Hilfen für den Bewegungsapparat:

Borverbindungen:
Bor befindet sich im grünen Blattgemüse, Löwenzahn, Mohn, Hülsenfrüchten, Soja, Nüssen, Mandeln, Datteln, Rosinen und im Obst. Es könnte für die Hirnfunktion nötig sein. Bei einer geringen Zufuhr von Bor wurden in Hirnströmen verringerte Wellenlängen beobachtet. Folgen sind beispielsweise geringe Aufmerksamkeit und eine ***schlechtere Motorik***.[1]

Vitamin D : Rückenschmerzen verschwanden vollständig:
Patientin, die seit ihrer Kindheit wöchentlich mehrmals Kopfschmerz-Attacken erlitten hatte. Dies auch auf der Basis einer starken Skoliose ihrer Wirbelsäule, welche lebenslange Kreuzschmerzen verursacht haben. ***Durch Vitamin D Gabe verschwanden die Rückenschmerzen vollständig sowie auch die Kopfschmerzattacken in hohem Maße.***[2]

Aloe Vera Freedom und MSM Body Gel
Aloe Vera Freadom ist eine Kombination aus Aloe Vera Barbadensis Miller Gel
(89 %) und den Substanzen Methylsulfonylmethan (MSM), Chondroitinsulfat, Glucosaminsulfat und Vitamin E.
Diese vier organischen Stoffe dienen dem menschlichen Organismus zur Produktion von Bindegewebsstrukturen wie z.B. Sehnen, Bänder, Kapseln, Bandscheiben und Meniskusscheiben.
Der organische Schwefel (MSM) ist dabei der Grundbaustein für die Bindegewebsstrukturen, Chondroitinsulfat für den Knorpel, Glucosaminsulfat für die Gelenkschmiere und Vitamin E für Gelenke (Arthrose, Arthritis).

Aloe Vera Freedom ist bei allen Beschwerden im Bewegungsapparat vorteilhaft, wie z.B.:
-Achillessehne
-Tennisarm
-Schulterarmsyndrom (SAS)
-Bandscheiben, ***Meniskusverschleiß***
-Chronische Gelenkentzündungen
-Schmerzhafte Gelenkveränderungen
-30 ml Aloe Vera Freedom
-3 x täglich vor den Mahlzeiten
Haupteinsatzgebiete von Aloe Vera Freedom sind somit der schmerzhafte Bewegungsapparat, aber auch bei Sportlern zum Vorbeugen (Prophylaxe) von Überlastungsschäden![3]

Aloe Vera MSM Body Gel
Dieses Gel zur äußerlichen Anwendung enthält 60 % Aloe Vera, den organischen Schwefel (MSM) und antientzündliche und schmerzlindernde biologische Substanzen wie Teebaumöl, Vitamin E, Hyaluronsäure und Weidenrindenextrakte.
Das Gel, das leicht auf lokale Körperstellen aufzutragen ist, und sehr schnell in das Gewebe einzieht, ist äußerlich gekühlt auf alle Schmerzpunkte des Bewegungsapparates 2-3mal täglich einzureiben und erreicht eine rasche Linderung der Beschwerden.[4]

Kiefergelenk und Gesundheit.
Wenn der komplizierte Kauapparat aus Zähnen und Kiefergelenken nicht richtig funktioniert und der Biss nicht stimmt, kann es zu den unterschiedlichsten Schmerzen und Beschwerden kommen. Weil die Kiefergelenke eng mit den Muskeln, Sehnen und Knochen von Kopf, Wirbelsäule und Gelenken verbunden sind, haben sie Einfluss auf den ganzen Körper.

---

[1] Ulmer, Günter: Die Bedeutung des Ultra-Spurenelements BOR für unser Leben in:Waerland, Dez. 2011. S. 26
[2] http://www.homeopathy.at/kopfschmerz
[3] http://forum.gofeminin.de/forum/f473/__f7_f473-Arthrose-im-Knie.html
[4] http://forum.gofeminin.de/forum/f473/__f7_f473-Arthrose-im-Knie.html

„Wenn die Zähne nicht auf hundertstel Millimeter genau zusammenpassen, können Kopf- und Rückenschmerzen, Schwindel, Migräne, Schulterverspannungen, Hüft- und Knieprobleme auftreten“, sagt Zahnarzt Dr. Morche. „Wir erleben das immer wieder. Auch bei jedem dritten Tinnitus- Patient liegt die Ursache dafür oft im Mund.“
Die meisten Betroffenen leiden jahrelang, weil viele Ärzte den Zusammenhang mit den Kiefergelenken übersehen. Wer denkt bei Rückenschmerzen oder der ständigen Müdigkeit schon daran, dass die Zähne schuld sein könnten? Das ist aber oft der Grund für falsche Diagnosen und wirkungslose Therapien. Manche Patienten leiden sogar in der Psychiatrie.
Wenn als Beschwerden trotz verschiedenster Therapien nicht besser werden, können Kieferorthopäden oder Mund-Kiefer-Gesichtschirurgen möglicherweise helfen.[5]

