

DER FREIE ARZT

Zeitschrift für
freiheitliche Ordnung
im ärztlichen Beruf

Praxis: *BIO*-logische REGULATIONS-MEDIZIN®



Blasenmeridian
im Infrarot



Matrix-
Therapie

Osteoporose - Vitamin D
Rheuma - Gelenke

Vitalstoffkombination lindert Gelenkbeschwerden

Kombination aus Vitalpilzen, Pflanzenextrakten und Mikronährstoffen

Kombination aus Heilpflanzen, Mikronährstoffen und Vitalpilze

Gelenke sind hochkomplexe und empfindliche Knochenverbindungen und auf eine optimale Versorgung mit diversen Vitalstoffen angewiesen, damit sie auch bei starken Beanspruchungen und im höheren Lebensalter beweglich und schmerzfrei bleiben.

Die **Vitalstoffkombination** für die Gelenke enthält den vegetarischen Gelenknährstoff Glucosaminhydrochlorid aus Mais, Vitamin E und die Spurenelemente Mangan, Kupfer und Selen für die Knorpelgesundheit. Ergänzend sind Extrakte von Hagebutte, Curcuma, Maitake, Auricularia und Shiitake enthalten.

Während die **pflanzlichen Inhaltsstoffe** insbesondere antioxidativ wirken und damit vor Entzündungsprozessen schützen, liefern die Vitalpilze u.a. Nährstoffverbindungen zum körpereigenen Aufbau von Bindegewebe und Knorpelstruktur.

Die **positiven Effekte auf die Gelenke** lassen sich zusammenfassend wie folgt beschreiben:

- Schützt Gelenke, Knochen und Bindegewebe
- Fördert die Beweglichkeit
- Enthält wichtige Gelenknährstoffe

Inhaltsstoffe^{*)}

Vegetarisches Glucosaminhydrochlorid	1000 mg
Hagebutten Extrakt	400 mg
- davon Vitamin C	160 mg
Curcuma longa Extrakt	280 mg
Auricularia Extrakt	280 mg
Maitake Extrakt	280 mg
Shiitake Extrakt	280 mg
Vitamin E	12 mg
Mangan	2 mg
Kupfer	1 mg
Selen	55 µg

100% vegetarisch. Ohne Gluten, ohne Laktose. Für Diabetiker geeignet.

^{*) pro 4 Kapseln TriProtect}

(Hawlik Gesundheitsprodukte GmbH)

Glucosaminhydrochlorid fördert Aufbau und Erhalt von Gelenknorpel und Gelenkflüssigkeit

Curcuma enthält Ergosterin als wichtige Vitamin-D-Vorstufe

Hagebutte sorgt als elementar wichtiger Knochenbaustein für die Festigkeit der Knochen

Maitake regulieren den kontinuierlichen Wiederaufbau von Knochenzellen

Auricularia fördert den Einbau von Calcium in die Knochen

Shiitake erhöht die Knochenfestigkeit und vermindert das Knochenbruchrisiko

Mangan, Kupfer, Selen schützen Knorpel- und Bindegewebe

Vitamin C fördert die Kollagenproduktion

Vitamin E regt den Eiweißstoffwechsel an und fördert eine gesunde Zellneubildung.

Wirkung durch Studien untersucht und belegt

Glucosaminhydrochlorid wird aus Mais gewonnen und ist deshalb rein vegetarisch. Die Wirkung dieser Substanz auf die Gesundheit der Gelenke ist in zahlreichen Studien untersucht und nachgewiesen worden. So konnte gezeigt werden, dass sich Glucosamine, die für Aufbau und Erhalt von Gelenknorpel und Gelenkflüssigkeit wichtig sind, nach oraler Gabe vorrangig in den Knorpelgeweben einlagern. Sie stimulieren die Kollagensynthese, hemmen Abbauprozesse im Knorpel und haben daher einen positiven Einfluss auf den Gelenkstoffwechsel. Außerdem verbessern sie die Anhaftung der Chondrozyten an Fibronektin, das unter anderem bei der Reparatur von Gewebeschäden eine wichtige Rolle spielt. Die Fließeigenschaften der Synovia werden durch Glucosamine verbessert.

