Hilfsmaßnahmen bei rheumatischen Erkrankungen:

freie Radikale unschädlich machen:
Rheumatische Erkrankungen werden mit freien Radikalen in Verbindung gebracht.[1] Bei bestehenden rheumatischen Erkrankungen werden diese Angreifer vermehrt im Körper gebildet und können das Fortschreiten dieser Erkrankungen auch fördern.[2]

bei Rheuma:
Ananas, Goji, Papaya, Orange, Zitrone[3]

Entzündungen:
Ananas, Feige, Grapefruit, Guave, Kaki, Kiwi, Orange, Papaya, Zitrone[4]

Arthritis:
In der Ananas findet sich ein einzigartiges Enzymgemisch, Bromelain genannt. Bromelain wirkt gegen degenerative Erkrankungen, die durch den sog. oxidativen Stress verursacht werden. Zu dieses Krankheiten zählt auch das Rheuma.[5]

Arthritis:
Mit Bromelain heilen wir Entzündungen und beugen ihrer Entstehung in der Zukunft vor. Seven Taussig fand heraus, dass Bromlain ein selektiver Prostaglandinhemmer ist. Es reduziert die Bildung des „Alarm-Prostaglandins“ Thromboxan A2, das zu Entzündungen und Autoimmunerkrankungen wie Rheuma führen kann. Gleichzeitig fördert Bromelain die Produktion des „Heilungs- Prostaglandins“ Prostracyclin, das Heilungsprozesse bei Verletzungen und entzündlichen Prozessen unterstützt. Synthetische Entzündungshemmer aus der Apotheke zerstören leider sowohl die „guten“ als auch die „bösen“ Prostaglandine. Dazu sagt Taussig: „Das ist, als wollten sie ein empfindliches Gerät mit dem Vorschlaghammer reparieren, statt mit dem Schraubenzieher“[6]

Selenmangelrisiko bei rheumatischen Erkrankungen[7]

Papaya/Papain und andere Enzyme:
Kombinationen von Papain mit anderen Enzymen pflanzlichen und tierischen Ursprungs werden mit großem Erfolg zur Behandlung von rheumatischen Beschwerden innerlich und äußerlich als Salbe) eingesetzt. Der Vorteil ist, dass sie Entzündungsherde physiologisch abbauen, verstreute Immunkomplexe auflösen, die dann nicht mehr zu neuen Infektionsherden werden können, und dabei das körpereigene Immunsystem nicht wie die meisten Rheumamittel unterdrücken, sondern unterstützen. Außerdem sind sie langfristig und auch in hohen Dosen nebenwirkungsfrei. Dr. Klaus Hoffmann empfiehlt Rheumapatienten in seinem Buch „Rheuma heilt man anders. Teil 1“ ausdrücklich Papaya, weil sie mangels Fruchtsäure sehr magenfreundlich und leichtverträglich ist und kaum Allergien auslöst.
Im übrigen kann man laut Simonsohn sagen, dass der besonders basenbildende Effekt der Papaya für Rheumakranke, die durchweg übersäuert sind, sehr wichtig ist.[8]

Grapefruitkern-Extrakt:
Eine Domäne für dieses antibiotische Naturheilmittel ist die Behandlung des äußerst schwierig zu therapierenden Befalls des Organismus mit Candida albicans. Candida ist ein Hefepilz, der eine gestörte Darmflora in Windeseile überwuchern und sich dann über das Blut im ganzen Organismus verbreiten kann. Hochgradige Candidosen führen zu einer Fülle der unterschiedlichsten Beschwerden von Allergien,

---

[1] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 48
[2] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 54
[3] Simonsohn, Heilkraft aus den Tropen, 324
[4] Símonsohn, Heilkraft aus den Tropen, 322
[5] Simonsohn, Heilkraft aus den Tropen, 63
[6] Simonsohn, Heilkraft aus den Tropen, 65f.
[7] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 188
[8] Simonsohn, Papaya, 180

Neurodermitis, Asthma, Depressionen, Kopfschmerzen bis hin zu rheumatoiden Schmerzen und möglicherweise sogar zu Krebs. Grapefruitkern-Extrakt ist ein wirksames, nebenwirkungsfreies Therapeutikum bei Verdacht auf Candidose. Eine Stuhluntersuchung kann Verdachtsmomente erhärten. Allerdings muß eine solche Untersuchung mehrmals durchgeführt werden, da trotz eines Befalles nicht immer Pilzspuren im Stuhl sein müssen. Professionell durchgeführte Darmsanierungen, Colon-Hydro-Therapie und Ernährungstherapie sind wirkungsvolle Zusatzmaßnahmen.[9]

Rosmarinöl:
Viele natürliche Einreibemittel gegen rheumatische Beschwerden enthalten Rosmarinöl.[10]

Kirschen:
Die Wirkung der Anthocyane und Anthocyanide in der Kirsche gegen Gicht und Rheumaschmerzen wird zusätzlich vom Spurenelement Molybdän unterstützt, welches einen hohen Harnsäurespiegel senkt, ein entscheidender Risikofaktor für Gicht.
Jeden Tag 1500 Gramm erntefrische Kirschen wirken sich positiv auf die Beschwerden aus, fast wie ein Schmerzmittel, allerdings ohne Nebenwirkungen. Es müssen aber frische Kirschen sein, denn Kirschensaft, Kirschenkompott, Kirschenkonfitüre verfügen über diese Wirkung nicht. Darum muss man die kurze Kirschenzeit nutzen.[11]

