

Ganzheitliche Behandlung der Arthrose – Hydroxypathie in Synergie mit orthomolekularen Rezepturen

Horst Jacob

In Deutschland leiden etwa jeder 7. Mann und etwa jede 5. Frau unter Arthrose eines oder gleichzeitig mehrerer Gelenke – Tendenz steigend. Immer öfter und zunehmend früher wird den betroffenen Patienten seitens der Medizin 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.

Arthrose: Definition und Verlauf

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]

Arthrose kann verschiedene Ursachen haben (siehe Tab.1). Im Verlauf der Erkrankung werden die Knorpelzellen abgebaut. Hierbei spielen Enzyme eine entscheidende Rolle. Sie bauen Proteoglykane, die gewissermaßen die Bausteine des Knorpels sind, verstärkt ab. Der Knorpel verliert so zunehmend seine Grundsubstanz, wodurch wiederum Enzyme freigesetzt werden, die Proteoglykane abbauen usw. ... ein klassischer Teufelskreis. Im Knorpel entstehen schließlich Risse und Abriebpartikel können zu schmerzhaften Gelenkentzündungen führen. Letztlich reiben die Gelenkflächen ohne puffernden Knorpel direkt aufeinander, was heftigste Schmerzen verursacht und steife Gelenke sowie Bewegungseinschränkung mit sich bringt.

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

Tab. 1: Potentielle Ursachen von Arthrose



Behandlungsansätze

Es kann gar nicht genug darauf hingewiesen werden, wie wichtig eine rechtzeitig verordnete und durchgeführte Physiotherapie ist. So können etwa 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, die Magnetfeldtherapie, Fußreflexzonenmassagen oder Maßnahmen wie Fußfehlstellungen durch sorgfältig angefertigte Einlagen zu korrigieren.

Ernährungsumstellung

Das Übergewicht abzubauen ist ein wichtiger Schritt, um die Gelenke zu entlasten. Fleischkonsum und generell (tierische) Fette sollten reduziert werden. Auch der Umstieg auf eine vegetarische Ernährung verschafft aus Sicht der Erfahrungsmedizin fast immer eine spürbare Erleichterung. Das Ziel ist es hierbei unter anderem, 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

Die Hydroxypathie und die orthomolekulare Begleittherapie sollen im Folgenden an einem Fallbeispiel dargestellt werden.

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 Gluteus 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. Die Patientin 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, 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, sodass positiv geladene Magnesium-, Calcium- oder Kalium-Ionen usw. erneut in die Zelle gelangen können und der Membrantransport wieder funktioniert.

Interessant in diesem Zusammenhang ist der Umstand, dass der Geschmack des Basenkonzentrates bei jedem Menschen ein anderer ist. Dies liegt in dem Umstand begründet, dass sich die Ionen des Basenkonzentrates bei Anwendung mit den Ionen des Menschen, etwa in seinem Speichel, verbinden. So entstehen Salze, die mitunter einen äußerst unangenehmen Geschmack aufweisen, aber dahingehend individuell sind, als dass sie mit Schwächen bzw. Fehlfunktionen der Organe korrelieren. Gewisserweise schmeckt man sich und seine inneren Schwachstellen selbst. Nach einigen Wochen der Anwendung verschwindet der Geschmack meist. Bis dahin kann er eine hilfreiche Ergänzung bei der Diagnosefindung sein.

In der Geschmackstabelle kann man nachlesen, welche Organfunktionschwächen einem speziellen Geschmack zugeordnet werden können [2]. Grundsätzlich gilt dabei: je intensiver der „ungewöhnliche“ Geschmack, umso schwächer ist die Grundregulation der Zellen.

Geschmacksrichtung	Hinweis auf Organe
neutral bis ganz leicht salzig	kein Hinweis
salzig bis stark salzig	Bindegewebe und Muskulatur
bitter, metallisch	Niere
Ammoniak, Lauge	Niere, zu viel Harnsäure
fischig	Leber
„faule Eier“, schwefelig	Galle
süß	Bauchspeicheldrüse
sauer, chlorig	Magen, Schleimhäute, (Hinweis auf Salzsäure)
scharf und brennend	Blutkreislauf, Herz

Tab. 2: Geschmackstabelle

Weiterhin erhielt die Patientin Eicosapentaensäure, Rapsöl und Borretschöl sowie hochdosiert Glucosamine und Chondroitine. Als entzündungshemmende Mittel wurden Weihrauch und Bambus mit seinem hohen Kieselsäureanteil eingesetzt. Das Blutbild der Patientin wies zudem einen starken Vitamin D Mangel auf. Sie substituiert seitdem 1.000 i.E. täglich.

Mittlerweile leitet die Patientin eine Walking Gruppe und arbeitet aktiv an ihrer Gewichtsreduktion und Raucherentwöhnung. Den OP-Termin hat sie vor zwei 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.

Resümee und Ausblick

Bezüglich der Vorbeugung von Gelenkerkrankungen wird in Deutschland viel zu wenig unternommen. Eine Aufklärung wäre eigentlich schon in der Schulzeit eine notwendige und auch 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 [3].

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

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

Literatur

- [1] vgl.: Pschyrembel, 259. Auflage, de Gruyter 2002
- [2] siehe hierzu auch: Die Naturheilkunde, Ausgabe 03/2012, S. 24f: „Hydroxyopathie – Aspekte einer grundlegenden Therapie zur Heilung von Erkrankungen.“
- [3] vgl.: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (Hrsg.): 12. Ernährungsbericht 2012. DGE-Verlag, Bonn 2012