



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Brauche ich ein neues Gelenk?

Diese Frage werden sich inzwischen viele Menschen stellen. Denn Gelenkschmerzen sind weit verbreitet, besonders Knie, Hüften und Schultern, und Hilfe ist nicht oft zu finden. Knie-Operateure haben Hochkonjunktur. Im September 2010 ging eine Nachricht durch alle Tageszeitungen über die Häufigkeit von Knie-Operationen.

Innerhalb von sieben Jahren war die Zahl der künstlichen Kniegelenk-Operationen (TEP = totale Endoprothese) um 52 Prozent gestiegen.

Das ist eine gewaltige Zahl und hat vielen Knie-Chirurgen Arbeit und Einkommen verschafft. Eine Branche, die so erfolgreich arbeitet, auf neudeutsch „boomt“, sollte uns alle aufmerksam machen. Denn dieses Wachstum ist schon sensationell. Wie viele andere Knie-Operationen außer der Endoprothese insgesamt durchgeführt wurden, ist mir nicht bekannt. Vermutlich sind sie in der gleichen Größenordnung gestiegen.

Dabei wird sehr viel umgesetzt. Die neuesten Zahlen liegen mir aus dem Jahre 2009 vor. In dem Jahr gab es 175.000 Knie-Endoprothesen. Jede Operation kostete 7.400 Euro. Dazu kommen die Kosten der Voruntersuchungen, der Reha, der Nachuntersuchungen, etwa in der gleichen Größenordnung. Macht zusammen ca. 2,6 Milliarden Euro.

Wenn man die Zahl der Hüft-Endoprothesen im Jahre 2009 mit 209.000 Operationen à 7.600 Euro dazu rechnet, dann kommt man auf eine Gesamtsumme von rund 6 Milliarden Euro nur für die Endoprothesen-Behandlung von Knien und Hüften. Eine gewaltige Summe; denn es sind nur zwei Operationen.

Die meisten Betroffenen meinen, dass es für sie keine Alternative gegeben habe. Ein künstliches Knie- oder Hüftgelenk wäre der einzige Ausweg gewesen, um die Schmerzen oder die stark verminderte Beweglichkeit wieder zu beseitigen. Deswegen sind sie meistens auch große Anhänger dieser Operationen.

An diesem Punkt spätestens müssen wir Ärzte der Naturheilkunde uns melden. Vorher hört kaum ein Mensch auf uns. Wir werden oft erst um Rat gefragt, wenn „der Zug bereits abgefahren ist“. Die Menschen und auch die Ärzte haben bisher nicht gelernt, auf die Frühzeichen zu achten und mit einer gezielten Behandlung bereits zu einem Zeitpunkt anzufangen, an dem noch keine Beschwerden aufgetreten sind.

Warum sind denn diese Operationen so häufig geworden, obwohl wir doch einen Wohlstand erreicht haben, der kaum zu übertreffen ist? Liegt es an der Überalterung der Bevölkerung; an den Genen, dem Stress, der Überforderung? Oder gibt es Ursachen, die in uns selbst liegen und die wir vermeiden können, wenn wir sie nur früh genug erkennen und beseitigen?



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Um das richtig beantworten zu können, müssen wir uns fragen, warum viele Menschen es schaffen, auch im hohen Alter gesunde Gelenke zu behalten, während viele andere sich operieren lassen (müssen). Denn unsere Gelenke sind, wie unser ganzer Organismus überhaupt, auf eine lebenslang funktionierende Tätigkeit eingestellt. Das betrifft das Herz, die Leber, die Lunge und alle anderen Organe genauso wie die Muskeln, die Knochen und auch die Gelenke.

Der sog. Altersverschleiß ist zwar eine Erklärung für unsere Alterskrankheiten. Es ist aber hunderttausendfach dokumentiert, dass diese Krankheiten nicht unbedingt kommen müssen, auch wenn sie überaus häufig auftreten. Insofern gibt es anscheinend immer Möglichkeiten, ihnen vorzubeugen und sie damit zu vermeiden. Wir müssen nur wissen, wie wir uns zu verhalten haben, damit wir von derartigen Altersleiden möglichst verschont bleiben.

