



Arthrose-Behandlung in der Klinik am Steigerwald

Arthrosen zählen zu den degenerativen Erkrankungen des Bewegungsapparates und betreffen etwa 50 Prozent der über 65-Jährigen. Kennzeichen für Arthrosen ist der sogenannte „Anlaufschmerz“. Bewegen sich Betroffene nach längerem Ruhen, entstehen Schmerzen, die wieder abklingen, wenn sich die Gelenke „warmgelaufen“ haben. Durch dauerhafte Belastung treten jedoch häufig erneut Schmerzen auf. Damit einhergehende Mobilitätseinschränkung und Schwerfälligkeit veranlassen Patienten oft zur Schonung, statt zur Bewegung und Aktivität. Aufgrund dieses Bewegungsmangels stagnieren Durchblutung und Stoffwechsel, was wiederum Schmerzen begünstigt.

Im Folgenden stellen wir vier Sichtweisen und die daraus resultierenden Behandlungsmöglichkeiten bei degenerativen Gelenkerkrankungen vor. Die unter Punkt II bis IV aufgeführten Zusammenhänge zum Thema Arthrose finden sich auch im Therapiekonzept der Klinik am Steigerwald wieder.

I. Klassische Orthopädie

Die Orthopädie sieht vor allem druckgeschädigtes Knorpelgewebe als Hauptursache für Arthrose an: Durch einen unausgeglichene Wechsel von Be- und Entlastung unterliegt das Gelenk strukturellen Veränderungen in Form von Knorpelabbau, Bildung von Ersatzgewebe und knöchernen Umbauvorgängen, sodass am Ende ein funktionsuntüchtiges, abgenutztes und schmerzhaftes Gelenk bleibt. Übergewicht, Fehlstellungen im Gelenkbereich, angeborene Fehlbildungen, nicht richtig verheilte Knochenbrüche und Verletzungen nennt die Orthopädie als Ursachen für Knorpelschädigungen.

So segensreich eine Gelenkprothese auch sein mag, die chirurgische Orthopädie hat ihre Grenzen. Daher setzen wir uns für nicht-operative Behandlungsmöglichkeiten ein und beraten Patienten so, dass Raum für eigene Entscheidungen bleibt.

Welche Gründe sprechen gegen eine Operation?

- Ärzte leiten oft durch Röntgenbefunde Operations-Bedürftigkeit her, doch Schmerz lässt sich im Röntgenbild nicht sichtbar machen.
- Jede Operation ist mit einer Reihe von Risiken verbunden.
- Bei Gelenkersatz sehen wir häufig ein Fortbestehen der Schmerzen.

Stärkstes Argument für eine abwartende Haltung gegenüber operativen Maßnahmen stellt die Erfahrung mit der Wirksamkeit nicht-operativer Behandlungsansätze dar.

In Anlehnung an traditionelle chinesische Auffassungen stehen nachfolgend drei Kernthemen im Focus:

- Muskulatur – Regulation von Spannungsaufbau und Spannungsfluss in Haltung und Bewegung
- „Die Säfte“ – Ernährung, Versorgung und Entsorgung der Bindegewebe
- Entzündung – das Thema Immunregulation; Konzept der verschleppten Entzündung

II. Muskulatur, Spannungsregulation und -Koordination, (chinesisch: Qi)

Zugspannung, die eine Muskelkontraktion auslöst, überträgt sich als Druckspannung auf die Knorpelflächen. Fehlerhafte Spannungszustände können jedoch Gelenkschäden hervorrufen oder sie verstärken.

Drei Fehlerquellen lassen sich hier unterscheiden:

1. Die Muskulatur ist Träger guter und schlechter Angewohnheiten in Haltung und Bewegung (ergonomischer Faktor).
2. Muskeln drücken seelische Regungen aus. Emotionen können sich als muskuläre Fehlspannung festsetzen (psychomotorischer Faktor).
3. Eine pathologische Gelenkmechanik verschlimmert sich häufig durch unwillkürliche muskuläre "Panikreaktionen" (reflektorische Verstärkung).

Gelenkbelastende Spannungen der Muskulatur – auch Dystonien genannt – offenbaren sich eher den Augen und Händen des Therapeuten. Röntgenaufnahmen helfen bei der Ursachenforschung wenig. Untersuchende finden dabei häufig eine Kombination aus überspannten, verkrampften Muskelpartien und erschlafften Regionen, die ihre Haltefunktion nicht wahrnehmen. Es folgen eine übermäßige Belastung des Halteapparates und es resultieren daraus quälende Gelenkschmerzen.

Therapie

Muskelkräftigungsübungen reichen meist nicht aus. Letztlich geht es um das Wiedererlernen unbewusst ablaufender muskulärer Feinabstimmungen. Zu den angebotenen Therapiemethoden der Klinik am Steigerwald zählen unter anderem Psychotonik nach Prof. Glaser mit den Behandlungsarten Atem-Massage und Kommunikatives Bewegen, Shiatsu, Tuina, Qigong, Cranio-Sacral-Therapie, Aku-Punkt-Massage, Fuß-Reflexzonen-Massagen und klassische Krankengymnastik. Bei einigen der genannten Verfahren gehört auch Muskelkräftigung, als Teil ganzheitlicher Übungen mit vitalem Sinnbezug, zum Programm. Akupunktur soll „Qi-Blockaden lösen“ und „den Fluss des Qi“ fördern, zudem wirken ihre spannungsregulierenden Effekte schmerzstillend. Darüber hinaus spielen Einflüsse auf die Durchblutung und neurologische Effekte eine Rolle.

