

# Arthritis und gereizte Arthrose

Ein Beitrag von Margret Rupprecht

Gelenkentzündungen gleich welcher Genese erfordern oft eine Multi-Target-Therapie. Der Orthomolekularen Medizin und der Organhomöopathie kommen dabei wichtige Rollen zu.



Foto: Chompoo Surriyo / shutterstock.com

Es ist ein häufig gebrauchter Begriff der medizinischen Fachterminologie: Rheuma. Die Abkürzung von Rheumatismus leitet sich vom altgriechischen *rheumatízein* ab, das „am Fluss leiden“ bedeutet und sich wiederum vom griechischen Wort *rheuma* (Fließen, Strömung) herleitet. Die antike Medizin war der Auffassung, die für rheumatische Beschwerden so typischen und meist als ziehend oder wandernd empfundenen Schmerzen würden darauf zurückgehen, dass krank machende Stoffe im Körper zirkulieren. Ganz so einfach ist es zwar nicht, doch ganz falsch lagen die alten Griechen auch nicht: Betrachtet man das Thema Gelenkerkrankungen von den Stoffwechselforgängen in der extrazellulären Matrix aus, dann ist sehr wohl deren Überlastung mit Umweltgiften, Bakterientoxinen und Säuren ein Faktor, der sich verschlimmernd auf Entzündung und Degeneration von Gelenkstrukturen und die von ihnen ausgehenden Schmerzen auswirkt.

## Infektion, Autoimmunprozess oder mechanische Überlastung?

### Für Eilige

Nährstoffergänzungen sind neben der basischen, vollwertigen Ernährung wichtige Pfeiler der Therapie bei Arthritis und Arthrose. Die zusätzliche Injektion von homöopathisch potenzierten Organextrakten kann den Therapieerfolg steigern. Sie stimulieren erkrankte Zellen, ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Bei Gelenkentzündungen stellt sich immer die Frage: exogen oder endogen verursacht? Exogene Ursachen sind beispielsweise bakterielle Besiedelungen eines Gelenks auf

dem Blutweg von einem Streuherd aus (Furunkulose, Angina, Zahngranulom etc.), durch Einbruch eines benachbarten Prozesses (Osteomyelitis) oder eine direkte Keimeinschleppung durch Verletzungen, intraartikuläre Injektionen und Operationen (eitrige Arthritis). Meist gelangen dabei Staphylokokken ins Gelenk, seltener Streptokokken oder andere Erreger. Es kommt zu einer nekrotisierenden Entzündung der Gelenkkapsel und der Bildung eines zuerst meist serofibrinösen oder schon primär eitrigem Ergusses. Das Gelenk ist diffus geschwollen, überwärmt, gerötet, glänzt, ist druckschmerzhaft, in seiner Beweglichkeit eingeschränkt, und der Patient zeigt häufig eine Schonhaltung. Die Blutsenkung (BKS) ist stark erhöht, das Blutbild zeigt Leukozytose und Linksverschiebung.

Eine eher endogen verursachte Gelenkentzündung ist die als chronischer Rheumatismus bekannte primär chronische – und progressive – Polyarthritis (PCP), deren Ursachen noch immer nicht ganz erforscht sind. Neben einer genetischen Veranlagung wird oft eine Infektion für das Krankheitsgeschehen verantwortlich gemacht, die bestimmte Immunreaktionen nach sich zieht, in deren Folge metabolische, endokrine und neurale Fehlentwicklungen in Gang gesetzt werden. Diese Infektion erweist sich im Nachhinein als eine Art pathologische Initialzündung, aus der heraus sich die einmal begonnenen pathogenetischen Prozesse immer wieder selbst erneuern. PCP-Rheumatiker zeigen eine konstitutionell erhöhte Reaktionsfähigkeit ihres Immunsystems sowie eine Tendenz zur Autoimmunaggression, wobei humorale und zelluläre Reaktionen zusammenwirken.

