

Ganzheitliche Behandlung der Arthrose

Hydroxyopathie in Synergie mit orthomolekularen Rezepturen

Fachbeitrag von Horst Jacob, Heilpraktiker

In Deutschland leidet bei stetig steigender Anzahl jeder 7. Mann und jede 5. Frau unter einer Arthrose eines Gelenks oder gleichzeitig mehrerer Gelenke. Immer öfter und zunehmend früher wird den betroffenen Patienten zum Gelenkersatz geraten. Die deutschen Krankenkassen geben jährlich zwischen 5 und 10 Milliarden Euro für die Behandlungen aus. Es ist ein lukratives Geschäft, in dem sich spezialisierte Kliniken um Patienten reißen. Dabei gibt es in Deutschland kaum ernsthafte Initiativen, die auf Aufklärung und Prävention setzen.

Definition

Laut Pschyrembel handelt es sich bei der Arthrose um eine „...degenerative Gelenkerkrankung, die vorwiegend bei einem Missverhältnis zwischen Beanspruchung und Belastbarkeit der einzelnen Gelenkanteile und -gewebe entsteht.“¹⁾

Ursachen

- Über- und Fehlbelastung der Gelenke, schiefe Körperhaltung, muskuläre Probleme, verkürzte Muskulatur, Übergewicht, falsche Ernährung
- Fehlstellungen von Gelenken durch immer wiederkehrende gleichförmige Belastungen, wie z.B. häufiges Arbeiten auf den Knien
- Starke Beanspruchung der Gelenke wie beim Leistungssport, Sportarten wie Squash, Tennis, Handball oder Fußball
- Bewegungsmangel
- Haltungsschäden wie Achsenfehler: X- oder O- Beine
- Vorausgegangene Gelenkverletzungen mit Knorpelschaden.

Krankheitsverlauf

Im Verlauf der Erkrankung werden Knorpelzellen abgebaut. Hierbei spielen Enzyme eine entscheidende Rolle. Sie bauen Proteoglykane, die gewissermaßen die Bausteine des Knorpels sind, verstärkt ab. Der Knorpel verliert zunehmend seine Grund-

substanz, wodurch wiederum Enzyme freigesetzt werden, die Proteoglykane abbauen usw. – ein Teufelskreis. Im Knorpel entstehen Risse, Abriebpartikel können zu schmerzhaften Gelenkentzündungen führen. Schließlich reiben Gelenkflächen ohne puffernden Knorpel direkt aufeinander. Dies bringt heftigste Schmerzen, steife Gelenke und Bewegungseinschränkung mit sich.

Behandlungsansätze

Es kann gar nicht genug darauf hingewiesen werden, wie wichtig rechtzeitig verordnete und durchgeführte Physiotherapie ist. So können z.B. durch die Manuelle Therapie Achsenfehlstellungen, Muskeldysbalancen, Muskelverkürzungen usw. behandelt werden. Der Patient kann unter Anleitung aktiv an der Wiederherstellung seiner Gesundheit arbeiten bzw. gar nicht erst erkranken. Weiterhin stehen Wärme- und Kälthetherapien, Massagen, Traktionen, Muskelkräftigung, Bewegungstherapien wie Schwimmen, Radfahren und Nordic Walking zur Verfügung. Gerade durch Bewegung wird die so wichtige Gelenkflüssigkeit gebildet. Bewährt haben sich außerdem Mikrostromtherapien, Magnetfeld, Fußreflexzonenmassage oder Maßnahmen wie Fußfehlstellungen durch sorgfältig angefertigte Einlagen zu korrigieren.

Ernährungsumstellung

Übergewicht abbauen entlastet die Gelenke. Fleischkonsum, (tierische) Fette reduzieren oder der Umstieg auf vegetarische

Horst Jacob



Ernährung verschaffen aus Sicht der Erfahrungsmedizin fast immer Erleichterung. Ziel unter anderem ist es hierbei, Entzündungsfaktoren wie Thromboxan A2, Prostaglandin E2 oder Leukotrien B4, die im Organismus aus Arachidonsäure gebildet werden, zu reduzieren. Arachidonsäure kommt in Pflanzen nicht vor, jedoch häufig in tierischen Fetten.

Orthomolekulare Begleittherapie und Hydroxyopathie

Hydroxyopathie ist eine Maßnahme zur Erkennung (Diagnose) von Stoffwechselveränderungen und deren prätherapeutischen Behandlung durch den zielgerichteten Einsatz von Wasserstoff- und Sauerstoff-Ionen sowie deren gemeinsamen Verbindungen zur Regulierung des pH-Wertes und zur Einstellung eines therapiefähigen Milieus.

Hydroxyopathie und orthomolekulare Begleittherapie sollen an einem Fallbeispiel dargestellt werden.

Fallbeispiel aus der Praxis

Eine 62-jährige Patientin stellte sich mit Schmerzen im rechten Kniegelenk vor.

Ein OP-Termin für einen Gelenkersatz war bereits angesetzt. Die Anamnese und Untersuchung ergab folgenden Befund: Morgendlicher Anlaufschmerz, Beckenschiefstand, Verspannungen der HWS-Muskulatur, Bewegungsmangel, Übergewicht, Fehlernährung, Rauchen, stark verspannte und schmerzhafte Glutaeus Muskulatur, Schulterhochstand.

