

Bild 1 Heute geht es um die nichtoperativen Behandlungsmöglichkeiten bei Arthrosen.

Arthrose ist ein Wort aus dem Griechischen, hat mit Gelenk zu tun und bedeutet medizinisch

Veränderungen chronischer Art an der Struktur, der Anatomie der Gelenke, aber auch ihrer Umgebung.

-ose im Anhang am Fachausdruck verdeutlicht einen chronischen Krankheitszustand im Gegensatz zu -itis, Arthritis. Dies Wortende zeigt einen akuten Entzündungszustand an.

Bild 2 Der Volksmund sagt: Abnutzungserscheinungen

Verschleiß

auch Degenerative Gelenkveränderungen,  
fehlende Gelenkschmiere,  
Krüppelgelenk,  
Gelenkschäden ect. sind im Sprachgebrauch gut bekannt.

Auch Alles, was Oma bei Wetterwechsel piekt, hat meist damit zu tun.

Viele Menschen stöhnen: jetzt tut mir meine alte Verletzung wieder weh

Bild 3 Was ist aber bei alle dem das Wichtigste?

Natürlich der Schmerz! Die Beschwerden, die Bewegungsbehinderung, die Beeinträchtigungen.

Manchmal ist auch eine Schlafstörung durch die weckenden Schmerzen oder eine Einschlafstörung durch das schmerzhaft Liegen der Anlass für den Arztbesuch.

Heutzutage in unserem Gesundheitssystem gehen die Menschen nicht zu dem Hausarzt, der einen schon lange kennt, sondern der Patient geht gleich zum Orthopäden, der für den Bewegungsapparat, die Statik, für Gelenke, Sehnen, Wirbelsäule und Bänder zuständig ist.

Die Untersuchungen sind meist ruck-zuck gemacht, das individuelle Gespräch ebenfalls und dann geht "das Knie", "die Hüfte" oder "die Schulter" zum Röntgen. Und tatsächlich wird man danach durch eine kurze Erklärung befriedigt:

Bild 4 Sehen Sie her , Alles ist klar, Sie haben eine Arthrose!

Veränderungen

Gelenkspalt-Verschmälerung

Randzacken

Wülste

Verformungen

Zysten, Hohlräume im Knochen

Knorpel-Unebenheiten

Knorpel-Schwund

Knorpel-Verformungen

Freie Gelenkkörper

Knochenwucherungen als Ersatz für den Knorpelschwund

Verkalkungen der Umgebung ( oft bei der Schulter) ect.

Aha, jetzt weiß man Bescheid, man hat eine Arthrose und kann das für sich schon etwas einordnen.

Aber der Patient assoziiert: " ich habe es, kaputt, Nichts mehr zu machen!"

Bild 5 Als Therapieangebote kommen dann in Frage:

Schmerztabletten oder –Zäpfchen zur angeblichen Magenschonung  
 Schmerzkombispritzen in den Po (meist zusammengesetzt aus zwei versch.  
 Schmerzmittel, Entspannungstoff, wie Valium und etwas Kortison)  
 Salben oder Crèmes  
 Wärme oder Kaltanwendungen  
 Reizstrombehandlung  
 Massagen und  
 Krankengymnastik werden weniger verordnet, weil zu kostenintensiv für die  
 Krankenkasse und damit für den Arzt, weil ihm als Kassenarzt eine  
 Budgetüberschreitung drohen kann.  
 Packungen (Fango oä.)  
 Rotlicht oder Eispacks  
 Anweisungen zur Schonung: kein Fahrradfahren, keine Gartenarbeit ect.  
 Laufen und Treppensteigen muss man trotzdem weitermachen  
 Ruhigstellung im Gips oder mit sonstiger Schiene  
 Aufbiss -Schiene bei Kiefergelenkseschichten ect. ect. Oder es wird eine  
 Operation in Erwägung gezogen, wenn machbar und Patient  
 ansonsten nicht zu klapprig ist, oder Operationshindernisse existieren.

Bild 6 Die Lokalisation von Arthrosen ist vielfältig.

Der eine hat's am Kiefergelenk: es knackt beim Kauen, der Apfel kann nicht richtig angebissen werden.