Silicium=Kieselsäure:
Bindegewebe finden wir z.B**.** *in den Gelenken* oder als Hüllsubstanz zwischen den verschiedenen Organen. Dort hat das Bindegewebe alle Hände voll zu tun: Es muss Nährstoffe heranschaffen und Gifte und Abfallstoffe über die Lymphe bzw. das Blut wegtransportieren. Die äußere Hautschicht ist nicht mit Blutgefäßen versehen – die Ernährung und der Stoffaustausch erledigen die tiefer gelegenen bindegewebshaltigen Hautschichten.[12]

Hagebuttenextrakt:
hat neben der entzündungshemmenden auch antioxidative Wirkung, bekämpft also freie Radikale, die den Knorpel weiter schädigen können. Beim Arthrose-Weltkongress OARS/2009 in Montreal (www.oarsi.org) wurden zwei Studien mit dem Präparat Litozin vorgestellt. Die Schmerzen der Patienten ließen durch diese Behandlung nach und die Beweglichkeit der Gelenke nahm wieder zu. Die Wirkung trat nach etwa 4-6 Wochen in. Die Patienten hatten eine Tagesdosis von 5 g eingenommen (morgens und abends je 2,5 g) und berichteten, dass auch nach dem Ende der Einnahme die Wirkung noch lange Zeit anhielt.[13]

Teufelskralle:
Die Wirksamkeit der Teufelskralle bei Gelenkerkrankungen wurde auch in wissenschaftlichen Studien mehrfach nachgewiesen. Den Wirkstoff gibt es in Salben und zum Einnehmen. Doch es braucht Geduld dafür, denn die Qualitäten der Teufelskralle zeigen sich nur langsam.[14]

Weidenrinden-Extrakte:
Weidenrinden-Extrakte kommen seit vielen Jahrhunderten als entzündungshemmende Schmerzmittel zum Einsatz. Salicin ist der Hauptwirkstoff, der in seiner natürlichen Bindung oft besser vertragen ird als in der synthetisierten ASS (Acetylsalicylsäure). Trotzdem kann es auch hier zu Unverträglichkeiten mit dem Mgen kommen.[15]

Weihrauch:
Das Harz des Weihrauchbaums wird in Indien schon seit Jahrtausenden zu therapeutischen Zwecken eingesetzt. V.a. den im Harz enthaltenen Boswelliasäuren wird heute die entzündungshemmende Wirkung

---

[9] Neumayer, Natürliche Antibiotika, 59f.
[10] Bankhofer, Das große Buch vom gesunden Leben, 25
[11] Bankhofer, Das große Buch vom gesunden Leben, 317
[12] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 318f.
[13] Natur und heilen, 1/2010, S. 19
[14] Natur und heilen, 1/2010, S. 19
[15] Natur und heilen, 1/2010, 19f.

zugeschrieben Bei aktivierter Arthrose kommt meist Boswellia Serrata zum Einsatz, in Kapseln zum Einnehmen.[16]

Vitamine, Mineralien, Spurenelemente:
Nicht nur Vitamin C und Magnesium sind wichtig, auch ein Mangel n anderen Mikronährstoffen kann entsprechende folgen für den Knochenstoffwechsel haben.[17]

Condroitin und Glucosamin:
Condroitin und Glucosamin helfen der angegriffenen Knorpelsubstanz beim Wiederaufbau, wirken entzündungshemmend und unterstützen die Bildung der Gelenkflüssigkeit. Als Tagesdosis für Chondroitin werden 1200 mg empfohlen, bei Glucosamin sollen es 1500 mg sein.[18]

Pfefferminze v.a. bei Augenentzündung im Zusammenhang mit einer rheumatischen Erkrankung:
Pfeffermine (Mentha piperita) wird als **eingeatmetes Dampfbad** (ausschließlich bei Erwachsenen!) mit gutem Erfolg bei trockenem Augen angewendet. Es hilft besonders dann, wenn die Augenentzündung mit einer **rheumatischen Erkrankung** gekoppelt ist.[19]

Ling Zhi, japanisch Reishi, der glänzende Lackporling:
Hemmung von rheumatoiden Arthritiszellen[20]

Brennessel – Press-Saft aus frischem Brennnesselkraut:
Unterstützende Behandlung rheumatischer Erkrankungen[21]