III. Das Blut, die Säfte (chinesisch: Xue)

Beide Richtungen, die klassische Orthopädie wie auch die physiotherapeutisch orientierten Disziplinen, beschreiben die Entstehung der Arthrose über ein belastungsmechanisches Modell. Vereinfacht gesagt: Zuviel Druck führt auf Dauer zum Gelenkverschleiß. Als vorherrschende Untersuchungsmethode dient dem einen das Röntgenbild, dem anderen die visuelle sowie abtastende Analyse von Haltung und Bewegung. Außer Acht bleibt die Rolle der Gewebebeschaffenheit. In hohem Maße abhängig von Zirkulation und Qualität der „Säfte“ können Gewebe ihre Festigkeit und Elastizität nur erhalten, wenn Ver- und Entsorgung im Gelenk funktionieren. Eine ernährungsphysiologisch schlechte Qualität von Blut und Lymphe sowie eine Ansammlung schädlicher Substanzen im Gelenkraum begünstigen Arthrosen. Naturheilkundler sprechen von "Übersäuerung" oder mit einem anderem Zungenschlag von Verschlackung – die Chinesische Medizin spricht von ausleitungspflichtigen Stoffen, die sich der körperlichen Selbstreinigung entziehen und in unterschiedlichen Formen im Körper verbleiben, das Konzept des Tan.

Nahrung und Genußmittel können die Gelenke ebenfalls in Mitleidenschaft ziehen. Auch in der Schulmedizin setzt sich die Erkenntnis durch, daß Tabakrauch und rotes Fleisch den Schädigungsprozess an den Gelenken beschleunigen. In der Klinik machen wir die Erfahrung, daß der weitestgehende Verzicht auf tierische Eiweiße, sprich vor allem von Fleisch und Wurst und ein eher vorsichtiger Verzehr von Käse und anderer milcheiweißhaltiger Milchprodukten die Therapie unterstützen.

Therapie

Zu den äußeren Verfahren, die auf die Säfte-Zirkulation einwirken, zählen Akupunktur, Schröpfen und die Blutegel-Behandlung. Das weitaus wichtigste innere Verfahren, um im Säfte-Bereich Hilfen zu geben, ist die Chinesische Arzneitherapie. Mit entsprechenden Arzneirezepturen lassen sich Blut-Stagnation und Verschlackung nachhaltig behandeln. Wir verabreichen mobilisierende Rezepturen, die abgelegte Schlackenstoffe ausleiten. Durch die

Dimension der „Säfte“ ergeben sich Zusammenhänge zwischen Funktion der Bauchorgane und der Verfassung von Gelenken und Muskeln, die das orthopädische Weltbild erweitern.

Chinesische Arzneipflanzen unterstützen die Reinigungsprozeduren mit folgenden Funktionen:

- Ausleitung von Tan
- Anregung der Durchblutung durch eine „Belebung der Säfte“,
- Bearbeitung des mit Arthrose assoziierten Kälte-Faktors durch „Erwärmung des Inneren“,
- Gelenkstrukturen befeuchten und ernähren.

IV. Das Thema Entzündung (chinesisch: Konzept der verschleppten Entzündung)

Den Entzündungsprozess in arthrotisch veränderten Gelenken nennt die Orthopädie „aktivierte Arthrose“. Warum sich ein im „Abnutzungsprozess“ befindliches Gelenk irgendwann entzündet, kann die Schulmedizin nicht erklären. Zwar gehen Vorgänge von Gewebe-Abbau mit leichter Aktivierung des Entzündungssystems einher, aber warum entstehen schmerzhafte Entzündungen nachdem das geschädigte Gelenk so lange friedlich war? Unsere Antwort lautet: Der Entzündungsimpuls sitzt schon im Körper und sucht sich als Ventil ein geschädigtes Gewebe.

Entzündungen und Verschlackung betreffen den ganzen Organismus. Durch diese Einsicht nehmen wir den zeitlichen Zusammenhang zwischen dem Auftreten eines Atemwegsinfektes und akutem Gelenkschmerz als diagnostischen Wegweiser ernst. Nicht abgeschlossene Entzündungsprozesse bleiben als verborgener Antrieb im Körper und überlagern Steuervorgänge unseres Immunsystems. Wir sehen, dass z.B. ein nicht ausgeheiltes Schnupfen Entzündungsprozesse z.B. im Bereich der Kniegelenke hervorrufen oder verstärken kann.

Therapie

Nach dem Konzept der verschleppten Entzündung zu verfahren, bedarf geduldiger therapeutischer Arbeit mittels chinesischer Arzneitherapie. Ihr Ziel: Die ursprüngliche Entwicklung vom Atemwegsinfekt zum Gelenkschmerz stoppen, die Entwicklungsrichtung umdrehen und alte Infekte wieder aufleben lassen. Wenn nach einem produktiven Schnupfen oder einem Husten mit viel Schleimauswurf die Gelenkschmerzen nachlassen, ist ein Etappenziel der Therapie erreicht. Eine intensive und geduldige Aufklärung des Patienten ist unverzichtbar. Er muss lernen, dass Atemwegsinfekte Reinigungs-Stationen des Immunsystems darstellen und diese ernst nehmen. Erst wenn der Patient bei akuten Infekten ausschließlich mit Schnupfen oder Husten reagiert und kaum oder keine Schmerzen in den Gelenken bekommt, ist der Krankheitsdruck aus verschleppten Entzündungen gebändigt.

Hinweis zum Medikamentenumgang

Alle Rheumamittel und seine Abkömmlinge sowie Schlafmittel haben in der Dauertherapie die Tendenz, Erkrankungen zu zementieren. Zwar setzt die Klinik am Steigerwald sie als manchmal unverzichtbare Notfallmittel ein, eine nachhaltige Besserung lässt sich jedoch am ehesten erzielen, wenn es gelingt, diese Mittel ausschleichend abzusetzen.

Nähere Informationen erhalten Sie unter www.tcmklinik.de.