Ernährung bei Rheumatismus

- Verzicht
  - Zucker, Süssgetränke
  - Denaturiertes Getreide, Reis
  - Fleisch, Wurst, Fisch, Geräuchtes
  - Alkohol
  - fast food

Ernährung bei Rheumatismus

Schule für klassische Homöopathie Zürich

- **Frischkosten mit hohem Rohkostanteil - BIO**
- Früchte, Gemüse
- Trockenfrüchte (ungeschwefelt)
- Nüsse, Vollkorn, Kartoffeln
- Vollreis, Quinoa, Amaranth, Mais, Linsen, Bohnen
- Salate, Wildkräuter
- Soja, Tofu
- Chia-Samen
- Wasser, Frucht- und Gemüsesäfte (frisch), Smoothie
- Mandelpüree, Sesammus

Ernährung bei Rheumatismus

Schule für klassische Homöopathie Zürich

- **Iss roh, dann wirst du froh**
- **Iss kalt, dann wirst du alt!**

Ernährung bei Rheumatismus

Schule für klassische Homöopathie Zürich

Ernährung bei Rheumatismus

Untersuchung Darmschleimhaut:

- Nach jeder Aufnahme gekochter Nahrung und v.a. tierischer Nahrung wandern Leukozyten in Darmschleimhaut aus = **Verdauungsleukozytose**
- **Pflanzliche Rohkost → keine Leukozytose**
- Je stärker die Denaturierung, umso stärker die Leukozytose v.a. durch tierische EW

Ernährung bei Rheumatismus

Schule für klassische Homöopathie Zürich

Tierisches EW → Darmfäulnis → verhindert Wachstum physiologischer Bakterien → Überwucherung mit kranken Fäulnis verursachenden Bakterien

- → Nahrungsallergie (leaky-gut Syndrom - geschädigte Darm-SH)
- → Allergien, Vergiftungen mit Fäulnisgiften, Candida
- → Leber wird überfordert, geschädigt
- → Galle leidet an Qualität
- → Teufelskreis – Darm– Leber
- → Geschädigter Darm wird zum Krankheitsherd (Störfeld)
- → Rohe pflanzliche Frischkost die einzige sehr zuverlässige hochwirksame Therapie
- → Grundvoraussetzung für Heilung aller rheumatischen K.

Ernährung bei Rheumatismus

Fleisch verursacht:

- Müdigkeit
- Temperaturerhöhung
- Leukozytose
- Viskosität des Blutes
- Vermindert Alkalität des Blutes
- u.a.m.

Ernährung bei Rheumatismus

- Diphtherpie-Epidemien Berlin 1912 vor dem sog. «Zellerhaus», indem arme Trinkerkinder vegetarisch erzogen wurden, Halt machte.

- Buchingers Kinder Diphtherie – sehr schwache Form

Ernährung bei Rheumatismus

Schule für klassische Homöopathie Zürich

Arachidonsäure und Entzündung

- Arachidonsäure mehrfach ungesättigte FS, v.a. tierische Fette, Fleisch, Wurstwaren, Eier usw.)
- führt zur Bildung bestimmter Eikkosanoide, die u.a. bei der Auslösung von Gelenkentzündungen eine grosse Rolle spielen.
- Fasten und Diätformen, die arm an tierischen Nahrungsmitteln sind, können erhöhten Arachidonsäurespiegel senken und damit die Entzündungsaktivität bei rheumatischen Erkrankungen vermindern.

Entzündungshemmung durch Omega-3-Fettsäuren

- Vorkommen: Pflanzenöle (alpha-Linolensäure), Leinsamen, Chinasamen, Kaltwasserfische, Meerestiere
- blockieren den entzündungsauslösenden bzw. verstärkenden Effekt der Arachidonsäure.

Ernährung bei Rheumatismus

Schule für klassische Homöopathie Zürich

Vitamin C und E: Schutz vor freien Radikalen

- Im Verlauf von rheumatischen Entzündungen entstehen grosse Mengen Sauerstoffradikale (aggressive Stoffwechselzwischen-produkte, die Zellen und Gewebe angreifen) und verstärken Entzündungsprozess im betroffenen Gelenk.
- Schutz durch körpereigenn Enzyme v.a. die von aussen zugeführten Antoxidantien (Vitamin C, E, beta-Carotin u.a.).
- Vitamin E beeinflusst darüber hinaus den Stoffwechsel der Arachidonsäure und verhindert Anstieg verschiedener entzündungsauslösender Stoffe (bestimmter Zytokine) und wirkt damit über immunologische Faktoren der Entzündung entgegen.
- Vit. B12