Klinische Studien an Patienten mit Kniearthrose brachten darüber hinaus abschwellende und schmerzlindernde Effekte und eine Verbesserung der eingeschränkten Gelenkfunktion zutage.^{1, 2, 3, 4, 5, 6)}

Curcuma wird in der indischen Heilkunde traditionell bei rheumatischen Erkrankungen eingesetzt. Wissenschaftlich untersucht ist vor allem der Inhaltsstoff Curcumin, ein sekundärer Pflanzenstoff, der in Studien verschiedene positive Wirkungen auf die Gesundheit des Menschen gezeigt hat.

Curcumin wirkt antioxidativ und damit zellschützend. Außerdem reduziert es Entzündungsprozesse, indem es die Bildung der Prostaglandine hemmt, die für die Ausprägung der Entzündungsreaktionen mitverantwortlich sind. Bei Patienten mit rheumatoider Arthritis soll Curcuma-Extrakt die Gelenksymptome wie Steifheit, Schwellungen und Schmerzen vermindern können.⁷⁻¹⁰⁾

Die **Hagebutte** ist vor allem dank ihres extrem hohen Gehalts an Vitamin C eine kostbare Heilpflanze. Mit 1250 mg Vitamin C je 100 g enthält sie ein Vielfaches dieses wichtigen Vitamins im Vergleich z.B. zur Zitrone (53 mg/100 g) oder zum Sanddorn (450 mg/100 g).

Vitamin C ist zum einen ein wertvolles Antioxidans, das sich beim Zellschutz bewährt hat. Darüber hinaus nimmt Vitamin C eine herausragende Stellung bei der Kollagenbiosynthese ein. Kollagen ist ein wesentlicher Bestandteil des Binde- und Stützgewebes, das seine Stabilität erst unter Mitwirkung von Vitamin C erhält. Auch für die Knorpelneubildung ist Vitamin C unverzichtbar.⁸⁻¹⁰⁾

Der **Auricularia** hat vor allem über seine durchblutungsfördernde Wirkung positiven Einfluss auf die Gelenkgesundheit. Der Knorpelstoffwechsel ist auf eine gute Durchblutung des umliegenden Gewebes angewiesen, damit Nährstoffe in ausreichender Menge in die Gelenkflüssigkeit gelangen können und Abfallprodukte des Stoffwechsels über die Blutbahn abtransportiert werden, bevor sie Schäden an den empfindlichen Gelenkstrukturen anrichten. Die blutgerinnungshemmende Wirkung von Auricularia polytricha wird be-



Auricularia

reits seit langem erfolgreich zur Verbesserung der Fließeigenschaften des Blutes eingesetzt, etwa zur Verringerung des Risikos von Schlaganfall und Herzinfarkt sowie allgemein bei Durchblutungsstörungen.^{11, 12, 13)}

Der Shiitake zeichnet sich durch eine sehr hohe Nährstoffdichte aus – dies macht ihn zu einem sinnvollen Nahrungsergänzungsmittel und ganz besonders zur Vorbeugung und Behandlung von Gelenkproblemen. Die in dem Pilz enthaltenen Aminosäuren festigen das Bindegewebe und wirken einem weiteren Abbau von Knorpelmasse zuverlässig und nebenwirkungsfrei entgegen.