Der andere an der Hüfte: Beginn der Bewegung schmerzt, nachts kann man nicht 'drauf liegen, kann nicht einschlafen oder muss immer die Positionen wechseln.

Der nächste kann sich nicht die Jacke an oder ausziehen ohne schmerzhafte Verrenkungen usw.

Von Kopf bis Fuß kann jedes Gelenk betroffen sein. Aber es gibt Häufungen.

Kiefergelenke  
 Halswirbelsäule  
 Schultern  
 Ellenbogen (Tennisellenbogen/ Golfer-Arm)  
 Daumen-Grundgelenke  
 Lendenwirbelsäule  
 Hüftgelenke  
 Kniegelenke  
 Sprunggelenke  
 Großzehgrundgelenke

Dazu alle Gelenke, die mal  
 die durch

Verletzungen hatten  
 statische Veränderungen wie  
 Beinlängenverkürzungen oder  
 Wirbelsäulenverkrümmung falsch belastet sind.

Bild 7 Gelegentlich legen nur Formveränderungen vor:

Knollige Fingergelenke oder kleine Knubbel am letzten Gelenk  
 Ein dickes Knie oder zwei mit massiven O-Beinen  
 Ein dicker Großzehenballen (Hallux valgus), der die Schuhwahl deutlich einschränkt  
 Letztlich ist sogar die Hammerzehe eine arthrotische Veränderung  
 Der Hals hat eine Hohlkrümmung, die Wirbelsäule ist ein S,  
 das Hohlkreuz macht einen "Entenarsch"  
 oder von der Stietzprellung durch's Skifahren gab es einen Flach-PoPo  
 Störungen der Kreuz-Darmbein-Gelenke machen einen Wackelgang  
 Oder man humpelt, weil durch einen Plattfuß das eine Bein kürzer ist

Diese Liste lässt sich noch leicht erweitern.

Nun etwas zu meiner Person:

Als Chirurgin habe ich früher neben Bauchoperationen auch mit Knochen und Gelenken zu tun gehabt.

Außer Knochenbrüche habe ich meist Coxarthrosen, Knie, Kniescheiben, Hammerzehen und Ballen operiert.

Hüften wurden meist mit Prothesen versorgt, Knie bekamen manchmal Schlittenprothesen.

Weil ich aber nicht nur am OP-Tisch zu stehen hatte, sondern auch ewig die I. Hilfe-Fälle versorgen musste, begann ich mich darauf zu spezialisieren, die Schmerzen von Patienten möglichst sofort zu bessern oder sogar ganz zu beseitigen.

Die Neuraltherapie, eine Therapie mit der Nadel, machte das sehr gut möglich.

Die Neuraltherapie ist so etwas Ähnliches wie die fernöstliche Akupunktur, aber mit dem Riesenvorteil, dass man hiermit auch s.g. Störherde ausschalten kann. Eine Behandlungsform, die oft Sekundenphänomen bietet. D.h. richtig angewendet kann bei einer gezielten Injektion an ein Störfeld in der Sekunde der Schmerz völlig verschwunden sein.

Mit diesem Wissen, konnte ich von akuten Halswirbelschmerzen über schmerzhafte Schultersteifen, Hüftschnappen oder Kniebehinderungen schnell helfen.

Denn das Unangenehmste bei Arthrosen ist der Schmerz, der sich manchmal durch Wetter, Überbelastung oder auch Seelenstress o. ä. verstärkt und heftig wird wie bei einer Arthritis, einen akuterem Gelenkzustand.

Fast immer sind es die Schmerzen, die zum Arztbesuch führen.

Bild 8 oft sind es die Schmerzen, die nachts beim Draufliegen oder beim Herumdrehen wecken und den Schlaf rauben.

Oder das Einschlafen klappt nicht, weil man keine schmerzlose Lage findet. Morgens ist man natürlich grantig und auch der Ehepartner wird zunehmend unerfreuter.

Leute mit Arthrosen fühlen sich erfahrungsgemäß oft ungeliebt, kritisieren viel, fühlen sich ausgenutzt und neigen zu Verbitterungen mit Groll.

