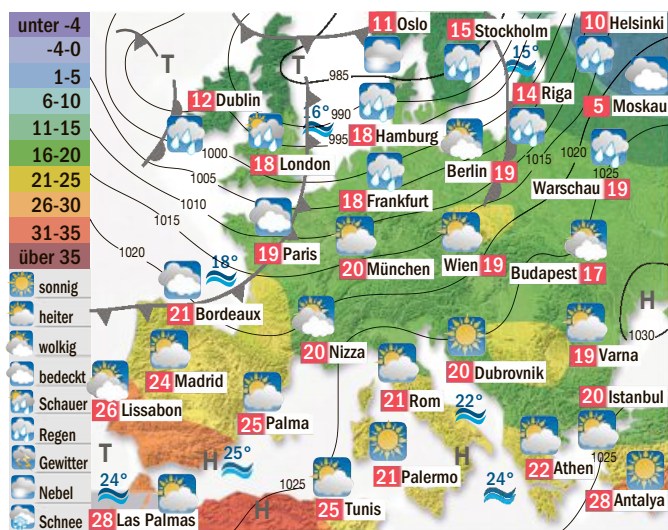
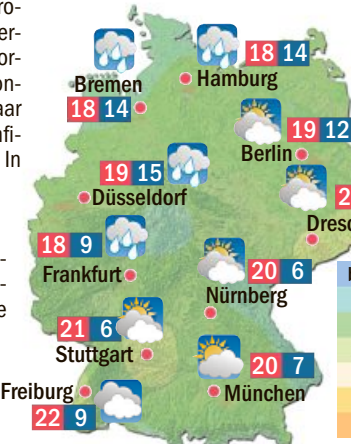
Münchener Rekorde am 20.10. in München Tag Maximum 23,0°(2017) Nacht Maximum 13,3°(2014) Tag Minimum 2,1°(1908) Nacht Minimum -6,5°(1972)

Biowetter

Bei zu hohem und zu niedrigem Blutdruck kann es zu Herz-Kreislauf-Problemen kommen.

Autowetter

Bei Überlandfahrten Vorsicht vor Wildtieren. Ihre Farbe ist jetzt dunkler, dadurch erkennt man sie schlechter.



Reisewetter

Alpensüdseite: Wolzig bis heiter, trocken, 16 bis 18 Grad.

Österreich, Schweiz: Meist weniger bewölkt, es bleibt dazu trocken bei 17 bis 22 Grad.

Italien, Malta: Sonnig bis heiter, es bleibt niederschlagsfrei, Höchstwerte 16 bis 23 Grad.

Spanien, Portugal: Es wird heiter oder wolkenlos, La Coruna Schauer, 22 bis 27 Grad.

Griechenland, Türkei, Zypern: Sonnig oder heiter, niederschlagsfrei, 20 bis 28 Grad.

Benelux, Nordfrankreich: Häufig Regen, 16 bis 18 Grad.

Slowenien, Kroatien: Heiter, teils sonnig bei 18 bis 20 Grad.

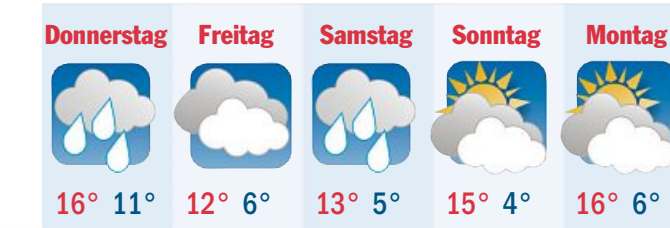
Südfrankreich: Es wird wolzig und trocken, 20 bis 21 Grad.

Israel, Ägypten: Überall heiter, in Oberägypten wolkenlos, Tageshöchstwerte 26 bis 34 Grad.

Mallorca, Ibiza: Auf beiden Inseln wird es heiter, Tageshöchstwerte 24 bis 25 Grad.

Madeira, Kanarische Inseln: Es wird überall heiter und niederschlagsfrei, 26 bis 30 Grad.

Tunesien, Marokko: Überall heiter, Agadir sonnig, Temperaturen von 25 bis 33 Grad.



Nullgradgrenze: 3800 m Schneefallgrenze: 3600 m



Herausgeber: Dirk Ippen, Alfons Döser
Chefredakteur: Sebastian Arbing
Stellv. Chefredakteur: 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
Verlagsleitung: Werbestart: Andrea Schaller
Vertriebsleitung: Tobias Hagmann
Anzeigenpreliste Nr. 77,
Zeitungsgruppe Münchner Merkur (MM + OVB + tz),
Abonnementpreis monatlich Euro 34,95 frei Haus (einschließl. gesetzlicher USt.),
Abbestellungen können nur in Textform (§126b BGB) mit einer Frist von 6 Wochen zum Quartalsende bzw. zum Ende des Vorauszahlungszeitraumes erfolgen.
Samstag mit tz-Tele-Magazin.
Verlag: Merkur tz Redaktions GmbH & Co. KG, 80282 München oder Paul-Heys-Str. 2-4, 80336 München,
zugleich Anschrift aller Verantwortlichen.
Geschäftsführer: Daniel Schöningh, Georg Anastasiadis, Sebastian Arbing.
Druck: Druckhaus Dessauerstraße GmbH & Co. BetriebsKG, Dessauerstr. 10, 80992 München
Für die Herstellung der Zeitung wird Recycling-Papier verwendet.