Flor Essence:
Eine ganz besondere Kräutermixtur, die durch das Wissen, das Beobachten und durch die Erfahrungen der Medizinmänner des Ojibwa Indianerstammes in Kanada entstanden ist, wird heute unter dem Namen Flor Essence angeboten. Flor Essence besteht aus den folgenden 8 Kräutern: Klettenwurzel, Nordamerikanische Ulmenrinde, Kleiner Wiesensauerampfer, Brunnenkresse, Kardobenediktenkraut, Rotklee, Braunalgeblüten und Rhabarberwurzel. Die Kräuter werden biologisch angebaut und sind Natur belassen. Gekauft werden können sie als Teebeutel oder als lose Teemischung und auch als trinkfertiges Konzentrat. Flor Essence soll die Fähigkeit besitzen, die Gifte im Körper und zwar aus dem Fett und dem Bindegewebe, zu sammeln, unschädlich zu machen und auszuscheiden. Die Entgiftung des Körpers soll lebensverlängernd wirken und Schmerzen lindern. Tumore sollen positiv beeinflusst und verändert werden können. Flor Essence wird deshalb bei verschiedenen Krebserkrankungen empfohlen. Auch gegen Diabetes, Parkinson, Rheuma und Asthma, Allergien und Arthritis kann Flor Essence eingenommen werden. Flor Essence wirkt außerdem Blut aufbauend, unterstützt die Darmflora und stärkt das Immunsystem. Wichtig ist eine regelmäßige Einnahme, die morgens und abends erfolgen sollte. Die genaue Anwendung des Kräutertees und seiner Zubereitung steht auf der Packungsbeilage. Die Einnahme des Kräutertranks kann zu Beginn ein Schwächegefühl und eine leichte Müdigkeit auslösen, führt aber dann relativ schnell zu körperlichem Wohlbefinden. Da die Wirkung bereits nach wenigen Wochen oder auch erst nach Monaten zu spüren sein kann, sollte die Dosierung individuell vorgenommen werden. [22]

Arthritis/Gicht - Rheuma – Ischias:
4-7 % der Bevölkerungen der "zivilisierten" Welt sind von Arthritis betroffen, 200'000 - 300'000 Einwohner in der Schweiz, ca. 7 Millionen "Amerikaner“.
Erste Ursache ist oft ein chronischer Eiterherd im Körper an den Mandeln, an einem Zahn oder ähnlich, mit Dauerausscheidung winziger Giftmengen und giftiger Eiweißabbauprodukten in die Blutbahn. Folgen sind

---

[16] Natur und heilen, 1/2010, 22
[17] Natur und heilen, 1/2010, 22
[18] Natur und heilen, 1/2010 , 22
[19] Biwer, Augentraining, 120
[20] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 171
[21] Beipackzettel Schönenberger naturreiner Pflanzensaft „Bärlauch“
[22] www.medi-infos.de

schwere Schädigungen aller Gelenke und der inneren Organe bis zu Herz und Nieren. Der Eiterherd muss entfernt werden oder ausheilen.
Zweite Ursache ist die Ernährung der "zivilisierten" Welt und die Lebensweise: die säureüberschüssige Nahrung.
Weitere Ursache ist möglich durch Bakteriensäcke an Zähnen, Eiterzahn: schadhaften Zahn entfernen, oft schlagartige Beschwerdefreiheit..
Ernährungsumstellung:
-- bei Arthritis oder Gicht: 1 Jahr lang keine säureüberschüssige Nahrung einnehmen.
plus: morgens warm duschen, dann den ganzen Körper mit Symphosan (vorwiegend aus Wallwurz) einreiben: regt Harntätigkeit an, Haut wird elastischer und feiner.
-- aussortieren:
säureproduzierende Nahrung: Fleisch, Wurstwaren, präpariertes Fleisch, Eierspeisen, Käsespeisen, Fleischsuppe, Konservenfleisch, alle denaturierte Nahrung: Weißzuckerwaren, Weißmehlnahrung, Konservennahrung, Milch
-- einsortieren:
Kartoffelspeisen, Getreidespeisen, Naturreisspeisen, Frischgemüse, frische Früchte, natürlich getrocknete Gemüse und Früchte ohne chemische oder konservierende Zusätze, Gemüsesuppe mit rohen Kräutern, Roher Gemüsesaft, Heilkräuter wie Brennnesseln, Bärlauch.
-- Gicht, Rheuma, schwere Gichtformen: rohe Gemüsesäfte binden mit basischen Stoffen die überschüssige Säure, bringen den Mineralstoffwechsel in Ordnung: rohen Kartoffelsaft, Kohl- und Kabissaft, Möhrensaft einnehmen
plus: gesunde Naturnahrung.
Behandlung:
-- aussortieren: überschüssig sauren Rhabarber, Spargel und Rosenkohl.
-- Saftfasten mit Dr.Vogels Fastenmischung wirkt gegen alle "Zivilisations"-Krankheiten inklusive Krebs: milchvergorene Säfte: 60 % roter Randensaft / Rote Beete-Saft, 30 % Karottensaft / Rüeblisaft, 10 % Sauerkrautsaft (S.787), vergoren mit rechtsdrehender Milchsäure, reich an natürlich gebundenem Kalium und Magnesium, Basel-Säuren-Verhältnis 3:1; anfangs eventuell mit kohlensäurefreiem Mineralwasser verdünnen.
oder: Honig-Wallwurz-Salbe: 4 Essl. Honig + 1 Teel. Wallwurztinktur oder Wallwurz-Komplex, gut verrühren, in Tasse im Wasserbad sehr warm erhitzen, 3-4fach zusammengelegtes Tuch damit tränken und auflegen, am besten über Nacht, warmhalten: auf Ofen erhitztes Kirschensäcklein aufbinden oder heißen Heublumen- oder Kamillensack aufbinden und warm umwickeln, einige Wochen ansenden. Leute können wieder gehen, Hände können sich wieder schmerzfrei bewegen etc. Bei reinen Honigumschlägen dauert es etwas länger..
oder: Wickel mit gequetschten Wallwurzblättern auf arthritische Stellen auflegen.
oder: Hauptheilmittel ist Kartoffelsaft mit seiner Wirkung der basischen und der bisher unbekannten Stoffe. Man soll täglich den Saft von einer Kartoffel einnehmen, eventuell das Quantum langsam vergrößern: Kartoffel raffeln, auspressen, am besten morgens nüchtern, ev. mit warmem Wasser verdünnen oder in eine Suppe tun. Nebenheilmittel sind Weißkrautsaft / Kabissaft, auch Rüblisaft, eventuell unter gekochtes Gemüse mische (S.343).
Essvorschlag:
-- morgens nüchtern 1/2 Glas roher Kartoffelsaft, ev. mit etwas warmem Wasser verdünnt.
-- Malzeiten: nur aus Naturnahrung
-- 1 Stunde vor Mittagessen: 2-3 Wacholderbeeren gründlich kauen, gut durchspeicheln, schlucken
nach Mittagessen: 2-4 ganze Senfkörner schlucken
gegen Durst: gekochtes Kartoffelwasser einnehmen.
plus: Wickel auf schmerzende Stellen und auf arthritische Deformationen: abwechselnd Wickel mit gequetschten Kohlblättern, Lehmwickel und Quarkwickel.
oder: gequetschte Wallwurzeln auf schmerzende Stelle auflegen, "nach und nach" Rückgang der Schmerzen
oder: Wallwurz-Tinktur / Symphosan "leistet hervorragende Dienste"
plus: ergänzend: Pestwurz / Petasites officinalis
plus: ergänzend: Tee einnehmen aus Birkenblättern, Meisterwurz/Imperatoria, Hauhechel / Ononis spinosa, Anis/Pimpinella anisum, Solidago/Goldrute, Löwenzahn / Taraxacum, Spiraea