Unsere Gelenke, von denen wir in unserem Körper einige Hundert haben, funktionieren immer nach dem gleichen Muster. Sie bestehen aus zwei Knorpelflächen, die über zwei Knochenstücke gezogen und dort angewachsen sind. Die Knorpelflächen werden von einer Gelenkhülle umgeben und sind durch diese vollständig nach außen abgeschlossen. Diese Hülle oder Gelenkkapsel erzeugt ein Gleitmittel, die Gelenkflüssigkeit, damit die beiden Knorpelflächen sich nicht aneinander reiben. Das ist so ähnlich wie bei einem Türscharnier. Auch dort gibt es ein Schmiermittel für die Metallteile. Der Sinn des Schmiermittels ist bei einem Gelenk oder bei der Tür der gleiche – die beiden Teile sollen sich möglichst reibungslos gegeneinander bewegen lassen.

Der Gelenkknorpel muss auch ernährt werden, da er keine eigenen Blutgefäße besitzt. Dies geschieht über zwei Wege. Erstens wird er über den Knochen ernährt, an dem der Knorpel angewachsen ist. Denn der Knochen besitzt viele Blutgefäße. Und der zweite Ernährungsweg ist die Gelenkkapsel, die an ihrer Innenseite die Gelenkflüssigkeit, das sog. Schmiermittel ausscheidet. Diese Flüssigkeit wird bei jeder Bewegung in den Knorpel gedrückt und ernährt damit den inneren Teil des Knorpels. Deswegen sind Bewegungen für den Knorpel extrem wichtig, damit immer wieder Flüssigkeit in die Oberfläche gedrückt wird. Die am Knochen angewachsene Knorpelschicht wird, wie schon erwähnt, vom Knochen aus ernährt.

Nun sind aber sowohl der Knochen als auch die Gelenkkapsel an unseren Allgemeinstoffwechsel, die Durchblutung, das Lymphsystem usw. angeschlossen. Über diese Zusammenhänge habe ich schon sehr häufig geschrieben. Nachzulesen ist es u.a. in meinem Buch „Naturheilkunde für Jeden“. Der Gesamtstoffwechsel ernährt alle Organe und damit natürlich auch Knochen sowie Gelenkkapsel und letztlich über diese beiden Wege auch den Gelenkknorpel.

Somit ist die Grundlösung eigentlich sehr einfach: Wenn ich keinen guten und gesunden Gesamtstoffwechsel habe, dann kann ich auch keine gesunden Gelenke haben. Denn diese sind abhängig von meinem Stoffwechsel. Habe ich irgendwo ein Gelenkproblem, das nicht



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

angeboren ist oder von einer Verletzung herrührt, dann habe ich immer ein Stoffwechselproblem. Dieses Gelenkproblem kann ich dann auch nicht ursächlich durch eine Operation lösen. Denn mein Stoffwechsel bleibt auch nach der Operation derselbe wie vorher. Ich muss also mit einer ganz anderen Vorstellung an dieses Problem gehen, wenn mir irgendwo ein Gelenk weh tut oder sich nicht mehr richtig bewegen lässt.

Dazu kommt, dass der Körper automatisch seine Versorgung von Körperteilen reduziert, wenn sie nicht mehr richtig gebraucht werden. Dahinter steckt eine hohe Intelligenz, die davon ausgeht, dass man sparsam mit seinen Energien umgeht. Wir machen auch das Licht aus, wenn wir es nicht mehr brauchen, und drehen die Heizung herunter, wenn es draußen warm genug ist. Es ist das gleiche Prinzip. Wenn wir also unsere Gelenke nicht mehr richtig gebrauchen, dann werden sie auch nicht mehr optimal ernährt. Wenn dazu noch unser Stoffwechsel belastet ist durch Übersäuerung, Fremd- und Schadstoffe, dann wird die Ernährung auch des Knorpels noch schlechter. So brauchen wir uns nicht zu wundern, wenn unsere Organe anfangen zu streiken.

Kürzlich lernte ich die neuartige Schmerzbehandlung nach Liebscher und Bracht kennen, im Internet unter www.Liebscher-Bracht.com zu finden.

In dieser Lehre geht man davon aus, dass Schmerzen Warnsignale des Körpers sind, mit denen angezeigt wird, dass der Körper für irgendein Problem dringend eine Behandlung benötigt. Die sollte nicht darin bestehen, dass man ein Schmerzmedikament nimmt und damit den Schmerz betäubt. Das ist ungefähr das Gleiche, wie wenn man Alkohol zur Schmerzbetäubung benutzt. Das funktioniert auch, aber eben nur so lange, wie die Alkoholwirkung anhält. Bei Schmerzmedikamenten ist es ähnlich. Nur sind dort die Nebenwirkungen andere als beim Alkohol.