Mit arthrotischen Beschwerden ist es nicht verwunderlich, dass man kein ausgeglichener Hausgenosse bleibt.

Es ist nicht so grazil, wenn Frau oder Mann sich aus dem Kaffeèhausstuhl hochrobbt, die ersten Gehschritte gebückt humpelt dabei stöhnt oder schmerzverbissen die Zähne und Lippen aufeinanderpresst.

Schon das Halten der Kaffeètasse zwischen Daumen und Zeigefinger kann qualvoll sein.

Den Mann zu bitten, den Schraubverschluß oder die Dose zu öffnen ist auch unangenehm.

Es entwickeln sich Abhängigkeiten die recht unerfreulich sind.

Manchmal schießen bei einer unwillkürlichen Bewegung heftigste Schmerzen ein und hinterlassen ein lähmiges Gefühl. Aber auch die dumpfen Dauerschmerzen nagen an der Befindlichkeit.

Dummerweise gibt es auch Athrosen die gerade in Ruhe ohne Ablenkung unerträglich werden. Bewegungsvermeidung hilft leider nicht immer.

Viele Patienten müssen sich erst einlaufen, dann geht's einigermaßen und dann, wenn die Belastung etwas mehr wird verschlimmert es sich wieder.

Sie haben eine Arthrose!  
Kein schönes Motto für die Zukunft.

Ich würde natürlich hier keinen Arthrose-Vortrag halten, wenn ich nicht eine gute Hilfe in der Tasche hätte.

Kommen wir also nun endlich zu den Besserungs- und sogar Heilmöglichkeiten.

Meine Therapie beginnt grundsätzlich vor jeglichen operativen Endlösungen.

Es wird nichts weggeschnitten, Narkosen entfallen und Nebenwirkungen bestehen höchstens aus blauen Flecken.

Zur Erläuterung, wie das geht und was da passiert picke ich mir die Schulter als Beispiel heraus.

Der Schulterschmerz, Schulter-Arm-Syndrom, Schultersteife, Schleimbeutelentzündung, Verkalkungen oder wie auch immer die Diagnose lautet.

Dazu muss ich Einiges über Schmerz und Krankheit erläutern.

#### Bild 9 Schmerz ist ein Gefühl.

Man kann ihn nicht anfassen, wiegen, fotografieren und auch nicht röntgen.

Es gibt ihn gar nicht, aber Sie haben ihn trotzdem.

Schmerz ist eine Empfindung, die mit Nerven über das Wirbelsäulenmark an das Gehirn geleitet wird. Dort wird Schmerz empfunden.

Etwas reizt die Nerven, die leiten die Information weiter, sie landet im Gehirn als Aua.

Kneife oder piekse ich mich, funktioniert das so. Fehlt die Gelenkschmiere und ein Gelenk reibt bei Bewegung ist das auch solch ein Reiz.

Jetzt muss man erst einmal dort, wo der Reiz ausgelöst wird die Weiterleitung Unterbrechen.

Mit einem örtlichen Betäubungsmittel, dem Procain, kann man das gut machen.

Bild 10 Alle Strukturen der Schulter, die gereizt sein können, werden behandelt.  
Der Schmerzreiz wird weggenommen.

Und kommt der springende Punkt bei dieser Behandlung:  
Das Procain macht eine Durchblutungsverbesserung dort, wo es hingespritzt wird.

Was besser durchblutet ist, ist besser ernährt, funktioniert wieder besser. Schadstoffe werden abtransportiert, das Milieu bessert sich, ein Heilvorgang ist eingeleitet.

Wenn Knochen richtig durchblutet wird, baut er sich wieder korrekter auf. Denn die Zellen sind nicht tot, sondern nur gestört. Laufend bilden sich neue Knochenzellen auf und alte werden abgebaut.

Gelenkknorpel ernährt sich durch Diffusion. Sind die knorpelumgebenden Gewebe fitter, bekommt auch der Knorpel bessere Bedingungen. Aufbauen tut er sich nicht mehr so wie es ein Knochen kann, aber er wird glatter. Glattere Flächen reiben und reizen weniger.