oder: das Frischpflanzenextrakt der erwähnten Pflanzen einnehmen
plus:"zu empfehlen": Imperarthritica aus: Juniperus / Wacholder, Berberis vulgaris / Berberitze, Urtica, homöopatisches Colchicum / Herbstzeitlose: 3mal täglich vor dem Essen 5 Tropfen in etwas warmem Wasser einnehmen, oder besser in Kartoffelsaft, dann täglich um einen Tropfen steigern, bis auf 20-30 Tropfen, wenn keine starke Reaktion eintritt, dann wieder auf 5, dann wieder auf 30, eventuell bei Reaktion in Gelenken bis auf 2 Tropfen zurück
oder: Imperarthritica äusserlich anwenden, die arthritischen Stellen ganz leicht damit einreibe
oder: Kohlsaft und Kabissaft / Weisskrautsaft, roh oder in Suppe, einnehmen.
plus: Ameisensäuretherapie: schmerzende Stelle alle 14 Tage in Ameisenhaufen halten, dann mit Bürste oder Wischerchen abwischen, dann Ameisensäure auf die schmerzende Stelle gut einwirken lassen.
->> Von der Schulmedizin für unheilbar erklärte Fälle sind so heilbar.
oder: Maisbrei oder Hirsebrei an rheumatische / arthritische Stellen so warm wie möglich auflegen, bleiben lange heiß und erzielen richtige Durchblutung /Hyperämie..
oder: Einspritzungen mit Mistel, pflegt die Adern, gegen chronische Arthritis oder Arthrose.
oder: Behandlung mit Wallwurz / Symphytum officinale: beschleunigt bei Brüchen und Knochenverletzungen die Bildung von Epithel und neuer Knochenzellen durch Schleimstoffe in den Blättern und Wurzeln. Roh raffeln und auf die gichtigen Stellen legen, oder leichtes Einreiben von Wallwurztinktur, keine Massage bei Gicht
plus: nach dem Einreiben Lehmwickel auf die schmerzenden Stellen legen
oder: frische Blätterpackungen auflegen mit Wallwurz-, Kohl-, Riesenampfer- oder Goldrutenblättern
oder: Behandlung mit Wallwurz-Komplex mit Wallwurz + Hauswurz + Arnika, + Solidago/Goldrute + Hamamelis/Zauberstrauch + Sanikel, wirkt äußerlich, bei Gicht, Gelenkschmerzen, bei knarrenden Geräuschen in Gelenken. Wenn Ernährungsumstellung erfolgt, können Gicht und Arthritis gestoppt werden,.
oder: Wacholderbeeren wirken gegen Gicht und Rheuma durch Förderung der Ausscheidung der harnsauren Stoffe über Nieren und Urin (S.490). Homöopathische Tinktur: Juniperus communis D1 oder D2
oder: Wacholdernadelsäcklein überbrühen und ins Badewasser beigeben.
oder: bei Gicht: Behandlung mit Aconitum/homöopathischem Eisenhut. Durchschnittliche Dosis: 5 Tropfen in 4.Potenz, bei kräftigen Personen 3.Potenz, in einem Glas Wasser stündlich einnehmen.
oder: bei Arthritis: Behandlung mit Brennnessel- / Urtica-Urtinktur mit Glykosiden, Gerbstoff, Ameisensäure, Kieselsäure, Kalk, Phosphor, Eisen, Natrium und Schwefel.
oder: gegen rheumatisch-arthritische Leiden: Lehmwickel im Wechsel mit Kohlblätterwickeln: Lehm verteilt, Kohl zieht heraus: ist natürliche, leichte Reiztherapie.
oder: gegen Rheuma und Arthritis: Roher Kartoffelsaft mit warmem Wasser verdünnt oder in Hafersuppe, morgens nüchtern einnehmen, Saft einer kleinen Kartoffel reicht, ev. + Gastronol, + milde, zellulosearme Diät, langsames, gründliches Kauen, gutes Durchspeichel..
oder: gegen Gicht: Sellerie einnehmen, auch als Vorsorge..
oder: bei gichtartigen Gelenkentzündungen bei Urin mit Gries, mit leichtem Blasenreiz, eventuell mit Flechtenausschlag wegen mangelnder Nierentätigkeit: Behandlung mit Urtica-/Brennnessel-Urtinktur, Tropfen pro Glas Wasser tagsüber schluckweise trinken
plus: eventuell unterstützen mit Solidago oder Nephrosolid, schluckweise abwechselnd einnehmen.
plus: bei Gicht: regelmäßig Zwiebeln essen.
Einen eventuellen Eiterherd stellt man oft erst nach der ganzen Behandlung fest, wenn immer noch kein Rückgang erfolgt.
Arthritis / Gicht: Vorsorge
-- regelmäßig Zwiebeln essen
-- nur wenig einnehmen: überschüssig sauren Rhabarber, Spargel und Rosenkohl
-- ***Cortison (Hormonauszug aus der Nebenniere) und Behandlung gemäß der Selye-Theorie blockiert die Abwehrreaktion des Körpers mit Folge der Degenerierung der Nebennierenrinde bis zur völligen Verstümmelung/Verkümmerung/Rückbildung/Atrophie, weil die Nebennierenrinde kein Cortison mehr produzieren muss.***
Dasselbe passiert mit dem ***Hypophyse-Hormon ACTH, das die Nebennierenrinde anregt. Wird es eingespritzt, nimmt die Nebennierenrinde an Masse zu und nach einer Anlaufzeit schüttet die Nebennierenrinde auch mehr Cortison aus, aber nun degeneriert die Hypophyse, und der ganze Hormonhaushalt ist gestört***, schwerste Nebenwirkungen möglich.

