



Würden die Heiligen Drei Könige heute leben, so würden sie dem Jesuskind möglicherweise Cortison mitbringen, damit es sich in dem zugigen Stall in seiner Krippe kein Rheuma holt. Glücklicherweise lebten sie schon vor über 2000 Jahren, und so brachten sie ihm laut Überlieferung Weihrauch und Myrrhe. Sie erinnern uns dadurch an uraltes Heilwissen aus Asien, das bis heute seine Berechtigung hat.

Weihrauch und Myrrhe gegen Rheuma

... und das nicht nur zur Weihnachtszeit

Ingfried Hobert

Unter „Rheuma“ fassen wir mehrere Dutzend verschiedene Erkrankungen zusammen, die durch Entzündungen am Bewegungsapparat hervorgerufen werden. Rheumatische Erkrankungen betreffen nicht nur „harte“ Strukturen, wie Knochen, Gelenke oder Knorpel, sondern befallen auch „weiche“ Gewebe, z.B. Muskeln, Bänder oder Sehnen. Unter den Sammelbegriff fallen zum Beispiel Erkrankungen wie die Fibromyalgie als eine häufige Form der sogenannten „Weichteilrheumas“ als auch Arthrose, Gicht und Lupus erythematodes. Typisch sind schmerz-

hafte Bewegungseinschränkungen aller Art, morgendliche Steifigkeit und Ruheschmerzen.

Unter allen rheumatischen Krankheitsformen ist die rheumatoide Arthritis, auch chronische Polyarthritits genannt, die häufigste chronische Gelenkentzündung. Weltweit sind 0,5 bis 1 Prozent der Bevölkerung davon betroffen, in Deutschland sind es laut der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie rund 530.000 Menschen. Frauen erkranken etwa doppelt so häufig wie Männer. Bei beiden Geschlechtern tritt die Krankheit häufiger in der zweiten Lebenshälfte auf, wo-

bei auch bereits Kinder oder jüngere Erwachsene betroffen sind.

Bei einer rheumatoiden Arthritis entzündet sich die Innenhaut von Gelenken, Sehnenscheiden und Schleimbeuteln. Die Krankheit ist nur schwer heilbar. Konventionelle Medikamente wie Cortison oder MTX gehen meist mit starken Nebenwirkungen einher, sodass viele Patienten bereits nach wenigen Wochen deren Einnahme verweigern. Sie stehen dann vor der Frage, welche Alternativen es gibt.

Werden rheumatische Erkrankungen in einem frühen Stadium erkannt, kann die fortschreitende

Tripterygium wilfordii



Gelenkentzündung und -zerstörung gestoppt oder verlangsamt werden. Dies geschieht, indem zunächst günstige Rahmenbedingungen geschaffen werden, unter denen Heilungsprozesse besser ablaufen können. Zusätzlich kann mit hochdosierten Naturmedizin-Rezepturen, die sich in vielen Teilen unserer Erde seit Hunderten von Jahren bewährt haben, auf die Entzündungsprozesse Einfluss genommen und dadurch das Beschwerdebild deutlich reduziert werden.

Rheuma ganzheitlich therapieren

Eine regelmäßige Physiotherapie und Ergotherapie ist neben der Ernährungsumstellung wichtigster Teil der Behandlung, weil die Übungen dabei helfen, die Gelenke beweglich zu halten und Muskeln aufzubauen. Viele Patienten profitieren außerdem von einer physikalischen Therapie, also dem Einsatz von Wärme-, Kälte- oder Elektrotherapie.

Yoga und Qi Gong oder Taiji-Praktiken, die täglich zu bestimmten Zeiten ausgeführt werden, ergänzen in wichtiger Weise die bewussten Bewegungsabläufe.

Eine spezielle Ernährung mit striktem Verzicht auf tierische Produkte (auch Milch) ist, so zeigen moderne Studien, unumgänglich, um die Krankheit nachhaltig zurückzudrängen.

