

Garbsen rollt: Radtourenfahrt des Garbsener SC mit Regen beim Start

GARBSEN. Es hätte kaum schlechter laufen können: Ausgerechnet zur Premiere der Radtourenfahrt des Garbsener SC öffnete der Himmel seine Schleusen. Doch rund 40 Radsportlerinnen und Radsportler ließen sich vom angekündigten Regen nicht abschrecken und gingen auf eine der drei ausgeschilderten Strecken über 45, 75 oder 115 Kilometer.

Die Radtourenfahrt hatte in diesem Jahr erstmals die Ausdauerabteilung des Garbsener SC organisiert. Nachdem der Radsport-Club Garbsen seine etablierte Veranstaltung aus Altersgründen nicht mehr fortführen konnte, übernahm der GSC die Organisation und stellte damit gleich bei der Premiere einiges auf die Beine.

Auch wenn deutlich weniger Teilnehmende als die ursprünglich erwarteten rund 100 an den Start gingen, war die Stimmung unter den Unentwegten



Beim Streckencheck für die Garbsener RTF hatten die Ausdauersportler vom Garbsener SC noch sonniges Wetter. FOTO: PRIVAT

ausgesprochen gut. An den drei Verpflegungsstellen unterwegs und bei der Zielverpflegung in den Räumen der IGS Garbsen gab es viel positives Feedback für die Organisation und die Betreuung.

Das macht Lust auf mehr. Deshalb war für das Organisationsteam schnell klar: Die Radtourenfahrt des GSC soll keine einmalige Sache bleiben. 2027 geht es weiter – und dann noch vielfältiger.

Aus der bisherigen Garbsener RTF wird „Garbsen rollt! – Das Radsport-Event für Straße, Gravel und Radweg.“ Neben den bewährten Rennradstrecken über 45, 75 und 115 Kilometer kommt eine neue 50-Kilometer-Gravel-Tour hinzu. Außerdem soll ein 25-Kilometer-Volksradfahren auf Radwegen rund um Garbsen das Angebot erweitern. Dabei sind alle Fahrräder willkommen – vom Stadtrad übers Trekkingrad bis zum Gravelbike.



Fahrbahndecke der Resser Straße in Heitlingen wird in den Ferien saniert und teilweise gesperrt

GARBSEN (STP). In den Herbstferien wird die Fahrbahndecke der Resser Straße in Heitlingen saniert. Dazu wird die Straße einschließlich der Kreuzung Hauptstraße bis zum Ortsausgang beziehungsweise bis in Höhe der Hausnummer 34 voll gesperrt – und zwar ab Montag, 12. Oktober. Ortskundige werden gebeten, den Baustellenbereich während der Bauzeit möglichst weiträumig zu umfahren. Der Durchgangsverkehr wird über Engelbostel umgeleitet.

Die Bauarbeiten dauern voraussichtlich zirka eine Woche.

Zunächst wird der alte und schadhafte Fahrbahnbelag abgefräst. Anschließend wird eine neue Asphaltdeckschicht eingebaut. Im Anschluss an die Arbeiten werden die Einmündungsbereiche Am Brinke und Neue Wiesen saniert. Nach einer erforderlichen Abkühlphase des neuen Asphaltbelags soll die Fahrbahn nach einer Woche für den Verkehr wieder freigegeben werden. Voraussetzung hierfür

sind ein planmäßiger Bauablauf und geeignete Witterungsverhältnisse.

Die Anliegerinnen und Anlieger werden daher gebeten, ihre Fahrzeuge bei Bedarf rechtzeitig außerhalb des jeweiligen Baustellenbereichs abzustellen. Die direkt anliegenden Grundstücke bleiben abhängig vom jeweiligen Baufortschritt grundsätzlich erreichbar. Allerdings muss mit erheblichen Einschränkungen gerechnet werden. Die fußläufige Erreichbarkeit

der anliegenden Grundstücke bleibt jederzeit gewährleistet.

Für die Anliegerinnen und Anlieger der Straßen Am Brinke und Neue Wiesen bestehen während der Bauarbeiten Ausweichmöglichkeiten. Sie können über die Eichenstraße und Vor den Höfen zu ihren Grundstücken gelangen beziehungsweise diese verlassen. Für die Anliegerinnen und Anlieger der Straße Kleiner Weg ist die Zu- und Abfahrt während der Bau-

arbeiten ebenfalls weiterhin möglich, allerdings mit Einschränkungen.

Die Zu- und Abfahrt kann dabei sowohl in Richtung Resse als auch aus Richtung Resse erfolgen. Je nach Baufortschritt ist mit Einschränkungen, Behinderungen und veränderten Fahrbedingungen zu rechnen. Alle Anliegerinnen und Anlieger werden daher um besondere Vorsicht, gegenseitige Rücksichtnahme und Verständnis gebeten.