Für Rheumatiker von Bedeutung ist die entzündungshemmende und schmerzlindernde Wirkung des Shiitake. Auch der regulierende (adaptogene) Effekt auf das Immunsystem, das bei Autoimmunprozessen wie dem Rheuma oft gehemmt werden muss, kommt den Betroffenen zugute. So kann der Shiitake sowohl vorbeugend eingesetzt werden, um das Erkrankungsrisiko zu senken, als auch während eines Rheumaschubs spürbar zur Linderung der Beschwerden beitragen. Von der umfassenden „Anti-Aging-Wirkung“ profitieren ältere Arthrosepatienten nicht nur in Bezug auf die Gelenkgesundheit, sondern z.B. auch im Bereich des Herz-Kreislauf-Systems.^{14, 15)}

Kupfer gehört zu den wichtigsten Spurenelementen, wenn es um die Gelenkgesundheit geht. Dies hängt damit zusammen, dass die Bildung bestimmter Enzyme wie Lysyloxidase von Kupfer abhängt. Dieses Enzym hat eine zentrale Aufgabe in der



Bindegewebs- und Knochenbildung. So sorgt es für die Quervernetzung verschiedener Gewebestrukturen unter anderem im Knorpel und damit für ein insgesamt kräftiges und elastisches Bindegewebe.¹⁶⁾

Literaturhinweise

- 1) Bruyere O, Pavelka K, Rovati LC, Deroisy R, Olejarova M, Gatterova J, Giacovelli C, Reginster JY.: Glucosamine sulfate reduces osteoarthritis progression in postmenopausal women with knee osteoarthritis: evidence from two 3-year studies. *Menopause*. 2004 Mar-Apr; 11(2):138-43
- 2) Müller-Falßbender H., Bach G.L.: D-Glucosamin-Sulfat als nebenwirkungsarme Alternative zu nichtsteroidalen Antirheumatika. In: Aktuelle Rheumatologie Bayreuth, Pathologie – Labor – Untersuchung – Therapie 1989 (Hrsg.: Bach G.L., Stock K.P.), Echo Verlag/GmbH, Köln; 109-124; 1990
- 3) Pavelka K, Gatterova J, Olejarova M., et al.: Glucosamine sulfate use and delay of progression of knee osteoarthritis. A 3 year, randomised, placebo-controlled, double-blind study. *Arch Intern Med* 162: 2113-23; 2002
- 4) Reginster J.Y., Deroisy R., Rovati L.C., et al.: Long-term effects of glucosamine sulphate on osteoarthritis progression: a randomised, placebo-controlled, clinical trial. *Lancet* 357: 251-56; 2001
- 5) Richey F, Bruyere O, Ethgen O, Cucherat M, Henrotin Y, Reginster JY.: Structural and symptoma-

tic efficacy of glucosamine and chondroitin in knee osteoarthritis: a comprehensive meta-analysis. *Arch Intern Med*. 2003 Jul 14;163 (13):1514-22

6) Towheed T.E., Anastasiades T.P., Shea B., et al.: Glucosamine therapy for treating osteoarthritis (Cochrane Review). In: *The Cochrane Library, Issue 1*; Oxford: Update Software; 2001

7) Rhyner, Frohn: *Heilpflanzen im Ayurveda*, AT-Verlag 2006

8) Sandi Sowanda Li Tian: *Chinesische Arzneimitteltherapie*; Hippokrates Stuttgart, 2005

9) Biesalski, H. K., Köhrle, J., Schümann, K.: Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe. 14-18, 57-65, 274. Georg Thieme Verlag: Stuttgart/New York 2002

10) Biesalski, H. K., Fürst, P., Kasper, H., Kluthe, R., Pörlert, W., Puchstein, Ch., Stähelin, H., B.: *Ernährungsmedizin*, 143-147. Georg Thieme Verlag, Stuttgart 1999

11) Hokama Y, Hokama JI.: In vitro inhibition of platelet aggregation with low dalton compounds from aqueous dialysates of edible fungi. *Res Commun Chem Pathol Pharmacol*. 1981 Jan; 31 (1): 177-80