Es folgen Beispiele für hochdosierte Naturmedizin-Rezepturen, die in verschiedenen Kulturen unserer Erde eine lange Tradition haben:

Ethno Rheuma Komplex

Schmerzlinderung und Entzündungseindämmung sollen mit dieser Kräuterrezeptur erreicht werden. Im Mittelpunkt stehen *Tripterygium wilfordii* und Guggul, ein Myrrharz. Beide werden in der indischen Medizin heute offiziell als Rheumamittel eingesetzt.

Die Rheuma-Komplex-Rezeptur enthält im Einzelnen:

- Extrakt aus *Tripterygium wilfordii* schnitt besser ab als MTX.¹ Dank des enthaltenen Triptolidis wirkt die Heilpflanze erwiesenermaßen entzündungshemmend, da es die lipopolysaccharid-induzierte Prostaglandinsynthese aufhält.

- **Myrrharz-Extrakt** (Guggul) enthält Guggulsterone und Guggulipide, außerdem ist das Triterpen Myrrhanol enthalten. Myrrharz wirkt entzündungshemmend und lässt steife Gelenke beweglicher werden.
- **Weihrauch-Extrakt** (aus *Boswellia serrata*) verfügt über 65% Boswellinsäure, einen Lipoxygenase-Hemmer, der eine hohe Selektivität, große Effizienz und Nebenwirkungsarmut aufweist.
- **Kurkuma-Extrakt** beinhaltet 95% Kurkumin, welches eine entzündungshemmende Wirkung entfaltet, da es die Synthese der proentzündlichen Prostaglandine hemmt.
- **Brennnesselblatt-Extrakt** enthält 2% Kieselsäure. Silizium als Hauptelement der knochenbildenden Zellen ist in der Rheumatherapie unabdingbar, da es das Knochengewebe bei der Regeneration unterstützt.
- **Weidenrinden-Extrakt** (aus *Salicis cortex*) hat als aktiven Wirkstoff vor allem Salicylsäure, die die Entstehung entzündungsfördernder Prostaglandine hemmt.
- **Hericium-Fruchtkörperextrakt** beinhaltet 30% Polysaccharide, welche sich auf die Entwicklung von Nervenzellen auswirken. Der Vitalpilz wird daher unter anderem bei auftretenden Nervenschmerzen eingesetzt.

Indikation: Die Rezeptur entfaltet bei allen schmerzhaften Erkrankungen von Gelenken, Muskeln, Sehnen, Kapseln und Weichteilstrukturen erstaunliche Wirkung.
Einnahme: 2x1 Kps. tgl.

Engelwurz-Wurzel-Rezeptur (Cythula 12)

Eine ähnliche Wirkung birgt die alte TCM-Rezeptur Shen tong zhu yu tang, die Engelwurz-Wurzel-Rezeptur (Cythula 12). Es handelt sich um eine stark wirksame traditionelle Rezeptur des chinesischen Meisters Wang Qingren gegen chronische Körperschmerzen und unterschiedlichste Dysbalancen im Bewegungsapparat. Sie löst Faszienverklebungen, aktiviert das Blut, wandelt Stase, befreit die Leitbahnen und Gefäße und

löst Bi-Syndrom. Damit wirkt sie vitalisierend, schmerzlindernd und fördert die Beweglichkeit in den Gelenken.

Inhaltsstoffe der Rezeptur Cythula 12 sind:

Chinesisches Hasenohr



- Hauptpflanze: *Bupleuri radix* – Chinesisches Hasenohr (Wurzel), *Bupleurum chinense* DC
- *Chinesische-Engelwurz-Wurzel-Extrakt* 10:1
- *Wilde-Safranblüte-Extrakt* 4:1

¹ Clinical an epidemiological reserch extended Report: Comparison of Tripterygium with metatrexat - Deutsches Ärzteblatt 15.4.2014