Bei der primär chronischen Polyarthritis werden vor allem die kleinen (Grund- und Mittel-)Gelenke an Händen und Füßen befallen, aber auch alle anderen Gelenke können entzündlich reagieren. Was die Symptomatik verschlimmert: Das entzündliche Geschehen spielt sich meist nicht nur in den Gelenken ab, sondern auch in Sehnen, Sehnencheiden, Gefäßwänden, ja sogar in der Herzmuskulatur und in der Haut, wo es zu Nekroseprozessen und Granulationen führt (Rheumaknoten). PCP kann in jedem Alter beginnen; am häufigsten betroffen sind Frauen im dritten und vierten Lebensjahrzehnt; überhaupt werden Frauen dreimal häufiger von diesem Krankheitsbild befallen als Männer. Im Zentrum des Geschehens steht die synoviale Kapselschicht. Es kommt zu einer primären Kapillarschädigung mit der Entstehung eines exsudativ-proliferativ-entzündlichen Prozesses unter Bildung von Granulationsgewebe, das die Knorpel-Knochen-Grenze überschreitet und über die Gelenkflächen wuchert. Die durch die Entzündung entstandenen Enzyme und Metaboliten wirken dem Gelenkknorpel gegenüber aggressiv und zerstören ihn. Die Folge ist eine fortschreitende Destruktion des Gelenkknorpels, die Gelenkkapsel schrumpft, die Verschwartung greift auf das periartikuläre Bindegewebe über. Bewegungseinschränkungen, Fehlstellungen, Subluxationen und schließlich eine sowohl fibröse als auch knöcherne Ankylose sind die Folgen.

Eine dritte Form der Gelenkentzündung ist die sogenannte gereizte Arthrose, ein akuter Entzündungsschub im Rahmen der chronisch-degenerativen Gelenkerkrankung, der oftmals durch mechanische Überlastung ausgelöst wird. Es kommt im Bereich von Synovialschicht und Knorpel zu einem Zellerfall, auf den das Immunsystem mit Entzündungsprozessen reagiert, um das nekrotische Gewebe im Gelenkspalt abzubauen.

## Gelenkentzündungen und Grundregulation

Menschen, die unter Arthritis oder Arthrose leiden, verbindet häufig, dass sie genau berichten können, welche Nahrungsmittel ihre Schmerzen verschlimmern und welche ihnen gut tun. Stärker werdende Gelenkschmerzen nach dem Genuss histaminreicher Lebensmittel wie Rotwein, Schokolade oder Räucherfisch sind nichts Ungewöhnliches, während einer meiner Patienten mir einmal erzählte, eine große Portion Kartoffelpüree wirke bei ihm wie eine Schmerztablette. Wie stark rheumatische Schmerzen von Diätfehlern verursacht und verschlimmert werden und wie antiinflammatorisch und damit schmerzreduzierend eine frische, vollwertige, basische und histaminfreie Bio-Kost wirkt, kann gar nicht oft genug betont werden. Weißer Zucker, weißes Mehl, zu viel Fleisch und andere übersäuernde Lebensmittel, Fast und Convenience Food, in Plastik eingeschweißte

Lebensmittel, Kochen in Teflonpfannen und vieles andere haben einen eindeutig proinflammatorischen Effekt und sind für die extrazelluläre Matrix der pure Stress. Nach allem, was man heute über Silent (und weniger Silent!) Inflammations in verschiedensten Körpergeweben weiß, kann man durchaus so weit gehen zu sagen: Wer sich von Kindheit an frisch und vitaminreich, vollwertig, basisch-mineralstoffreich und mit Lebensmitteln aus biologischem Anbau ernährt, wird nur sehr selten bis nie an einer Arthritis oder an einer Arthrose erkranken. Knochen, Sehnen und Knorpel, ja der ganze Körper und vor allem die Immunregulation sind in hohem Maße davon abhängig, alle lebensnotwendigen Vitamine und Mineralstoffe reichlich zur Verfügung gestellt zu bekommen, um sich siebzig, achtzig, neunzig Jahre lang immer wieder physiologisch erneuern zu können. Kommt es hier zu Mangelzuständen, gibt es Defizite im Regenerationsprozess, und ein arthritischer oder arthrotischer Krankheitsprozess nimmt seinen Lauf.

