

ARTHROSE

Arthrose ist eine degenerative, fortschreitende Krankheit der Gelenke, wobei Knorpel sich abbauen und Knochen-Hypertrophie entsteht.

Normalerweise betrifft Arthrose die Gelenke der Finger, der Zehen, der Knie, der Hüfte und der Wirbelsäule.

Ursache:

Überbelastung (z.B. Übergewicht, Sportarten, welche die Gelenke beanspruchen oder schwere Arbeit), alte Traumata, Gelenkentzündungen, Immobilität, Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes können zur Krankheit führen.

Symptome:

Die Krankheit beginnt mit einem Spannungsgefühl im Gelenk, führt dann zu einer Gelenksteifheit, wodurch Laufen schmerzhaft wird. Die Schmerzen lassen im Ruhezustand nach, die Knochen werden hypertroph und deformieren sich. Die Gelenkbewegungen werden eingeschränkt. Gelenkgeräusche, Muskelatrophie und Kontrakturen entstehen später.

Was hilft:

Vermeidung von schwerer physikalischer Aktivität, Sport und allen Belastungen, sowie Treppensteigen oder langes Stehen.

Abnehmen und Diät sind wichtig. Kälte, Nässe und Übergewicht verschlimmern die Krankheit.

Rückenschwimmen, Fahrradfahren, Krankengymnastik, Massage und Wärmetherapie helfen sehr gut.

Therapie:

Vollwertige Ernährung (eiweißarm und mineralreich) ist nötig.

Muskelentspannung mit warmem Heublumensack hilft.

Holopathie hat sehr gut den Patienten geholfen.