

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Knieschmerzen

F: Seit längerem habe ich Schmerzen im Knie. Mir wurde gesagt, dass es eine Arthrose sei und man außer Tabletten und Gymnastik nicht viel machen könne. Gibt es da nicht doch Möglichkeiten?

A: Da braucht es noch etwas mehr Informationen. Wann treten die Beschwerden auf, nehmen sie beim Gehen und Belasten zu?

F: Nein, eigentlich mehr nachts im Bett und am Morgen. Wenn ich dann mehr gehe, wird es eher leichter. Was sagt das aus?

A: Das spricht eher dafür, dass sich zwar auf dem Röntgenbild ein Verschleiß zeigt, dieser aber nicht im Vordergrund der Beschwerden steht. Denn ansonsten müßte es in Ruhe leichter sein.

F: Was kann es dann sein?

A: Ein Stau im Lymphsystem oder etwas Muskuläres, eventuell im Zusammenhang mit der Wirbelsäule. Da tut dann oft Bewegung gut, weil mehr Fluss entsteht.

F: Das passt, einige Zeit vorher hatte ich auch öfters Kreuzschmerzen. Wieso ist es denn nur auf einer Seite?

A: Eine gute Frage. Bei Beschwerden im Bereich der Arme denkt man ja oft an Überlastung, weil man z.B. Rechtshänder ist, aber bei den Beinen ist die Belastung ja gleichmäßig. Auch das spricht für eine „Schieflage“ im Bereich von Wirbelsäule und Becken. Das rechte Knie steht manchmal im Zusammenhang mit der Leber. Die alten Chinesen sagten auch, dass die Kombination aus Kreuz- und Knieschmerzen ein Hinweis ist, dass der Mensch erschöpft ist – heute würden wir sagen „der Akku ist leer“.

F: Die Leber entgiftet den Körper, stimmt das? Und das Lymphsystem?

A: Wird auch die Müllabfuhr des Bindegewebes genannt und ist heute ganz oft überlastet. Die Leber entgiftet nicht nur, sondern hat auch andere Aufgaben – zum Beispiel werden dort Hormone abgebaut. Vielleicht ist das der Grund, warum gerade in der Zeit der Wechseljahre vermehrt Gelenkbeschwerden auftreten.

F: Wie sind die Tabletten einzuschätzen? Sie sollen entzündungshemmend wirken.

A: Wirkstoffe wie Diclofenac oder Ibuprofen hemmen die Bildung des Gewebehormons Prostaglandin und vermindern so häufig Schmerz und Entzündung, allerdings nur im Sinne der Unterdrückung, nicht der Heilung. Sie greifen oft den Magen an, lösen Allergien aus, erhöhen den Blutdruck und haben gerade bei einer Arthrose den großen Nachteil, dass sie die Ernährung des Knorpels verschlechtern. Also auf die Dauer lieber die Ursachen klären und behandeln.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 08072 | 2825
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie