

## Rheumatische Erkrankungen

Gesunde Gelenke in Jugend und Alter

Rückenschmerzen behandeln

## Darmgesundheit

Medikamente und Mikrobiom

## Interview

Patient Blood Management





Liebe Leserinnen, liebe Leser,

kürzlich im örtlichen Fitnessstudio: Nach Jahren der Abstinenz hatte ich beschlossen, mal wieder einen der gut besuchten Hampelkurse zu beehren. Im Takt der Musik dehnte und streckte ich mich, hob Gewichte und meinen eigenen massigen Körper, schummelte angemessen bei den Liegestützen und war keuchend und prustend alles in allem doch ganz zufrieden mit meiner Performance. Man ist ja – im Gegensatz zu allen anderen in diesen Kursen – auch nicht mehr der Jüngste. „Das mache ich ab jetzt jede Woche“, dachte ich noch und freute mich, bald einer jener wenigen zu sein, die nicht nur für die Mitgliedschaft im Fitnessstudio bezahlen, sondern auch tatsächlich hingehen. Und dann passierte es: Zack, der Schmerz war da.

Das lokale Lumbalsyndrom bezeichnet einen Zustand plötzlich auftretender, starker, anhaltender Schmerzen im Lendenwirbelbereich mit nachfolgender Bewegungseinschränkung. Gemeinhin spricht man noch heute vom Hexenschuss. Im finsternen Mittelalter war diese Diagnose noch schrecklich wörtlich gemeint: Wer es im Rücken hatte, ging davon aus, Opfer einer waschechten Hexe geworden zu sein. So mancher Hexenprozess basierte allein auf der Anklage eines leidgeplagten Schmerzpatienten, der seine Nachbarin brennen sehen wollte. Medizinisch betrachtet der reinste mittelalterliche Blödsinn, moralisch gesehen eine emphatische Bankrotterklärung, aber unter wirtschaftlichen Gesichtspunkten durchaus nachvollziehbar: Bei Verurteilung der vermeintlichen Hexe wurde der Denunziant anteilmäßig am zu verteilenden Besitz des Opfers beteiligt. Der Schmerz blieb, aber man bekam zumindest ein Schaf für seine Qualen. Erst das Licht der Aufklärung erhellte den Verstand der Menschen und brach mit dieser unglückseligen Praxis.

Ein Hexenschuss klingt meist rasch wieder ab, nach einigen Tagen ist man weitgehend wieder schmerzfrei und behält allein die trügerische Erkenntnis zurück, dass man das mit dem Fitnessstudio besser erstmal sein lässt. Bleibt der Rückenschmerz allerdings über einen Zeitraum von mehr

als 12 Wochen bestehen, spricht man von einem chronischen Schmerzsyndrom des Bewegungsapparates. Dann fällt das Leiden in den weiten Bereich der rheumatischen Erkrankungen. Der Terminus *Rheuma* ist ein Sammelbegriff, der über 100 verschiedene Erkrankungen umfasst. Sie alle äußern sich in chronischen Schmerzen, können aber ganz unterschiedliche Körperbereiche betreffen. Über 17 Millionen Menschen sind hierzulande davon betroffen, darunter auch viele Kinder und Jugendliche.

Die therapeutische Intervention richtet sich nach der jeweiligen konkreten Ursache. Entzündlich-rheumatische Erkrankungen wie die Rheumatoide Arthritis werden anders behandelt, als etwa degenerativ-rheumatische Erkrankungen wie Arthrose oder Stoffwechselerkrankungen wie Osteoporose. Die richtige Diagnose ist hier entscheidend. Präventiv kann jeder vorsorgen, ein gesunder Lifestyle, regelmäßige Bewegung und die passende Ernährung, sind wichtige Eckpfeiler der Prävention. Aber auch wenn die Krankheit sich bereits manifestiert hat, bietet das naturheilkundliche Spektrum zahlreiche Ansätze, um Schmerzen in Muskeln und Gelenken nachhaltig zu reduzieren und die Lebensqualität spürbar zu heben. In der aktuellen Ausgaben haben wir die gängigsten Verfahren der komplementären Medizin für Sie zusammengefasst.