## Ernährungstherapie, Orthomolekulare Medizin, Gymnastik – und Organhomöopathie

Eine frische, vollwertige, basenbetonte Bio-Kost ist die Basis jeder Therapie des entzündlich oder degenerativ erkrankten Gelenks.

Bei Arthritis haben sich die Nährstoffe Vitamin E, Vitamin C, Zink, Kupfer, Selen und Omega-3-Fettsäuren bewährt, unbedingt in hypoallergener Zubereitung, um den Stoffwechsel nicht mit allergieauslösenden Füll- und Hilfsstoffen zu belasten, und kombiniert mit einem Basenpulver.

Bei Arthrose verordnet man folgende Nährstoffe, ebenfalls in hypoallergener Zubereitung: Vitamin E, Nicotinamid (Vitamin B<sub>3</sub>), Vitamin C, Kupfer, Mangan, S-Adenosyl-Methionin, Omega-3-Fettsäuren, Chondroitinsulfat, Glucosaminsulfat und Kollagenhydrolysat, ebenfalls kombiniert mit einem Basenpulver. Insbesondere S-Adenosyl-Methionin ist in hohem Grad in der Lage, die Bildung und Reparatur von Knorpelgewebe anzuregen, während Chondroitin in Kombination mit Glucosaminsulfat – wie in der Nahrungsergänzung Chondron von Regena Ney (1 Tablette pro Tag) – den Knorpelabbau verlangsamen und in Einzelfällen eine ähnlich schmerzstillende Wirkung haben kann wie klassische Antirheumatika.

## Arthrose-Gymnastik

Patienten, die unter Kniegelenksarthrose leiden, können mit folgender Übung die Bildung von Gelenkflüssigkeit im erkrankten Gelenk anregen: >>

Die gereizte Arthrose ist ein akuter Entzündungsschub, der oft durch mechanische Überlastung ausgelöst wird.

Frische, vollwertige, basische und histaminfreie Kost wirkt antiinflammatorisch und reduziert Schmerzen.

Für Arthrose-Gymnastik gilt: Bewegung ohne Belastung und aufhören, wenn es wehtut

Man setzt sich auf die Tischplatte eines stabilen Küchen- oder Esstisches, aber nur so weit, dass die Kniegelenke nicht auf der Platte aufliegen, sondern ein wenig vorstehen. Dann baumelt man einige Minuten mit den Unterschenkeln hin und her. Das regt die Produktion von Gelenkschmiere an. Patienten berichten oftmals, dass ihnen nach dieser Übung das Gehen für eine ganze Weile leichter fällt und weniger Schmerzen bereitet. Diese Übung sollte der Patient so oft wie möglich durchführen.

Für Arthrose-Gymnastik, auch an anderen Gelenken als dem Kniegelenk, gilt die Faustregel „Bewegung ohne Belastung – bis zum Schmerz“. Bewegung regt den Gelenkstoffwechsel an, doch wenn es anfängt wehzutun, sollte man aufhören.