Kombinationsbehandlung gemäß Dr. Vogel:
-- Saftfasten mit Dr. Vogels Fastenmischung wirkt gegen alle "Zivilisations"-Krankheiten inklusive Krebs: milchvergorene Säfte: 60 % roter Randensaft / Rote Beete-Saft, 30 % Karottensaft / Rüblisaft, 10 % Sauerkrautsaft, vergoren mit rechtsdrehender Milchsäure oder: Naturnahrung, absolut unveränderte Nahrungsmittel.

Aussortieren:

Gekochtes, tierisches Eiweiß, Weißmehlprodukte, Wurstwaren, Weißzucker, Schweinefleisch

Einsortieren:

Pflanzliche Nahrung, viel Rohkost, , nur unraffinierte Fette in Form von Pflanzenölen und nur roh konsumieren, als Zucker nur Bienenhonig, Weinbeeren, Sultaninen, Rosinen, eventuell zerkleinert in Hackmaschine, rohes, ungezuckertes Hagebuttenmark statt Konfitüre, Weizenkeime in kleinen Mengen; Rohsalate anmachen mit Zitrone und Öl, nie mit Salz, nie mit Zucker, Gemüse immer dünsten oder dämpfen, um Nährsalze zu erhalten, nie abbrühen; würzen mit frischen Küchenkräutern, nie mit Kochsalz oder scharfen Gewürzen.
- Nieren stützen mit Nephrosolid, enthält Solidago/Goldrute
plus: Frischpflanzenextrakt Imperarthritica aus: Juniperus / Wacholder, Berberis vulgaris / Berberitze, Urtica, homöopatisches Colchicum / Herbstzeitlose und Petasites off. / Pestwurz, Polygonum avic. [?], Betula / Birke und Viscum album / Mistel
->> "guter Erfolg" der gesamten Kombination.
-- gegen oft vorhandene Kreislaufstörungen oder venöse Stauungen: Aesculaforce aus Rosskastanie, Steinklee, Hamamelis/Zauberstrauch der Indianer und Arnika
plus: Ergänzung des Mineralienhaushalts mit Kelp: Kelpasan
->> Hebung des Hämoglobingehalts.
-- gegen entzündliche Zustände: Echinaforce
->> die gesamte Kombination bringt "schöne Erfolge"
->> Regenerierung der kranken Zellpartien v.a. durch Petasites und Viscum album
plus: eventuell Atmungshemmung lösen mit Usnea-Hustentropfen, zusammen mit "schleimgebenden Drogenextrakten wie Wallwosan oder Wallwurz-Komplex, ev. abwechselnd mit Einreibeöl Toxeucal aus Kampfer, mit Eukalyptus und Blättern von Rhus Toxicodendron u.a.
Zusätze:
-- abwechselnd Lehmwickel und Wickel aus zerquetschten Kohlblättern oder geraffelten Rüebli
-- homöopathische Spritzen: Ameisensäure D12, Lachesis/Schlangengiftverdünnung D10, Urtica/Brennnessel D6
-- Mistelpräparate.
Eventuell: Fangokur
bei besonders schweren Fällen. Die Fangokur ist gemäß Dr. Vogel die "Krone einer guten, biologischen Behandlung". Patienten, die "kaum mehr laufen konnten, waren nach einer solchen Kur wieder fähig, ihren normalen Beschäftigungen nachzugehen. Die Kosten sind hoch, aber es lohnt sich, mit Natursaunabad in Grotten, unbedingt bei Roh- und Naturkost. Ausdauer und Durchhaltewillen sind entscheidend (S.353).
Arthritis: Polyarthritis: Vorsorge
-- Naturkost beibehalten
-- die Naturmedikamente in beschränktem Maß hin und wieder einsetzen
eventuell jährlich eine Fangokur.[23]