Sie erhielt Manuelle Therapie, Massagen und Mikrostrom in einer Physiotherapiepraxis. Eine Ernährungsberatung wurde organisiert. Die Therapie des Heilpraktikers fokussierte sich zunächst auf die Milieustabilisierung. Sie erhielt ionisiertes Wasser, in diesem Fall das Basenkonzentrat der Firma SanaCare. Diesem Wasser wurde durch Ionisierung Wasserstoff (H⁺) entzogen. Dadurch entsteht ein Wasser mit einem PH-Wert von 12. Es enthält eine sehr hohe Konzentration an OH⁻-Ionen (Hydro-

xid-Ionen), die sich im Zellinneren mit Protonen der Säuren verbinden. Der PH-Wert wird in einen physiologischen Bereich geschoben, schlussendlich befinden sich die Ionenkanäle der Zellen im für den Stoffwechsel unumgänglichen negativ geladenen Bereich, so dass positiv geladene Magnesium-, Calcium- oder Kalium-Ionen usw. wieder in die Zelle gelangen können. Der Membrantransport funktioniert wieder.

Sie können eine Veränderung des Säure-Basen-Haushaltes am Geschmack von SCB selbst feststellen:

Geschmackstabelle

Geschmacksrichtung	Hinweis auf Organe
Neutral bis ganz leicht salzig	Kein Hinweis
Salzig bis stark salzig	Bindegewebe und Muskulatur
Bitter, metallisch	Niere
Ammoniak, Lauge	Niere, zuviel Harnsäure
Fischig	Leber
„faule Eier“, schwefelig	Galle
Süß	Drüsen (Pankreas, Schilddrüse)
Sauer, chlorig	Magen, Schleimhäute, (Hinweis auf Salzsäure)
Scharf und brennend	Blutkreislauf, Herz

Je intensiver der „ungewöhnliche“ Geschmack, umso schwächer ist die Grundregulation der Zellen. Die Intensität des Geschmacks wird nach mehrtägiger Einnahme schwächer.

Weiterhin erhielt die Patientin Eicosapentaensäure (EPA), Rapsöl und Borretschöl sowie hochdosiert Glucosamine und Chondroitine. Als entzündungshemmende Mittel wurden Weihrauch und Bambus mit seinem hohen Kieselsäureanteil eingesetzt. Ihr Blutbild wies einen starken Vitamin-D-Mangel auf. Sie substituiert seitdem 1000 i.E. täglich.

Mittlerweile leitet sie eine Walking Gruppe und arbeitet an ihrer Gewichtsreduktion und Raucherentwöhnung. Den OP-Termin hat sie vor 2 Jahren abgesagt. Sie steuert ihre Gesundheit mittlerweile allein durch eine sinnvolle Ernährung und Bewegungstherapie. Nahrungsergänzungsmittel nimmt sie weiterhin kurweise zweimal im Jahr für 4 Wochen ein.

Ausblick

Bezüglich der Vorbeugung von Gelenkerkrankungen wird in der BRD viel zu wenig

unternommen. Eine Aufklärung wäre eigentlich schon in der Schulzeit eine notwendige und gut zu integrierende Maßnahme. Stattdessen werden Schulkinder immer häufiger zu Bankdrückern, die ihre Freizeit sitzenderweise oft vor technischen Geräten verbringen. „Schulsport meets Physiotherapie“ – das wäre ein vielversprechender Versuch, Kompetenzen zu verbinden und auszuweiten, um Kinder vor Haltungsschäden zu bewahren.

Wie in vielen Ländern mit eher mäßiger Sonneneinstrahlung, tendenziell langen

Wintern und unzureichendem Verzehr von Seefisch, weist auch die Bevölkerung in Deutschland einen Mangel an Vitamin-D auf. Im Körper übernimmt Vitamin-D die Funktion eines Prohormons, über eine Zwischenstufe wird es zu dem Hormon Calcitriol umgewandelt, das unter anderem eine antiosteoporotische Wirkung entfaltet.

Die Wahrscheinlichkeit eines Zusammenhangs von Vitamin-D-Mangel und Gelenkerkrankungen ist recht hoch und sollte künftig noch stärker in den Fokus der Forschungen rücken.²⁾

Man sollte auch stets bedenken: In Deutschland wird zu viel und zu schnell operiert. Die Naturheilkunde hat ein breites Spektrum schmerzlindernd, entzündungshemmend und kurativ zu arbeiten. Sie hat die Chance, rechtzeitig plaziert, eine feste Größe im Behandlungsplan der Arthrose zu werden. Das beweisen ihre Ergebnisse.

Literaturhinweise

1) Pschyrembel, 259. Auflage, de Gruyter 2002

2) vgl.: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (Hrsg.): 12. Ernährungsbericht 2012. DGE-Verlag, Bonn 2012.

Autor:

Horst Jacob, Heilpraktiker
Spießgasse 5
64665 Alsbach-Hähnlein
horst.jacob@vodafone.de