In diesem Sinne wünscht einen starken Rücken bei stets solider Gesundheit,

Ihr

Maik Lehmkuhl  
Chefredaktion

# Inhalt

EDITORIAL ..... 3

NEWS · FACTS · TRENDS ..... 5

## TITELTHEMA

Robert Schmidt

Die Behandlung der Rheumatoiden Arthritis im Krankenhaus für Naturheilweisen in München ..... 13

Klaus Jürgen Mielke

Arthrose – Knorpel-Destruktion unter Säurebelastung ..... 18

Abbas Schirmohammadi, Kian Schirmohammadi

Die große Welt der Rückenschmerzen – Ganzheitliche Wirbelsäulengesundheit ..... 22

Ulf Riker, Wolfgang Springer

Rheumatologie – Anwendung von Homöopathie bei Erkrankungen des Rheumatischen Formenkreises ..... 26

Miriam Neuenfeldt

Naturstoffe in der Prävention und Therapie von Gelenkerkrankungen ..... 30

Margret Rupprecht

Tennis- und Mausarm – Naturheilkundliche Behandlungsoptionen ..... 32

Victoria Lacher

Balsam für Körper und Seele – Aromapflege bei Schmerzen ..... 34

## MIKROBIOM

Stephanie Kolleritsch

Beeinflussung des Mikrobioms durch Medikamente ..... 35

Angelika Hecht

Dysbiose im Darm – Risiko für Wohlstandserkrankungen steigt ..... 38

## STUDIENSCHAU

Schlafgesundheit – Ein gesunder Schlaf als Basis für eine erfolgreiche Therapie ..... 42

Prophylaxe bei parodontalen Erkrankungen – Antibakterielle Wirksamkeit pflanzlichen Salviathymols ..... 43

Gunter Lemnitz

Schutz vor Harnwegsinfektionen ganz ohne Antibiotika? ... 44

## INTERVIEW

Patient Blood Management – Mehr Patientensicherheit durch weniger Fremdblut ..... 46

KOMPLEMENTÄRE THERAPIE UND DIAGNOSTIK ... 48

Corinna Dürr

Prävention von Osteoporose – Calcium wirkt doppelt für starke Knochen ..... 48

Jürgen Zilly

Ganzheitliche Rheumatherapie mit pflanzlichen und homöopathischen Arzneimitteln ..... 50

Johannes Steinbach

Rheuma manuell-medikamentös therapieren ..... 51

Nathalie Schmidt, Edmund Schmidt

Herzerkrankungen: Zum Stellenwert von Coenzym Q<sub>10</sub> ..... 52

Maria-Madelon Wehner

Eisenmangel: Eine häufige und häufig verkannte Mangelerscheinung ..... 54

VERANSTALTUNGSKALENDER ..... 53

## MEDIZINRECHT

Bernd Klemp

Organisationsverschulden im Arztrecht ..... 55

PHARMANACHRICHTEN ..... 59

IMPRESSUM ..... 65

BUCHTIPP / VORSCHAU ..... 66

Im Heftinnenteil

## Forum Komplementäre Onkologie

Michael Worlitschek

Säure-Basen-Haushalt und Tumorgeschehen – Eine praxisorientierte Betrachtung

Rupert Handgretinger

Die vierte Säule in der Krebsbehandlung – Immuntherapie in der Onkologie

## Die Gesellschaften informieren ...

Gesellschaft für ganzheitliche Kieferorthopädie e. V. – GKO ..... 8

Im Heftinnenteil

Deutsche Gesellschaft für Hyperthermie e. V. – DGHT ..... 8

Forschungsförderungsgesellschaft für Komplementärmedizin e. V. – FoFöG ..... 12