Umstellung der Ernährung:

Dr. Joseph Evers (1894-1975) behandelte viele MS-Kranke mit großem Erfolg durch eine Umstellung der Ernährung. Er erkannte Mitte des 20. Jahrhunderts, dass die Ernährung bei Stoffwechselerkrankungen eine bedeutende Rolle spielt und entwickelte darauf „seine Diät“. Wesentliche Punkte seiner Ernährungsempfehlungen sind auch heute noch aktuell; neue wissenschaftliche Erkenntnisse haben jedoch

---

[23] 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).

auch zu Anpassungen geführt. Es handelt sich um eine frischkornbetonte Variante der Vollwerternährung. Diese Ernährung enthält wenig Arachidonsäure und soll den Entzündungsprozess bei Autoimmunkrankheiten einschränken. Hochwertige Omega-3-Fettsäuren sind natürliche Gegenspieler der Arachidonsäure. Die kaltgepressten, Vitamin E-reichen Pflanzenöle wirken antioxidativ und **hemmen die Bildung von Entzündungsstoffen im Körper.**
Botenstoffe spielen bei der MS eine entscheidende Rolle, deshalb ist eine konsequente Ernährungs- und Stoffwechseltherapie angesagt. Der kranke Körper benötigt Fette, aus denen er entzündungshemmende Stoffe bilden kann. Entzündungsfördernde Botenstoffe bildet insbesondere die Arachidonsäure.
MS-Kranke sollten wegen der Histamingefahr, der Arachidonsäuregefahr und einer möglichen Phosphatblockade Übersäuerung durch Fleisch und Wurst wirklich meiden; auch Fleischbrühe gehört dazu, ebenso Fisch, Ei und fetter Käse. Ein saures Milieu regt Mastzellen an, die Histamin ausschütten und damit Auslöser von Entzündungen werden.
Durch eine gezielte Ernährung ist es möglich, den Entzündungsstoffwechsel zu beeinflussen. Die schubweise auftretenden Entzündungen werden durch eine gesteigerte Bildung von Entzündungsvermittlern ausgelöst, die alle auf einer mehrfach ungesättigten Fettsäure, der Arachidonsäure entstehen. Je weniger Arachidonsäure aus der Nahrung zugeführt wird, desto weniger Entzündungsmediatoren können gebildet werden. Wie bereits erwähnt, ist es also möglich, durch eine gezielte Ernährung den Entzündungsstoffwechsel zu beeinflussen.
Der Bedarf, den unser Körper an Arachidonsäure hat, liegt bei etwa 1 Milligramm täglich. Mit der üblichen Fleischkost werden aber rund 200 bis 400 Milligramm aufgenommen, die zu ungefähr 90 Prozent in die Körperzellen gelangen, das ist etwa die zweihundert- bis vierhundertfache Menge.
Vegetarische Kost enthält kaum Arachidonsäure und kann deshalb ***auch bei Rheumaleiden und Allergien*** hilfreich sein.
Der Entzündungsprozess bei Erkrankungen kann nur fort bestehen, weil bestimmte Gewebshormone die entzündlichen Reaktionen unterstützen und unterhalten. Doch es gibt auch Gewebshormone, also Prostaglandine, die entzündungshemmend wirken und die als natürliches Cortison eingesetzt werden können. Untersuchungen in Südafrika haben ergeben, dass sich Gamma-Linolensäure z.B. im Nachtkerzenöl, Borretschöl, Schwarzkümmelöl, Traubenkernöl, Hagebuttenkernöl usw. befindet.
Gamma-Linolensäure wird umgebildet zu dem Gewebshormon Prostaglandin-E1, das eine große Wirkung auf das Immunsystem ausübt, indem es die T-Zellen stimuliert und die Zellmembranen gesund erhält.
Sehr wirkungsvoll ist Schwarzkümmelöl. Wenn mittags vor dem Essen etwa 1 Teelöffel auf die Zunge genommen und dann zusammen mit etwas Aloe Vera-Saft, der auch eine entzündungshemmende Wirkung (natürliches Cortison) hat, genommen wird, können Entzündungen zurückgehen und die Patienten können, je nach Situation, schmerzfrei werden. Und dies alles ohne Nebenwirkungen. Allerdings muss dann die Ernährung so ausgerichtet sein, dass keine größeren Mengen an Arachidonsäure durch die Nahrung aufgenommen werden. Aus Russland kommen Berichte, dass viele Fälle von MS durch Anwendung von stimulierter Aloe durch die Methode von Dr. Filatov gebessert werden konnten.
Ohne eine Umstellung auf vollwertige, vegetarische Ernährung wird es nicht möglich sein, Entzündungen zu vermeiden. Diese entwickeln sich im Grunde genommen als Regulationsstörungen im Körper.
Eine Forscher Gruppe der Universität Illinois in Chicago (USA) stellte nach Angaben von Professor Douglas Feinstein vom UIC College of Medicine fest, dass ***Noradrenalin eine wichtige Rolle dabei spielt, Immunreaktionen im Gehirn zu unterdrücken – so auch die bei MS auftretenden Entzündungen.*** Demnach verhindert der Neurotransmitter, dass Nervenzellen Schaden nehmen. Zudem schützt er die Blut-Hirn-Schranke, die verhindert, dass Krankheitserreger das Gehirn befallen.[24]