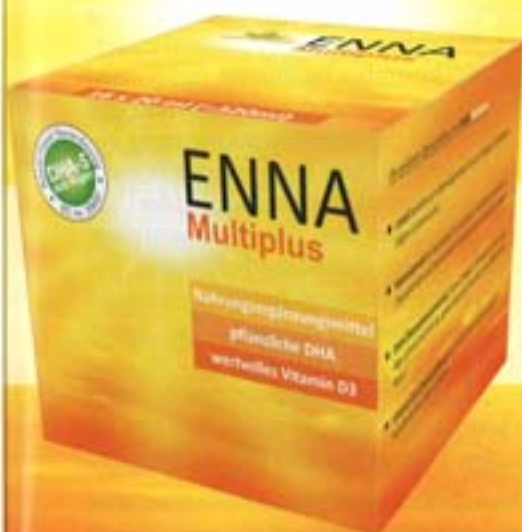
12) Agarwal KC, Russo FX, Parks RE Jr.: Inhibition of human and rat platelet aggregation by extracts of *Mo-er* (*Auricularia auricula*). *Thromb Haemost*. 1982 Oct 29; 48 (2): 162-5

13) Yagi F, Tadera K: Purification and characterisation of lectin from *auricularia polytricha*. *Agric Biol Chem* 1988; 52 (8): 2077-9

14) Erman J, Rova U, Berglund KA: Quantification of the bioactive compound eritadenine in selected strains of shiitake mushroom (*Lentinus edodes*). *J Agric Food Chem*. 2007 Feb 21; 55 (4): 1177-80

15) Zheng R, Jie S, Hanchuan D, Moucheng W: Characterization and immunomodulating activities of polysaccharide from *Lentinus edodes*. *Int Immunopharmacol*. 2005 May; 5 (5): 811-20

16) Harris E.D.: Copper. In: O' Dell B.L., Sunde R.A., eds. *Handbook of Nutritionally Essential Mineral Elements*. New York: Marcel Dekker; 231-275; 1997.



ENNA mit Vitamin D3 Multiplus

- Hochwertige Ölmischung aus biologischem Lein- und Weizenkeimöl
- Pflanzliche DHA aus der Alge *Schizochytrium* sp.
- Vitamin D3 (eine Flasche ENNA Multiplus deckt den Tagesbedarf an Vitamin D3)
- Praktische Portionspackung mit 16 x 20ml (=320ml)



brunozimmer - Mittel zum Leben

D-66649 Oberthal - www.mittelzumleben.de



Gelenke TriProtect®

Das Produkt mit der 3-fach Kombination aus Vitalpilzen, Pflanzenextrakten und Mikronährstoffen

Die Gelenke sind auf eine optimale Versorgung mit wichtigen Gelenknährstoffen, die Gelenke, Knochen und Bindegewebe schützen und die Beweglichkeit fördern, angewiesen.

Gelenke TRIPROTECT enthält eine Kombination diverser Vitalstoffe aus dem vegetarischen Gelenknährstoff Glukosaminhydrochlorid aus Mais, Vitamin E (d alpha-Tocopheryllactat) und den Spurenelementen Mangan, Kupfer, Natriumselenit für die Knorpelgesundheit. Ergänzend sind Extrakte von Hagebutte (Vitamin C), Curcuma-longa, Maitake, Auricularia und Shiitake enthalten. Die Kapselhülle ist aus Cellulose (pflanzlich).

Anwendungsempfehlung: 2 x 2 Kapseln täglich mit reichlich Flüssigkeit zu einer Mahlzeit einnehmen. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge sollte nicht überschritten werden. Nahrungser-

Inhaltsstoffe

Inhaltsstoffe	pro 4 Kapseln	empfohlene Tagesdosis*
Vegetarisches Glukosaminhydrochlorid	1000 mg*	
Hagebutten Extrakt	400 mg*	
- davon Vitamin C	160 mg	200%
Curcuma longa Extrakt	280 mg*	
Auricularia Extrakt	280 mg*	
Maitake Extrakt	280 mg*	
Shiitake Extrakt	280 mg*	
Vitamin E	12 mg	100 %
Mangan	2 mg	100 %
Kupfer	1 mg	100 %
Selen	55 µg	100 %

100 % vegetarisch. Ohne Gluten, ohne Laktose.

