

Thema: Kniearthrose durch Erbmassenfehler?

Link: <http://www.amedo.de/group/topics/show/67760-kniearthrose-durch-erbmassenfehler>

von [anjamaus](#) ♀

Hallo Zusammen.

Ich bin 35 Jahre alt, aber meine Kniee sind schon 80 Jahre, so sagte der Arzt mir das letzte Woche. Ich bin sehr geschockt, vor allem weil es nicht operabel sein soll.

Da ich nun schon seit 2 Jahren im Rolli sitze und eigentlich grad wieder auf dem Weg der Besserung ist es für mich doppelt hart das zu akzeptieren. Soll ich wirklich nicht mehr halbwegs normal gehen können?

Ich erwarte ja keine Wunder, aber die Medizin ist heute soweit aber bei solch brennenden Sachen wohl immer noch nicht weit genug.

Vielleicht habt ihr ein paar Tips für mich, denn mir geht es grad gar nicht gut mit der Diagnose. Vielleicht gibt es jemanden bei dem es ähnlich schlimm ist und auch vererbt. Aber auch über alles anderen Infos bin ich sehr dankbar.

Ig anja

von [bermibs](#) ♂

Hallo Anjamaus,

Deine einleitende Frage würde ich mit grundsätzlich nein beantworten. Das würde die Ursachen von Arthrose in den Bereich des Objektiven, Unabänderlichen verschieben. Nach meiner Auffassung sind aber die Ursachen für Arthrose überwiegend subjektiver Art, also durch jeden Betroffenen beeinflussbar.

Mit beginnender Arthrose und Bandscheibenverschleiß habe ich auch Erfahrungen gesammelt und persönliche Konsequenzen gezogen. Ich habe mich nicht auf die Aussagen von Ärzten verlassen und schon gar nicht auf Schicksal und der Gleichen.

Entscheidend für den Zustand unserer Gelenke und auch der Bandscheiben ist unsere Ernährung und Lebensweise. Nur über die Ernährung kann ich die Nährstoffe aufnehmen, die mein Körper zum Erhalt des Gelenkknorpels benötigt. Und durch die Lebensweise, insbesondere durch entsprechende Bewegung, versetze ich den Körper in die Lage, die Nährstoffe auch in die Gelenke zu transportieren.

Bei unserer heutigen Industrienahrung ist ein Nährstoffmangel vorprogrammiert und zudem ist sie mit Schadstoffen belastet, die den menschlichen Knorpel zusätzlich schädigen. So zum Beispiel die Arachidonsäure im Schweinefleisch, die Knorpel zerstört.

Deshalb sollte unsere Nahrung überwiegend vegetarisch und naturbelassen sein, also wenig Verarbeitung geschweige denn Erhitzen. Das Beste ist ein Rückbesinnen auf die Natur.

Zusätzlich lassen sich fehlende Mikronährstoffe, insbesondere die Knorpelnährstoffe Glucosamin, Chondroitin und Collagen, durch entsprechende Supplemente ausgleichen.

Damit habe ich innerhalb eines Jahres meine Beschwerden in den Knien und der LWS beseitigt.

Hier noch etwas Material zum Nachlesen:

Arthrose.cc-Newsletter

[Neue Wege bei Arthrose und Schmerzen](#)
[Handbuch Nähr- und Vitalstoffe](#) (Seiten 205 - 211)

LG bermibs

von [anjamaus](#) ♀

Hallo bermibs.
Vielen Dank für deine Antwort.

Das mit dem Erbmassenfehler,war halt die Auskunft des Arztes.

Und keine Frage hast du recht,das unsere Ernährung oft falsch ist und dadurch auch die Gelenke,Knorpel,ect angegriffen werden.

Hab es auch über ein Jahr mit aufbaupräperaten versucht,um die Arthrose noch irgendwie aufzu halten oder zu stoppen,da wusste ich auch noch nicht das sie im letzten stadion ist.

Die Röntgenbilder Lügen nicht,und was ich da gesehen habe,das war ein echter schock.

Vor allem weil ich ja nun eigentlich auf dem weg war wieder zu versuchen zu gehen,funktioniert mit den Knieen aber nicht so wirklich.

Und mittlerweile hab ich auch rausgefunden,das es in meienr Familie Väterlicherseits wohl doch eine stärkere Form der Arhtose gab,aber bei keinem so ausgeprägt wie bei mir.

Nun hoffe ich das ich vielleicht einen Arzt oder Klinik finde die viel Erfahrung damit haben.

lg anja