

## Glucosamin. Nur Deutschland so süß.

Wer den Aminosucker Glucosamin in Deutschland bewegen mag, der sollte gelenkig sein. Schliesslich gibt es viele Biegungen, die gerade das Land von Gartenzweig und Sockelmentalität beglücken. Angefangen von gelenksteifer Bürokratie, bis hin zu Aminosuckerparties ist viel drin, was Deutsche Frankreich & frei sein lässt. Frankreich? Nun, im Land des Essens heisst 's ja auch [10parjour.net](http://10parjour.net), die Banane biegen, während züchtigen Deutschen nur [5amtag.de](http://5amtag.de) Tanzbein empfohlen wird, dafür aber um so mehr Chemie. Kein Wunder, da die wirklichen Party- und Parteienstifter in Deutschland ja aus einer Branche kommen, die Konkurrenz zu Obstbauer und Fleischer ist. Und Ernährung ist für Deutsche eh eine Sache, für die manche erst bezahlt werden müssten.

### Ärztliche Glucosaminempfehlungen

Ärzte empfehlen meist hochdosierte Varianten von Glucosamin, die apotheken-, empfehlungs-, und verschreibungspflichtig sind. Viele, die schon in Prävention denken, verurteilen Ärzte oftmals als schulmedizinisch, wenig Zeit für Patientenfragen und die eigentlichen Gründe für Rückenbeschwerden zu haben. Dabei haben sie es schwer, an die richtigen Informationen zu gelangen, um Patienten wirklich von grund auf zu helfen, nicht nur ein gutes Glucosaminpräparat zu empfehlen, sondern auch die Gründe, Inflexibilität erst gar nicht aufkommen zu lassen. Oftmals sind sie angewiesen auf statisches Wissen, welches im Physikum nur fakultativ oder in zeitteuren Fortbildungsveranstaltungen erworben werden kann. So kommt es, dass viele Ärzte Glucosamin entweder gar nicht empfehlen, weil sie es als "Ernährungsmedizin a la Oma Margarethe" abtun, die nicht so stark ist, wie eine Operation. Oder sie sind von Orthomolekularmedizin mit Glucosamin überzeugt und übertragen ihr Wissen von Hochdosierung auch auf Glucosamin.

### Folgen isolierter "Führermentalität"

Die Folge ist, dass oftmals überhohe Dosen von Glucosamin und des dazu kombinierten Salzes Chondroitinsulfats empfohlen werden. Aufgrund der wenigen Möglichkeiten, sich Wissen zum natürlichen Stoff Glucosamin anzueignen, wird hier oftmals isoliert empfohlen, ohne den Gesamtzusammenhang zu betrachten. Kein Wunder, denn Pharmareferenten, die wiederum den Entscheidungsprozess von Ärzten beeinflussen, haben Glucosamin entweder nur im Auto, statt im Koffer, oder empfehlen es erst gar nicht. Und wenn ein Arzt nach Glucosamin fragt, dann wird oftmals versucht, mit hohen Dosierungen das auszugleichen, was Folgekosten wären, die durch nicht empfohlene Schmerzmittel bei Gelenkbeschwerden verloren gehen. Dieses Wirkgeflecht ist seit zahlreicher Aktivitäten der Pharmabranche, mit Wurzeln aus den 40er Jahren stark perfektioniert worden. Ein Patient kann die Zusammenhänge nicht durchschauen und Ärzte sind ausführende Hand der entwickelnden Strukturen.

### Ansatz Bioverfügbarkeit bei Glucosaminpräparaten

Statt hochdosierte Vitamine, hochdosiertes Glucosamin oder Chondroitinsulfat zu empfehlen, fahren Ärzte besser, wenn sie Wissen aus der Enzymforschung und von Hippokrates anwenden. Demnach heisst es, *"nicht die Medikamente sollen Deine Ernährung sein, sondern die Ernährung Deine Medizin"*. Auf Glucosamin übertragen wäre es daher natürlich am besten, Ärzte würden empfehlen, dem Körper wieder die Ernährung geben zu lassen, die es bis zur Entwicklung der "Zivilisationskost" gab. Auf Glucosamin

übertragen heisst das grob gesagt, "Grieben, Gräten, Knorpel kauen". Doch welche zivilisierte Bürger ernährt sich heutzutage noch nach den Prinzipien der Steinzeiterernährung? Kaum einer kann aus Zeitgründen, und oftmals auch aus Geschmacksgründen so ernähren, dass man Früchte enzymfrisch vom Baum, Fisch und Fleisch am besten Roh und Rohkost statt "Fieberkost" zu sich nimmt. Natürlich ist bekannt, dass über 40 Grad erhitzte Kost letztlich Freie Radikale erzeugt, und vom Körper nicht so lebendig verstoffwechselt werden kann, wie Frischkost. Doch wer in der heutigen Gesellschaft ernährt sich noch vom Wald? Moderne Ansätze sind gefragt, die dem Menschen helfen, diese Ursprünglichkeit wieder zurückzuerlangen und dabei gleichzeitig bequem sind. moderne Glucosaminforschung hat daher Konzepte entwickelt, dem Körper zu helfen, Glucosamine aus der Nahrung wieder zu verstoffwechseln, anstatt sie isoliert zu verabreichen.

### **Qualitätsbewusstsein gerade in Deutschland verbreitet**

Gerade in Deutschland findet man bei diesem Ansatz gutes Gehör. Menschen wissen, dass "Druck", genauso wie "Hohe Dosierung" nicht nachhaltig sein können, was bei Deutschen vielleicht aus der geschichtlichen Erfahrung eines Krieges rührt. Dieser Ansatz ist es, den immer mehr Ärzte empfehlen und nachhaltig eher die Frage der Bioverfügbarkeit bei Nahrung stellen. Natürlich ist von den Urhebern der damit verbundenen Industrie, die in der chemisch synthetischen Branche wurzeln dieser Ansatz eher noch nicht verbreitet, weil sich Enzymkost, Rohkost und natürliche Wirkstoffkombinationen nicht so gut vermarkten lassen, wie isolierte Generika und stete Fortentwicklung von immer synthetischeren Schmerzmitteln bei Gelenkbeschwerden, oder gar Fortentwicklung künstlicher Hüftgelenke. Diesen Zwiespalt können am besten Patienten umgehen, wenn sie privat versichert sind, und ihren Arzt statt künstlichem Hüftgelenk Empfehlungen für gute nachhaltige Glucosaminpräparate geben lassen. Gute und auf Enzymen und Bioverfügbarkeit basierende Glucosaminpräparate sind nur in Privatleistung beziehbar, was wohl damit einhergeht, dass Kassenpolitik andere Ernährer hat, als Ernährungsberater. Genau aus diesem Wissen lässt sich jedoch viel positives ziehen. Immer mehr Menschen erkennen für sich die Zusammenhänge, wie Gesundheitspolitik private geistige "Gelenkigkeit" erzeugt und gehen hier neue Wege.