Für Diabetiker geeignet.

* gemäß EU Richtlinie über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln



gänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung dienen.

Therapeutische Anwendung: 2 x 3 Kapseln. Eine Packungseinheit Knochen TRIPROTECT 120 Kapseln bei Einnahme gemäß Anwendungsempfehlung ausreichend für 4 Wochen. Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Weitere Informationen erhalten Sie von: Hawlik Gesundheitsprodukte GmbH

Gewerbestr. 8, D - 82064 Straßlach

Tel: (0049) 08170 / 9959 -0

Fax: (0049) 08170 / 9959 -250

E-Mail: info@triprotect.de

www.pilzshop.de

Mund- und Körpergeruch zur Sprache bringen

Mund- und Körpergeruch ist ein Tabuthema, das Betroffene von sich aus – auch gegenüber dem Therapeuten – nur sehr ungern ansprechen. Aufgrund von Krankheit oder Medikamenteneinnahme haben einige Menschen aber ein besonders hohes Risiko, Geruchsprobleme zu entwickeln. Der Therapeut sollte aktiv auf die Patienten zugehen und so die Ansprache erleichtern. So kann den meisten Betroffenen geholfen werden – durch die Behandlung der Ursachen und mit dem natürlichen Wirkstoff Chlorophyll, der Gerüche von innen heraus beseitigt.

Zielgruppen und Tipps für die Ansprache

1. Menschen, die unter Stress leiden oder eine Fastenkur durchführen, können Tipps gegen Mundgeruch häufig gut gebrauchen. Als Einstieg ins Gespräch können Sie mögliche Folgen von Stress und Fasten aufzählen.

2. Magen-Darm-Probleme sind eine der bekanntesten Ursachen für Mundgeruch. Viele Menschen, die beispielsweise über Reizmagern oder Sodbrennen klagen, kennen diese lästige Begleiterscheinung.

3. Der professionelle Kontext in der Praxis erleichtert häufig die Ansprache des Themas. Das gilt auch bei Frauen in den Wechseljahren, bei denen sich durch Schweißausbrüche unangenehme Gerüche bilden können.

4. Schwankende Blutzuckerwerte von Diabetikern fördern die Entstehung von säuerlichen Verbindungen, die häufig zu einer Geruchsentwicklung führen. Besteht ohnehin ein regelmäßiger Kontakt mit den Betroffenen, fällt die Ansprache leichter.

5. Bei pflegebedürftigen Personen kommen oft viele Ursachen von Mund- und Körpergeruch zusammen. Mit Betroffenen, Pflegern oder Angehörigen von Pflegedienstleistungen können Sie bedenkenlos das Gespräch suchen.

Grün riecht nicht

Stozzon® Chlorophyll-Dragees können Gerüche ganz unterschiedlicher Ursachen verhindern, bevor sie entstehen. Sie enthalten den Wirkstoff Chlorophyllin-Kupfer-Komplex, der sich durch seine desodorierenden und keimhemmenden Qualitäten auszeichnet. Zum einen können die Dragees die Aktivität eiweißspaltender Enzyme beeinflussen, so dass riechende Verbindungen gar nicht erst entstehen. Darüber hinaus können sie die Vermehrung von Bakterien hemmen, die geruchsintensive Stoffwechsel- und Abbauprodukte produzieren.

Dank der sehr guten Verträglichkeit eignet sich das natürliche Arzneimittel auch für kranke und geschwächte Patienten sowie für Menschen, die bereits andere Medikamente einnehmen müssen.

Der kostenlose „Ratgeber für Mund- und Körpergeruch“ kann angefordert werden bei: Queisser Pharma GmbH & Co. KG, Schleswiger Straße 74, 24941 Flensburg oder per Fax unter 0461/ 99 96 -170.

Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter www.stozzon.de