Bild 11 Der erste Schritt ist also die Gelenkbehandlung zur Durchblutungsverbesserung.  
Der zweite Schritt optimiert die Durchblutung über die Gefäße.  
Aus einer großen Schlagader an Hals kommt die Blutversorgung zur Schulter.  
Zum Knochen mit dem Gelenkknorpel, zur Schulterhöhe, an den Schleimbeutel, die Muskeln und Sehnenansätze.  
Die Gefäße haben in ihrer Hülle vegetative Nervenfasern. Bei Irritationen ziehen sich die Gefäße zusammen, wie bei einer "Gänsehaut". Dann ist die Durchblutung verringert. Schadstoffe können ausschwitzen, sich ablagern.

Beim zweiten Schritt werden diese Nerven so "beruhigt", dass sich die Gefäße entspannen und besten Durchfluss gewährleisten.

Bild 12 Diese vegetativen Nerven sind ungeheuer wichtig.  
Das vegetative Nervensystem ist das automatische, das unwillkürliche Nervensystem.

Es ist überall im Körper vorhanden außer in Haaren, Zähnen und Nägeln.

Stellen Sie sich den Körper als Swimmingpool vor in dem die Organe verteilt sind, dann haben Sie ein Bild vom Menschen mit seinem überall vorhandenem Vegetativum als Einheit indem die Organe eingebettet sind.

Von Hacke bis Nacke steht alles über diese Fasern miteinander in Verbindung.  
Stecke

Bild 13 Sie kennen die Fähigkeiten des vegetativen Nervensystems auch:

Sehen Ihre Augen einen Löwen, erinnert Ihr Gehirn Gefahr, Schaltzellen in den Gehirnkernen stimulieren das automatische Nervensystem, der Puls wird schneller, der Blutdruck steigt, Stresshormone randalieren, dann können Sie weglaufen.

Auch Angstsweiß wird auf diese Art in Gang gesetzt.

Vielleicht kennt jemand "Muffensausen"? Dabei pumpt das Popoloch, wenn heftige Angst besteht. Denn auch im gesamten Magen-Darm-Trakt ist das vegetative Nervensystem vertreten.

Das bei emotionaler Anspannung z. B. im Beruf sich die Muskeln verspannen und Schmerzen ist ebenfalls bekannt.

Werden nun die automatischen Fasern der Schultergefäße gereizt, vermindert sich die Durchblutung. Die Situation verschlechtert sich.

Dies kann geschehen durch eine  
Verletzung im Schulterbereich, auch wenn sie schon lange her ist, oder eine andere Stelle des Körpers gibt über das Gehirn diese Fehlmeldung.

Bild 14 Schulterbehandlung:

1. im Bereich der Schulter mit
  - Gelenk,
  - Schleimbeutel,
  - Muskelansätzen
  - Triggerpunkten und
  - Verletzungsstellen Narben
2. am vermuteten Störfeld irgend wo an einer blockierenden Stelle.

Denn eines ist klar, Schulterschmerzen fliegen nicht durch die Luft, man macht sie  
Bild 15 Selber. Beispiel Birne

Es gibt immer eine persönliche Ursache, die es aufzufinden gilt.

Bild 16 Beispiel eigene Schulter mit Verkalkungen.

War die Schulter die verantwortliche Krankheitstelle, der Grund für die Schmerzen, wird es garantiert besser.

24 Std. nach einer Behandlung wird der Erfolg evtl. telefonisch kontrolliert.

Was geholfen hat, kann wiederholt werden.

Nichterfolg macht eine Störfeldbehandlung zwingend.

Bild 17 Der Neuraltherapeut weiß, wo die meisten Störfelder für die Schulter zu erwarten sind.

Alle Patienten haben in der Vorgeschichte was "am Kopp" gehabt.  
Alle Menschen haben Kindererkrankungen, die immer mit Rachenproblemen  
Einhergehen. Kindererkrankungen heißen deswegen Kindererkrankungen, weil alle  
Kinder sie haben, wenn auch manchmal stumm.

Sie haben schon vom Scharlach gehört, der aufs Herz schlagen kann, an die Nieren  
geht oder Rheuma machen kann.