Garbsener SC Athleten beim Nachtlauf am Start

Mehr als 8000 Läuferinnen und Läufer gingen am 18. September beim SportScheck-Nachtlauf auf die verschiedenen Strecken durch die hannoversche Innenstadt. Für das herausragende Ergebnis aus Sicht des GSC sorgte Elida Cabalar. Sie belegte im 10 Kilometer SpeedRun in persönlicher Bestzeit von 38:34 Minuten den dritten Platz der Frauen-Gesamtwertung und gewann zugleich ihre Altersklasse W40. Marc Mozin benötigte für die zehn Kilometer 36:15 Minuten und war damit schnellster Starter des Garbsener SC. In der Altersklasse M35 kam er auf den vierten Platz. Weitere Podestplätze für den GSC gab es durch Jens Kühne und Anja Seidel. Für den Nachwuchs des Vereins ging Aliya Cabalar beim 1-Kilometer-Kids-Run an den Start. Die Strecke wurde ohne Zeitnahme absolviert. Das Foto zeigt voller Vorfreude vor dem Lauf (von links) Marc Mozin, Elida und Aliya Cabalar, Anja Seidel, Sarah Weber und Torsten Hoffmann. FOTO: PRIVAT

Medizin

ANZEIGE

Thema: Nervenschmerzen

Ernüchterung nach der Bandscheiben-OP: Warum können diffuse Schmerzen und sensorische Störungen bleiben?

Was bei anhaltenden Nervenschmerzen helfen kann

Ein Schmerz wie ein Dolchstoß – und plötzlich geht nichts mehr. 180.000 Menschen erleiden hierzulande jährlich einen Bandscheibenvorfall. Aber auch nach der schmerzhaften Akutphase kämpfen viele Betroffene mit Folgeschäden in Form von diffusen Schmerzen sowie Kribbel- und Taubheitsgefühlen, die sich oftmals hartnäckig halten. Hier erfahren Sie, was geschädigte Nerven damit zu tun haben und welche speziellen Arzneytropfen Betroffenen Hoffnung schenken.

Vor einiger Zeit erlitt ich selbst einen Bandscheibenvorfall. Als Gesundheitsredakteurin waren mir die Fakten bekannt. Dennoch ist die persönliche Erfahrung immer anders als das, was man zu wissen glaubt.

Das stille Leiden nach der Akutphase

Je nach Schwere kann ein Bandscheibenvorfall von selbst verheilen oder unterstützt durch Physiotherapie. In schwereren Fällen kann eine Operation nötig werden – so auch bei mir. Nach der Operation waren die Schmerzen zunächst weg. Aber: Monatelang blieben ein lästiges Kribbeln im Fuß und ein Taubheitsgefühl in der Wade. Und dann kamen auch immer wieder diffuse Schmerzen



zurück. Um die Ursache dafür zu verstehen, muss man die Rolle der Nerven dabei betrachten.

Bandscheibenvorfall: Was haben die Nerven damit zu tun?

Zwischen den Wirbeln der Wirbelsäule liegen die Band-

scheiben. Bei einem Bandscheibenvorfall tritt der Kern der Bandscheibe aus. Schmerzen entstehen vor allem dann, wenn der Kern auf einen Nerv drückt. Diese Schmerzen sind dann: Nervenschmerzen. Ist z.B. der Ischiasnerv betroffen, können

extreme Schmerzen bis ins Bein ausstrahlen.

Die Nervenschädigung führt aber nicht „nur“ zu Schmerzen, sie stört auch die Signalweiterleitung im Nerv, was zu anhaltenden Missempfindungen wie Kribbel- und Taubheitsgefühlen führen kann. Viele Patientinnen und Patienten sind nach der Akuttherapie eines Bandscheibenvorfalles frustriert, wenn Schmerzen mit Missempfindungen bleiben. Das Dilemma: Viele Schmerzmittel greifen nicht an der ursächlichen Nervenschädigung an und wirken bei Nervenschmerzen kaum.

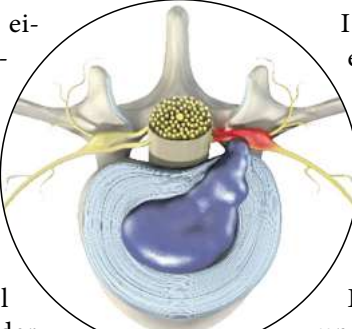
Nervenschmerzen mit Missempfindungen wirksam behandeln

Forscher aus der modernen Nervenmedizin haben nach geeigneten Wirkstoffen gesucht, die gezielt an Nervenschmerzen ansetzen und Erstaunliches entdeckt: **Iris versicolor** bekämpft ziehende und brennende Schmerzen im Hüftnerv bis zum Fuß. **Cimicifuga racemosa** bekämpft Druck und Schmerz in der Lenden- und Kreuzbeingegend sowie längs

des Ischias-Nervs. **Gelsemium sempervirens** setzt im zentralen Nervensystem an und kommt bei scharfen, schießenden Schmerzen zum Einsatz. Auch **Cyclamen purpurascens** und **Spigelia anthelmia** wirken laut Arzneimittelbild bei Nervenschmerzen.

Anwender sind begeistert

Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, das eine Kombination aus genau diesen fünf Arzneistoffen enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Restaxil erhältlich. Im Netz findet man bereits zahlreiche positive Erfahrungen mit Restaxil. So berichtet eine Anwenderin: „Ich habe zwei Bandscheibenvorfälle und jedes Mal, wenn ich es vor lauter Nervenschmerzen nicht aushalten kann, nehme ich Restaxil. Mir hilft es sehr gut!“



Der vorgefallene Kern der Bandscheibe tritt hervor und drückt auf den Nerv.

Für Ihre Apotheke:
Restaxil
(PZN 12895108)
www.restaxil.de

Nervenschmerzen?
Natürlich Restaxil.



Restaxil