Bevor eine Gelenkoperation stattfindet, sind fast immer langwierige Schmerzperioden vorausgegangen. Diese wurden meist mit Schmerzmitteln bekämpft und dadurch gemäßigt. Es wurde damit aber nicht die Ursache behandelt, sondern nur ein Warnsignal beseitigt. Wenn irgendwo die „rote Lampe“, das Warnsignal leuchtet, dann kann man sie auch wegschalten und sieht sie damit nicht mehr. Trotzdem ist das Problem auf diese Weise nur oberflächlich, aber nicht kausal gelöst. Die Folgen eines solchen Verhaltens bekommen wir meist schnell zu spüren.

Das Gleiche passiert auch an unseren Gelenken. Die Warnsignale wurden nicht richtig gedeutet und eine unzureichende Therapie begonnen. Auf Dauer hat das aber nichts an der Ursache, der grundlegenden Stoffwechselstörung, geändert. Sondern es wurden nur einige oberflächliche Beschwerden gelindert. Das Warnsignal wurde nicht ernst genug genommen.

Es ist ja auch so bequem: Das Knie tut weh, also lass ich es operieren. Es kostet mich ja auch kein Geld. Die Solidargemeinschaft trägt alles. Der Operateur, meist ein Orthopäde, rät mir



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

oft dringend zur Operation. Denn er verdient gut daran und das Krankenhaus auch. Deswegen gibt es heute so unglaublich viele Operationsabteilungen, die auch immer größer werden, weil sie sonst den Andrang nicht schaffen.

Es ist eine ganze Operationsmaschinerie entstanden, die sich selbst wie ein „Perpetuum mobile“ in Bewegung hält. Das Motto lautet: Wir werden älter, deswegen haben wir mehr Gelenkverschleiß. Wir können und müssen operieren, damit die Lebensqualität erhöht wird. Der Stoffwechsel ist uns egal, weil wir davon nicht viel halten (das betrifft Ärzte und Patienten). Die Technik ist so phantastisch, dass alle diese Operationen problemlos durchgeführt werden können. Außerdem kostet es ja auch nichts – das ist ganz wichtig. Dafür gibt es doch die Krankenkassen. Sollen die doch bezahlen, dafür sind sie doch da und ich habe (eventuell) auch schon viel eingezahlt. Also ist es mein gutes Recht, operiert zu werden.

Der Pferdefuß kommt später: Der Stoffwechsel wurde nicht verbessert. Erst ist es eine Hüfte, dann vielleicht die nächste Hüfte. Dann der Herzinfarkt oder ein Knie. Dann der Diabetes oder der Schlaganfall. Und zuletzt Siechtum im Altersheim. Eine interessante Kette von Schicksalsschlägen? Oder eine Folge ungesunden Verhaltens?

Jeder kann sich die Antwort selbst herausuchen. Wir sind verantwortlich für alles, was wir tun und für alles, was wir nicht tun. Deswegen kann ich mich operieren und mir eine neue Hüfte, ein neues Knie oder etwas anderes einsetzen lassen. Es geht mir häufig ganz gut dabei. Und dann kommt die nächste Operation, und vielleicht auch die dritte oder eine schwere Erkrankung. Alles hängt letztlich von mir selbst ab, von meinem Tun und Lassen. Ich muss halt nur die Folgen tragen und nicht das böse Schicksal, die Gene, den Stress oder meine Umgebung dafür verantwortlich machen. Wenn ich diese Sicht auf mein Leben habe, dann bin ich vermutlich mit mir im Reinen und bin zufrieden, auch mit allen Schicksalsschlägen, die mich evtl. noch treffen werden.

Solche Menschen sehen wir immer wieder und irgendwie imponieren sie uns auch. Ich kann mir aber vorher aussuchen, ob ich auch so leben und alle Krankheiten und Operationen akzeptieren möchte. Oder ob ich mehr auf Gesundheit und Gesundheitsvorsorge setze und auch im hohen Alter noch fit und leistungsfähig sein will. **„Jeder ist seines Glückes Schmied“, heißt es im Sprichwort. Daran kann ich mich immer orientieren.**