

Populärwissenschaftliches Buch zum Thema „Arthrosetherapie“:

Dr. Jason Theodosakis (amerik. Orthopäde) „Die Arthrose-Kur – Endlich ist Heilung möglich“  
ISBN: 3-442-16123-1 (Preis: 8 €, ohne Versandkosten)

[http://buchbote.de/Buch\\_Fachbücher/Die\\_Arthrose-Kur/Jason\\_Theodosakis/GOLDMANN/ISBN9783442161232/R/UXXXKXHXQH/](http://buchbote.de/Buch_Fachbücher/Die_Arthrose-Kur/Jason_Theodosakis/GOLDMANN/ISBN9783442161232/R/UXXXKXHXQH/)

Anmerkungen:

1. Der Titel „Kur“ ist meines Erachtens irreführend. Eine Kur ist immer etwas zeitlich Befristetes. Das könnte man höchstens auf die Anfangsphase der Therapie anwenden. Wenn man bis zum Eintritt erster Erfolge (z.B. wesentliche Schmerzlinderung) eine höhere Dosis (z.B. 2 - 1 -2 Tabletten = 2500 mg Glucosamin) einnimmt und anschließend auf die normale Dosis von 1500 mg bis zur Beschwerdefreiheit zurückgeht.

Die prophylaktische Dosis von 700 – 1000 mg zur Knorpelerhaltung ist dann aber ständig bis zum Lebensende erforderlich, genau so wie ich jeden Tag über Obst und Gemüse Vitamin C aufnehmen muss. Den Ausgleich des Mangels kann der Körper auch nach der „Kur“ nicht mehr selbst vornehmen.

Andererseits könnte man es von „auskurieren“ im Sinne von „heilen“ definieren, was aber auch zeitlich befristet ist. Nach der Wiederherstellung der Gelenke betreibe ich damit keine weitere „Heilung/Kur“, sondern eine kontinuierliche Erhaltung.

2. Die Empfehlung auf Seite 8, den Hausarzt (Orthopäden) vor Beginn der Selbstbehandlung mit den beiden Substanzen zu konsultieren, ist in Deutschland kaum realistisch. Die meisten Orthopäden sind bei diesem Thema desinteressiert oder ablehnend. Ich habe bisher noch keinen gefunden, der diese schonende und langfristig wirkende Methode vorbehaltlos unterstützt. Im Endeffekt muss also jeder für sich selbst entscheiden, ob er das auf der Grundlage der bisherigen ärztlichen Diagnosen anwendet oder nicht. Ich kann es nur jedem empfehlen, auch wenn es nicht bei jedem zur völligen Wiederherstellung führt. Eines ist jedoch sicher, je früher ich bei beginnenden Beschwerden im Bewegungs- und Stützapparat mit dieser Behandlung anfangen, desto größer sind die Chancen für die völlige Wiederherstellung der vollen und schmerzfreien Beweglichkeit.

Die beste Ausgangsbasis ist die prophylaktische Anwendung zu Beginn der 40-er Lebensjahre, bevor überhaupt Beschwerden an den Gelenken oder Bandscheiben auftreten. Bei früherem Eintritt von regelmäßigen Beschwerden natürlich dann auch eher.

Es ist unbestritten, dass der menschliche Körper ab 40-stem Lebensjahr (+/-) beide Substanzen nicht mehr selbst ausreichend synthetisieren kann und damit auf Verschleiß fährt.

Bernd Michael  
Bestensee

