

ARTHROSE

© Copyright by Edition Bircher-Benner April 2013
Dr. med. Andres Bircher

Aus Arthros (griech. Gelenk) –ose (Degeneration)hergeleitet ist die Arthrose die häufigste Zivilisationskrankheit. In Deutschland leiden bereits 9% der Zwanzigjährigen, 17% der 34 jährigen, und 90% der über 67 jährigen an Behinderungen und erheblichen Schmerzen durch diese Krankheit. Ernst und dauerhaft wird dies dann meist ab dem 55. Lebensjahr, besonders bei Frauen. Dann befällt diese Krankheit immer mehr Gelenke (Polyarthrose). Nicht alle Gelenke sind gleich gefährdet, am häufigsten die Knie, dann die Hüften, Hände, Schultern und erst zuletzt die Sprung- und Fussgelenke, obschon diese weitaus mehr belastet sind. Oft werden Schulterschmerzen im Ellenbogen oder Hüftschmerzen im Knie empfunden, sodass man riskiert, eine Hüftarthrose (Coxarthrose) vorerst zu verkennen. Trotz familiärer Häufung ist keine genetische Vererbung der Arthrose nachgewiesen worden, während eine Überlastung der Gelenke während mehr als 10 Jahren im Beruf oder Sport das Arthroserisiko deutlich erhöhen. Leiden wir an Arthrose, so fühlen wir uns behindert, als wäre eine Bremse gezogen. Der Gang wird mühselig, besonders am Anfang des Gehens (Anlaufschmerz). Längere Belastungen hinterlassen stärkeren Schmerz, der sich in der Nacht oft legt, ausser bei stärkerer Hüftarthrose, wo die ausgedrehte Lage der Hüfte im Schlaf uns leiden macht. Winterliche Kälte, Nässe, beissender Nordwind oder herannahendes Schneewetter verstärken Arthrosethmerzen erheblich, Sie dringen so zu sagen „in die Knochen ein“ und drängen uns in die Wärme, die bei Arthrose immer wohl tut. Der Körper weiss um die Gefährdung des Knorpels, der – so lange Schmerzen empfunden werden – sich bei jeder Bewegung abschabt. Besonders in trockenen Hüft- und Kniegelenken, die nicht zu Schwellung und Ergussbildung neigen, kann der Abrieb der Knorpelschicht schnell vor sich gehen und uns in den Endzustand völligen Knorpelverlustes an den am meisten belasteten Stellen bringen, wobei sich der Knochen stellenweise aufzulösen beginnt (Arthrosezysten). In diesem Zustand ist vorsichtiges Gehen an zwei Krücken in winzigen Schrittschritten noch möglich aber äusserst schmerzhaft. Der Körper ist hochintelligent. Er weiss um die Gefahr des Knorpelschwundes und beginnt frühzeitig durch seitlichen Knochenanbau die Gelenkfläche zu verbreitern, was im Röntgenbild als Knochenhorn (bec) imponiert und an den Fingern und Zehen als entstellende Rheumaknoten.

Das Innere der Gelenke ist hochsensibel auf jegliche Stoffwechselstörung. Frei von Gefässkapillaren, wird die ganze Knorpelschicht durch die komplex zusammengesetzte Gelenkgallerte (Synovia) ernährt, welche von der innersten Zellschicht der Gelenkkapsel (Stratum synoviale) laufend neu

gebildet wird. Die Gelenkgallerte enthält zu 2,5% komplexe Proteine, Albumine und Globuline, Glucose, feine Fettröpfchen (Lipide ganz besonderer Art) zu 0,5% hochwertigste Schleimstoffe (Mucine) und Hyaluronsäure, die alle zu 94% mit Wasser aufgequollen sind Abwehrzellen des Immunsystems dringen in sie ein und bewahren sie vor Infektionen. Dieses ganze System ist auf Stoffwechselstörungen hoch empfindlich und dadurch für die Ernährungstherapie zugänglich. Übermässige Fütterungsversuche an Ratten mit Kohlenhydraten (Mehlspeisen) erzeugten bei allen Tieren Arthrose, während eine Überfütterung mit tierischen Fetten bei allen Tieren Arthritis auslöste. Freiwillige Versuche bei Menschen bestätigten dieses Resultat.

Die diätetische Behandlung der Arthrose ist eine äussert dankbare Aufgabe und nach unserer Erfahrung von ganz zuverlässiger Wirkung. Dabei erreichen wir eine rasche Stoffwechsellage, indem wir mit ganz frisch zentrifugierten Obst- und Gemüsesäften und frisch zubereiteter Pflanzenmilch (Mandel-, Sesam-, Pinienkernenmilch) beginnen und diese Diät nach Tagen bis Wochen mit ganz sorgsam und individuell zubereiteter vegetabiler Frischkost ergänzen, bis Klinik und Labor eine Normalisierung der Stoffwechsellage anzeigen. Danach sind die Schmerzen in der Regel bereits verschwunden. Gelenke mit fortgeschrittenem Befall bedürfen anfangs der Neuraltherapie, um den Knorpel sofort zu schützen. Gelenkprothesen können in Hüft- und Kniegelenken zuverlässig vermieden werden, sofern wenigstens eine dünne Knorpelschicht noch vorhanden ist. Später kann auf eine laktovegetabile Vollwertkost übergegangen werden, mit 70% vegetabilem Frischkostanteil. Auf diese Weise ist die Ursache der Arthrose behandelt und bleiben die Gelenke zeitlebens schmerzfrei. Eine Therapie, die sich lohnt.

Dr. med. Andres Bircher

Tipp:

Das Heublumenbad: Geben Sie in ein Vollbad einen grossen Heublumensack (im Reformhaus erhältlich), fünf Tropfen reine Lavendel-, drei Tropfen Bergamotte- und 8 Tropfen Zitrusessenz. Nun legen Sie sich vorsichtig hinein und reiben alle schmerzhaften Gelenke lange und sorgsam mit dem Heublumensack, so lange, bis es Ihnen wohl wird. Tun Sie dies täglich und beginnen Sie sogleich mit der Diät.