Birke:
Bei Rheuma kann Ihnen die Birke (Blätter) helfen.[25]

Pu Erh Tee:
senkt die Harnsäurewerte im Blut. Dadurch beugt er Gicht vor und wirkt der Bildung von Nierensteinen entgegen. Es liegen verschiedene Erfahrungsberichte darüber vor, dass Gicht- und Rheumabeschwerden sich bei regelmäßigen Pu Erh Genuss drastisch gebessert haben.[26]

---

[24] Ulmer, Günther A.: Neue Erfahrungen über Multiple Sklerose und Parkinson. In: Waerland. Monatshefte für Gesundheitsvorsorge, April/Mai Heft 4/5 , 62. Jahrgang 2012, S. 33-36.
[25]http://www.fid-gesundheitswissen.de/pflanzenheilkunde/birke/birke-hierbei-kann-sie-helfen/

Vitamin D:
Bei unzureichendem Vitamin D-Spiegel hat man die verschärfte Chance, an Typ 1-Diabetes oder Typ 2-Diabetes , an ***Rheuma***, Osteoporose, Knochen- und Muskelschwäche, an Rachitis, Grippe, Tuberkulose, multipler Sklerose, Parkinson, Autismus, Depression oder an Schizophrenie zu erkranken.[27]
Brennnessel:
In einigen Untersuchungen konnte gezeigt werden, dass Wirkstoffe der Brennnessel-Extrakte beispielsweise die Bildung und Freisetzung von solchen Gewebshormonen verhindern, die Gelenkentzündungen auslösen oder verschlimmern können. Außerdem blockieren Brennnessel-Extrakte das Fortschreiten der Erkrankung, weil sie die Anbindung knorpelabbauender Enzyme an den Gelenkknorpel stoppen. Eine große Anwendungsbeobachtung zeigte, dass bei der Anwendung von Brennnessel-Extrakten nicht nur die rheumatischen Schmerzen deutlich zurückgingen, sondern auch die Beweglichkeit der Gelenke besser wurde.[28]

Fichtenspiritus gegen Rheuma
Fichtenspiritus: Eine Flasche bis zur Hälfte mit den Trieben einer jungen Fichte füllen und mit Franzbranntwein auffüllen. Die verschlossene Flasche zwei Wochen an einem möglichst sonnigen Platz stehen lassen. Dann die betroffenen Stellen mit diesem Fichtenspiritus mehrfach täglich einreiben. 100 g Terpentinöl, gemischt mit 100 g Kampferspiritus, wird ebenfalls zum Einreiben empfohlen. Quarkumschläge: Zwei- bis viermal täglich sollen diese Umschläge angewendet und gewechselt werden. Kräuterkompressen: Je zwei Esslöffel Arnika, Rosmarin und Thymiankraut in einem Liter Wasser zum Kochen bringen und ca. 10 Minuten ziehen lassen. Abseihen, den Sud in ein Tuch ziehen lassen und diesen auf die schmerzende Stelle legen. Darüber kommen eine Folie und ein Frottiertuch, damit der Umschlag warm bleibt. Möglichst mehrmals täglich wiederholen.[29]

Propolis-Kapseln:
Die Propolis-Kapseln werden aus gefüllten Gelatine-Kapseln mit Propolis-Pulver hergestellt. Sie eignen sich vor allem für die innere Anwendung und zur Behandlung von Blasenentzündungen, Rheuma und zur Stärkung der allgemeinen Abwehrkräfte.[30]

Natur-Zelolith:
bei rheumatischen Erkrankungen[31]

