

SCHÜSSLER-SALZE BEI RHEUMATISCHEN BESCHWERDEN

Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises wie Arthrose, Arthritis und Gicht sind langwierig und schwierig zu behandeln. Ärztliche Therapien lassen sich mit Schüssler-Salzen gut unterstützen. Bewährt hat sich vor allem das «Rheuma-Trio».

TEXT: LIAN TAUBER



Rheuma ist in der Schweiz die Volkskrankheit Nr. 1: Jede fünfte Person leidet an einer der über 100 Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises. Zu den häufigsten Krankheitsbildern zählen Arthrose, rheumatoide Arthritis, Gicht, Osteoporose und Fibromyalgie.

ARTHROSE: WENN GELENKE SICH ABNÜTZEN

Durch Überbelastung (Sport, Übergewicht), Fehlbelastung, Verletzungen, aber auch mit fortschreitendem Alter können Gelenkknorpel abgenutzt werden. Eine Arthrose verläuft schleichend und bleibt oft lange Zeit unbemerkt. Erste Anzeichen sind Anlaufschmerzen, Gelenkknirschen und Schmerzen bei ruckartiger Belastung des Gelenks. Betroffen sind vor allem Knie-, Hüft- und Fingergelenke. Schreitet die degenerative Krankheit fort, werden die Schmerzen stärker und treten auch in Ruhephasen auf und die Bewegung wird zunehmend eingeschränkt. Der Gelenkabrieb führt, in der Regel schubweise, zu schmerzhaften Reizungen und Entzündungen der Gelenkinnenhaut (aktivierte Arthrose).

ARTHRITIS: SCHMERZHAFTE ENTZÜNDUNG

Die aktivierte Arthrose ist eine Form der Gelenkentzündung (Arthritis). Neben dem Gelenkabrieb können verschiedene andere Ursachen zu einer Arthritis führen, beispielsweise Infektionen mit Bakterien oder Pilzen. Die häufigste entzündliche Gelenkerkrankung ist jedoch die rheumatoide Arthritis (RA; früher: Polyarthritidis), die zu den Autoimmunerkrankungen ge-

zählt wird. Betroffen ist rund ein Prozent der Bevölkerung, Frauen dreimal so häufig wie Männer. Die RA befällt vor allem kleine Gelenke (Hände, Füsse), aber auch Sehenscheiden und Schleimbeutel. Die entzündeten Gelenke schwellen an, werden warm, schmerzen und die Beweglichkeit ist eingeschränkt.

GICHT: KRISTALLE IN DEN GELENKEN

Auch die Gicht zählt zu den entzündlichen Erkrankungen. Bei ihr werden aufgrund einer Stoffwechselstörung bevorzugt im Grundgelenk der grossen Zehe und im oberen Sprunggelenk Harnsäurekristalle abgelagert, die zu den Entzündungen führen. Zu den Risikofaktoren der Gicht zählen Fehlernährung, Übergewicht und Bewegungsmangel.

RHEUMA AUF VERSCHIEDENEN EBENEN BEHANDELN

Verschiedene Methoden können, einzeln oder kombiniert, zur Behandlung von Rheuma eingesetzt werden: schulmedizinische Medikamente, Physiotherapie, Ergotherapie, Chirurgie, psychologische Betreuung und Methoden der Komplementärmedizin.

Mit einer Ernährungsumstellung kann eine Rheumaerkrankung positiv beeinflusst werden: So sollte bei Gicht die Ausscheidung angeregt sowie der Konsum von stark purinreichen Nahrungsmitteln wie Innereien, Weissbrot, Hering, Makrelen, Sardellen und Forellen reduziert werden, da Purine im Körper zu Harnsäure abgebaut werden.

Es lohnt sich auch, den Säure-Basen-Haushalt zu überprüfen, da auch Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises zu den Symptomen einer Übersäuerung zählen. Bei einer Übersäuerung sollten basenbildende Lebensmittel wie Obst, Gemüse, Pilze und Nüsse vermehrt auf dem Speiseplan erscheinen und stark säurebildende Lebensmittel wie tierische Fette, Wurstwaren und raffinierte Mehle gemieden werden.

SCHÜSSLER-SALZE: DAS BEWÄHRTE RHEUMA-TRIO

Zu den komplementärmedizinischen Behandlungsmethoden gehört auch die Biochemie nach Dr. Schüssler. Bei ihr werden dem Körper Mineralsalze in kleinsten Mengen zugeführt, die in den Stoffwechsel regulierend eingreifen. Die biochemischen Salze nach Dr. Schüssler werden unterteilt in Funktionsmittel (Nr. 1 bis

Nr. 12) und Ergänzungsmittel (Nr. 13 bis Nr. 25 sind in der Schweiz erhältlich). Unter anderem bietet die Firma OMIDA Schüssler-Salze auch in glutenfreien Tabletten an.

In der unterstützenden Behandlung von rheumatischen Erkrankungen hat sich das «Rheuma-Trio» bewährt. Es besteht aus den Schüssler-Salzen Nr. 8 Natrium chloratum, Nr. 9 Natrium phosphoricum sowie Nr. 10 Natrium sulfuricum. Das Salz Nr. 8 unterstützt den Flüssigkeitshaushalt und befeuchtet die Gelenke, Nr. 9 reguliert den Säure-Basen-Haushalt und wirkt gegen chronische Prozesse und Nr. 10 entgiftet den Körper und transportiert Ablagerungen ab.

Häufig gelingt es, den Gebrauch von Rheumamedikamenten zu reduzieren, wenn in der akuten Situation Nr. 3 Ferrum phosphoricum eingesetzt wird. Weitere Mineralstoffe können bei einer Übersäuerung eingesetzt werden, um den Gelenkaufbau zu unterstützen. Schüssler-Salze können auch äusserlich angewendet werden, beispielsweise OMIDA Schüssler Creme-Gel Ferrum plus 3 & 8 bei akuten Schmerzen und Entzündungen der Gelenke.

Es empfiehlt sich, die genaue Behandlung mit Schüssler-Salzen mit einer Fachperson zu besprechen. ■