## Organhomöopathie

Nährstoffergänzungen sind die Basistherapie bei Arthritis und Arthrose; der Therapieerfolg lässt sich steigern, wenn man zusätzlich organhomöopathische Präparate einsetzt. Die Gabe von homöopathisch potenzierten Organextrakten, die die Informationen gesunder Zellen in sich tragen, stimuliert erkrankte Zellen, ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Um dieses Ziel zu erreichen, kann mit den biomolekularen Präparaten von vitOrgan gearbeitet werden. Beispielsweise können die Präparate NeyTroph Nr. 96 D7 (Basis: Musculi, Cor, Cortex cerebri, Medulla spinalis, Thymus, Diencephalon, Epiphysis) und NeyChon Nr. 68 D7 (Basis: Thymus, Hypophysis, Diencephalon, Medulla spinalis, Glandula suprarenalis, Testes,

Hepar, Pancreas, Musculi, Columna vertebralis, Articulii, Ren, Placenta, Nucleus pulposus) verwendet werden, die beide in der Lage sind, die allgemeine Geweberegeneration stark zu stimulieren. Gezielt auf den Gelenkstoffwechsel und den Gelenkknorpel wirkt NeyAthos Nr. 43 D7 (Fa. vitOrgan) mit Articulii, Cartilago und Synovia (Gelenksubstanz, Knorpel und Gelenkschmiere) als wirksamen Bestandteilen. Bei diesen Mitteln handelt es sich um Injektionspräparate, die s.c., i.c. oder i.m. injiziert werden können (über zehn bis zwölf Wochen, zwei bis drei Injektionen pro Woche und Präparat).

Hinter der das Zellteilungspotenzial anregenden Wirkung der biomolekularen vitOrgan-Präparate vermuten Wissenschaftler eine proliferative Aktivierung von Stammzellen, das Setzen von Differenzierungsreizen, die Aktivierung von Reparaturmechanismen und den direkten Einfluss der fötalen und juvenilen Organfaktoren auf die Regeneration gealterter Zellen durch die Stimulierung zellulärer Synthesemechanismen. In vitro und in vivo hat man beobachtet, dass die unterschiedlichen zytoplasmatischen Gewebsfaktoren auf Normalzellen organspezifisch stimulierend wirken. Selbst in erkrankten Zellen steckt noch die Information über ihre ursprüngliche Funktion im gesunden Zustand; sie müssen nur dazu angeregt werden, diese wieder abzurufen. Organhomöopathie ist in der Lage, dieses Zellpotenzial altersentsprechend zu aktivieren. ■

Der Beitrag wurde in Zusammenarbeit mit der Firma vitOrgan Arzneimittel GmbH verfasst.



## Literatur

1. Elvira Bierbach, Michael Herzog: Handbuch Naturheilpraxis – Methoden und Therapiekonzepte. Urban & Fischer bei Elsevier, München 2005
2. Burgerstein Handbuch Nährstoffe. Trias im MVS Medizinverlage, Stuttgart 2012
3. Hartmut Heine: Lehrbuch der Biologischen Medizin – Grundregulation und Extrazelluläre Matrix. Hippokrates Verlag in MVS Medizinverlage, Stuttgart 2007
4. Jürgen Krämer, Joachim Grifka: Orthopädie und Unfallchirurgie. Springer Verlag, Berlin 2007
5. Peter Pitzen, Helmut Rössler, Wolfgang Rüter: Orthopädie. Fischer Verlag, München 2003
6. Robert F. Schmidt, Florian Lang, Manfred Heckmann: Physiologie des Menschen mit Pathophysiologie. Springer Verlag, Berlin 2011
7. Peter-Hansen Volkman: Ökosystem Mensch – Gesundheit ist möglich. VBN Verlag, Lübeck 2009

## Margret Rupprecht



Sie hat Griechisch, Latein und Germanistik studiert und war anschließend mehrere Jahre als Verlagslektorin für Alte Sprachen tätig. Ihre Ausbildung zur Heilpraktikerin hat sie an der Josef-Angerer-Schule in München absolviert und 1996 ihre eigene Praxis eröffnet. Seit 1997 schreibt sie als Medizinjournalistin zu Themen der Naturheilkunde. Ihre Schwerpunkte sind Komplexhomöopathie, Pflanzenheilkunde, Psychosomatik, Ernährungsberatung, orthomolekulare Medizin, Balneo- und Hydrotherapie.

Kontakt: mail@quinta-essentia.info