Hilfsmaßnahmen gegen Taubheit: Magnesium:
Wer Alkohol getrunken hat, weist unmittelbar danach einen massiven Abgang an Magnesiumreserven über die Nieren und Harnwege auf. Da nun das Magnesium über 300 Enzymreaktionen im Körper aktiviert, Herz und Nerven stärkt, sollte jeder von uns laut Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung 300 bis 400 Milligramm pro Tag aufnehmen. Wie bekommen aber grundsätzlich durch Konsum von Weißmehl, zu viel Zucker, durch üppige Speisen und durch überdüngte Böden zu wenig Magnesium aus der Nahrung. Trinken wir nun Alkohol, so wird der Mangel an Magnesium noch bedenklicher. Die typischen Folgen, die wir als Kater bezeichnen: Reizbarkeit, Erschöpfung, Müdigkeit, innere Unruhe, Kopfschmerzen, Lärmempfindlichkeit, ***Taubheitsgefühl in Händen und Füßen***, kalte Füße. Wenn Sie Alkohol getrunken haben oder genau wissen, dass Sie hin und wieder sündigen, dann sollten Sie für eine entsprechende Magnesiumversorgung sorgen. Essen Sie Naturprodukte, die Magnesium enthalten: Naturreis, Nüsse, Vollkornbrot, Grünkern, Bananen, Blattsalate.[6]

Astaxanthin beim Karpaltunnelsyndrom:
Auch das sog. Karpaltunnelsyndrom – das schulmedizinisch nur allzu oft unbefriedigend therapiert wird – soll auf eine Behandlung mit Astaxanthin in manchen Fällen gut reagieren. Dr. Gene Spiller Ph.D. vom Health Research and Studies Center in Kalifornien führte eine Studie mit Karpaltunnelsyndrom-Patienten und einem Multipräparat durch, das u. a. Astaxanthin enthielt.
Dabei zeigte sich, dass sowohl die Schmerzintensität als auch die Schmerzhäufigkeit nach vier Wochen reduziert war und eine weitere deutliche Verbesserung nach acht Wochen der Produkt-Einnahme zu beobachten war. (Nir and Spiller, 2002a) Das Präparat bestand aus 4 mg Astaxanthin, 40 µg Lutein, 65 IE Vitamin A als Beta-Carotin und 50 IE Vitamin E. Es wurde dreimal täglich eingenommen.
Im März 2012 erschien eine weitere Studie zum Thema Astaxanthin und Karpaltunnelsyndrom, in der nach einer 9-wöchigen Einnahme keine Veränderung beobachtet wurde. ***Allerdings nahmen die Probanden hier nur ein reines Astaxanthinpräparat ein und nicht die o. g. Kombination.*** Zusätzlich erhielten die Teilnehmer ***nur*** einmal täglich ***4 mg*** Astaxanthin, während es in der früheren Studie 12 mg waren, ***also wohl zu wenig***[7]

Hilfe bei: Bänderzerrung, verstreckten Sehnen oder Verstauchungen von Füßen und Gelenken
Behandlung:
3-5 Eischnee
plus: Blutzirkulationsmittel einmischen: Eukalyptus- oder Kampferblätter, die 2-3mal durch die Hackmaschine getrieben worden sind
oder: mit getrockneten Blättern: zu Pulver zerstoßen
oder: Brei aus Tannenknospen, Tannennadeln, Legföhrennadeln oder irgendeine Nadelholzart
-- auf schmerzende Stelle legen, darauf Tücher in breiten Streifen legen, mit elastischer Binde leicht einlegen
-- gleichzeitig immer leicht zum Herz zu massieren wirkt unterstützend
>> der Eischnee wird hart, nach 2 Tagen den Verband erneuern falls nötig
dann: Wallwurztinktur einreiben
plus: Kohlblätterauflagen mit rohem Kartoffelbrei oder mit Quarkwickel machen

---

[5] TZ, 4.12.2009
[6] Bankhofer, Das große Buch vom gesunden Leben, 256
[7] https://www.zentrum-der-gesundheit.de/artikel/nahrungsergaenzung/astaxanthin-ia

->> Schmerzempfindlichkeit geht nach relativ kurzer Zeit zurück
plus: die betroffenen Stellen warm halten.[8]

[8] Quelle: http://www.geschichteinchronologie.ch/med/DrVogel/10_allgemeine-krankheiten.htm
Wahrscheinlich aus: **Alfred Vogel**: Der kleine Doktor. Hilfreiche Ratschläge für die Gesundheit. Verlag A. Vogel, Postfach, CH-9053 Teufen AR, 66.Auflage 1991
(-> der Artikel, den Palomio daraus zusammengestellt hat, dürfte lauten: (und findet sich auf der oben angegebenen Internetseite): **Dr. Vogel**: Naturheilkunde mit Gemüse, Früchten, Blumen, Ölen und Milch; 10. Krankheitsbehandlungen: Allgemeine Krankheiten von Michael Palomino).