



Dr. med. Petra Bracht - So geht Gesundheit

Bad Homburg, den 12. Februar 2016

Arthrose-Schmerzen

Arthrose ist allgegenwärtig. In den Hüftgelenken (Coxarthrose), Knien (Gonarthrose), den Daumengrundgelenken Rhizarthrose), der Wirbelsäule (Facettengelenksarthrose) und vielen mehr. Anscheinend bleibt kein Gelenk davon verschont. Je mehr Verschleiß desto mehr Schmerzen heißt die einfache Gleichung. Bei starken Schmerzen muss man sich mit Schmerzmitteln helfen. Irgendwann steht die Operation an, man bekommt ein neues Gelenk. Bei den einen sind die Schmerzen weniger oder weg. Bei anderen sind sie genauso stark wie vorher. Es kommt aber auch vor dass sie schlimmer sind. Oft geht es nach der OP eine Zeitlang besser, ist aber nach einem Jahr wieder genauso schlimm wie vorher.

Die Meisten haben sich damit abgefunden. Der Körper ist halt für eine gewisse Zeit funktionsfähig und nach soundso viel Belastung geht er kaputt. Wir kennen das Gleiche doch von unserem Auto – Radlager und Bremsbeläge halten auch nur eine begrenzte Zeit. Die Betroffenen nehmen es hin, Schmerzmittel werden Nahrungsbestandteil, Sport muss man aufgeben. Irgendwann ist man auf den Rollator, Gehhilfen, Treppenaufzüge oder Rollstühle angewiesen. Am Ende kann man nur noch sitzen oder liegen und hat selbst dabei Schmerzen. Die einen verweigern Operationen, leiden und müssen sich anhören sie seien selbst schuld. Die anderen haben irgendwann diverse künstliche Gelenke im Körper, leiden aber oft ebenso.

Ich weiß nicht ob Sie sich schon einmal gefragt haben, warum es alte und älteste Menschen gibt, die weder Arthrose noch Schmerzen haben. Sie sind selten, aber man begegnet ihnen immer wieder.

Ob Sie schon darüber sinniert haben warum eine Hüfte mit deutlicher Arthrose einige Tage schlimmer schmerzt und dann einige Zeit nicht oder weniger. Eigenartig weil doch der Arthrosezustand nicht plötzlich besser ist. Wussten Sie, dass der Knorpel gar keine Schmerzen verursachen kann weil er keine Schmerzrezeptoren hat? Allein diese Fakten weisen auf Ungereimtheiten hin.

Was wäre wenn der Knorpelverschleiß vom Körper repariert werden könnte? Wenn alte Menschen die weder Arthrose noch Schmerzen haben genauso hart gearbeitet haben wie Arthrosegeschädigte und keine besseren Gene haben als diese? Wenn wechselnde Schmerzen bei feststehendem Knorpelzustand ein Hinweis darauf sind, dass Schmerzen bei Arthrose sehr wohl auf natürliche Art und Weise ohne Schmerzmittel, Operationen und künstliche Gelenke gemindert oder völlig beseitigt werden können? Das wäre für viele Betroffene eine richtige Erlösung und Hoffnung.

Und tatsächlich: Was zunächst unglaublich klingt ist für mich seit vielen Jahren gelebte Realität. Wir wissen dass Arthrose, Schmerzen und Bewegungseinschränkungen durch den ungünstigen Gebrauch unserer Muskeln und Faszien entstehen - und wie man die Schmerzen beseitigen und dauerhaft stoppen kann. Sie wollen das mit Ihrem Arthrose-Gelenk selbst testen? Nehmen Sie 20 Minuten ein angenehm heißes Bad, dann können Sie den Effekt entspannter Muskeln direkt fühlen.

Ihre