Ernährung bei Rheumatismus

Vitamin B12

Methylcobalamin

höhere Bioverfügbarkeit
als Cyanocobalamin

Zu beziehen via Internet oder bei:

http://www.aemisegger-apotheke.ch/

AEMISEGGER
APOTHEKE · DROGERIE · PARFÜMERIE

Fall 3

Morbus Sudeck

Schule für klassische Homöopathie Zürich

- CRPS (**C**omplex **R**egional **P**ain **S**yndrome - komplexes regionales Schmerzsyndrom).
- Distale Radiusfrakturen. Frauen sind häufiger betroffen, v.a. in den Wechseljahren. Häufigste Fraktur – 25% aller Frakturen – Speiche nahe beim Handgelenk
- Nach Traumen, Ops oder Entzündungen Dystrophy und Atrophie, Inaktivitätsatrophie
- Entzündliche Erkrankung des Bindegewebes
- Typisch beim M. Sudeck sind nach Ablauf des Heilungsprozesses der Verletzung wiederauftretende Schmerzen, Ödeme, Bewegungs-störungen, Hautveränderungen sowie Temperaturdifferenzen am ehemals verletzten Körperteil. Im schlimmsten Fall totaler Funktionsverlust der betroffenen Extremität.

Fall 3
Morbus Sudeck

Schule für klassische Homöopathie Zürich

Ursache

- Mangelernährung
- Stoffwechselstörung
- Störung Blutversorgung
- hormonelle Veränderung
- Alterserscheinung
- Überbelastung
- Alkohol
- Glucocorticoide
- psychische Faktoren, wie Stress, Belastung, Depression oder Lebenskrisen durch Tod oder Scheidung

Fall 3

Morbus Sudeck

Schule für klassische Homöopathie Zürich

3 Stadien:

- I: Entzündung mit Schwellung, Überwärmung, Rötung
- II: Durchblutungs-/Ernährungsstörung mit Abkühlung
- III: Atrophie

Symptome:

- Sz Ruhe-, Bewegung, Nachtschmerzen
- Haut: starke Ödeme, Überwärmung – Unterkühlung
- Gelenksschwellung, Beweglichkeit stark eingeschränkt.

Fall 3
Morbus Sudeck

Schule für klassische Homöopathie Zürich

- Fortgeschrittener Verlauf
- Muskelatrophie
- Hautatrophie – glatt, glänzend, schlecht verschiebbar
- Gelenkversteifungen
- Lokale Unterkühlung
- Osteoporose

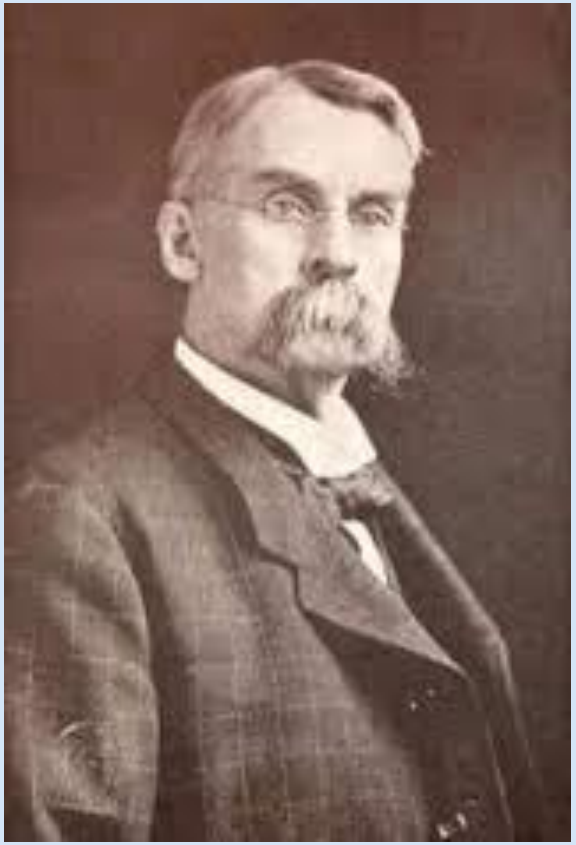
Fall 3
Morbus Sudeck

Schule für klassische Homöopathie Zürich

Therapie:

- Rasch möglichst
- Beweglichkeit erhöhen
- Geduld!
- Verlauf schwer beeinflussbar
- Grosse seelische Belastung durch Schmerzen
- Antirheumatika, Opiate
- Antidepressiva
- Sympatikusblockade mittels Anästhesie
- Epiduralanästhesie (EDA)
- Spinalanästhesie
- Physio

James Tyler Kent

Schule für klassische Homöopathie Zürich

31.3.1849 – 5.6.1916