Warnun: Corticoid-Injektion kann Knochen schaden:
Radiologen aus Boston warnen vor Corticoid-Spritzen ins Gelenk, wie sie Patienten mit Arthrose gern verabreicht werden. Im Fachmagazin Radiology zeigen die Wissenschaftler, dass Nebenwirkungen häufiger auftreten als bisher angenommen. Besonders Schäden an Knorpel und Knochen werden nach dieser Behandlung oft beobachtet. Das Ärzteteam um Ali Guermazi hat sowohl aktuelle Daten erhoben als auch die Fachliteratur in einer Metaanalyse ausgewertet. Die Mediziner untersuchten fast 500 Patienten, die eine Corticoid-Injektion in das Knie – oder Hüftgelenk bekommen hatten. Bei acht Prozent der Teilnehmer kam es in der Folge zu Komplikationen, darunter waren vier Prozent der Probanden mit Kniearthrose, zehn Prozent mit Hüftarthrose. „Wir haben unseren Patienten immer erzählt, dass ihnen diese Injektionen nicht schaden“, sagt Guermazi. „jetzt müssen wir zugeben, dass sie nicht so sicher sind, wie wir dachten.
Gegen die Schmerzen von Arthrose-Patienten helfen die Präparate sowieso nicht:
Seit Jahren ist bekannt, dass Injektionen in Knie, Hüften oder Schulter mit dem Risiko einer Gelenkinfektion einhergehen, die im kaum durchbluteten Innenraum der Kapsel schlecht behandelt werden kann. Obendrein drohen Schäden durch die Corticoide selbst, wie die Studie der Radiologen nun zeigt. So kann es durch die Spritzen zu einer rasch fortschreitenden Arthrose kommen, woraufhin der Gelenkspalt kleiner wird. Zudem

---

[26] http://www.gesundtee.de/heilkraeuter/international/puerh.html
[27] Worm, Heilkraft D, S. 7
[28] http://www.heilpflanzen-welt.de/2008-07-Wehrhaft-und-majestaetisch-Die-Brennnessel/
[29] http://www.deutsche-arthrose-stiftung.de
[30] http://superfood-gesund.de/propolis/
[31] https://www.youtube.com/watch?v=mb7acTlR9oA

sind Frakturen in der Nähe des Knorpels wahrscheinlicher und sogar eine Osteonekrose, wie das Absterben von Knochengewebe genannt wird. All dies trägt zur schnellen Zerstörung der Gelenke bei – und ist meist mit Schmerzen und eingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten verbunden.
„Bei Schmerzen sind Corticoid-Spritzen ins Gelenk gar nicht indiziert“, sagt Marcus Schiltenwolf, Leiter der Abteilung für konservative Orthopädie am Uniklinikum Heidelberg. „Es gibt dafür keinen wirksamkeitsnachweis, aber trotzdem wird es immer wieder gemacht.“ Einzig bei einem Erguss, der als Zeichen eines Reizes zu verstehen ist, können die Spritzen kurzfristig Linderung verschaffen. „Für maximal sechs Wochen ist das hilfreich, dann bildet sich der Reiz zurück“, so Schiltenwolf. „Mit schonender Bewegung und Gewichtsabnahme würde er das aber auch von alleine.“ Schließlich sei Arthrose ein episodisch entzündlicher Prozess, der in schüben verlaufe.
Bereits 2017 hat eine Studie im Fachblatt JAMA gezeigt, dass Patienten, die regelmäßig Corticoid-Spritzen bekamen, nach zwei Jahren deutlich an Gelenkknorpel verloren hatten, ihre Schmerzen aber nicht weniger geworden waren. Die Medikamentendosis lag oft über den empfohlenen Werten. „Wenn schon injiziert wird, sollte man sich auch an die richtige Menge halten“, sagt Orthopäde Schiltenwolf.[32]

Rheumatherapie: Brennnesselextrakt hemmt Zytokine:
Zytokinhemmende Substanzen wirken bei RA wie auch bei arthrotischen Reizentzündungen in degenerativ erkrankten Gelenken (Osteoarthritis). In beiden werden inflammationsfördernde Zytokine freigesetzt: bei RA im Rahmen der chronisch-destruktiven Synovitis, bei Osteoarthritis (OA) durch ins Gelenk eindringende Makrophagen. Der Brennesselextrakt IDS-23 (Rheuma-Hek) zeige ex vivo und in vitro dosisabhängige Hemmung der TNFalpha- und IL-1-Synthese, berichtete Dr. Friedrich Wolf (Strathmann AG, Hamburg). In einer Anwendungsbeobachtung an 8 955 Patienten mit RA und OA nahmen 3 250 Patienten den Extrakt zusätzlich zu NSAR, weitere 444 Patienten zusätzlich zu anderen Wirkstoffen. 4 742 Patienten bekamen IDS-23Monotherapie, jeweils über drei Wochen, zweimal zwei Kapseln täglich. Anhand eines Symptom-Score konnten die NSAR-Dosen reduziert und teils (bei 37,8 Prozent) ganz durch IDS-23 ersetzt werden. Die Responserate lag bei 82 Prozent, die "deutliche Response" bei 50 Prozent, und der Grad der Besserung durchschnittlich bei 45 Prozent, bei Wirkbeginn nach elf Tagen. Die Verträglichkeit wurde in 96 Prozent als "gut" und "sehr gut" angegeben. Hauptnebenwirkung war eine forcierte Diurese. In einer weiteren Studie anhand von 718 Patienten mit Gonarthrose über ein Jahr (zweimal zwei Kapseln täglich), bewertet nach dem WOMAC-Fragebogen ("Western Ontario and McMaster Universität Osteoarthritis Index"), zeigte sich eine deutliche Reduktion der Zahl schmerzhafter Gonarthrose-Schübe[33]

[32] Bartens, Werner: Vorsicht vor der Spritze, in : SZ, 16.10.2019
[33] https://www.aerzteblatt.de/archiv/18023/Rheumatherapie-Brennessel-Extrakt-hemmt-Zytokine