

die Injektion von Orthokin, einem aus dem eigenen Blut hergestellten entzündungshemmenden Mittel. Letzteres wird allerdings von den gesetzlichen Krankenkassen (noch) nicht bezahlt.

Mit der wiederholten Injektion von Hyaluronsäure ins Gelenk stellen die Zusammensetzung der Gelenkflüssig-

**Auszug aus dem Artikel
"Arthrose richtig behandeln"
der Zeitschrift
"ORTHOpress" 2/2008**

keit wieder normalisiert werden, auch dies keine Kassenleistung. Manche Ärzte

haben eine gute Erfahrung gemacht mit der Injektion homöopathischer Präparate in oder um das betroffene Gelenk herum.

6. Nahrungsergänzung

Mittlerweile werden eine Vielzahl von Nahrungsergänzungsmitteln, zum Teil sehr reißerisch, zur Behandlung der Arthrose angeboten. Ihnen allen gemeinsam ist, dass es – außer Erfahrungsberichten – bisher keine aussagefähigen wissenschaftlich exakten Untersuchungen zum Nachweis ihrer Wirksamkeit gibt. Das heißt, ob sie wirken oder nicht, darüber kann man schlicht und ergreifend nichts sagen, es sei denn, man hat es am eigenen Leibe ausprobiert oder verlässt sich auf die Aussagen der Anbieter. Eine Ausnahme bilden vielleicht Glucosamin und Chondroitin. Bei diesen als Knorpelschutz geltenden Stoffen scheint sich in Studien eine statistisch gesicherte Wirksamkeit abzuzeichnen. Allerdings sollte hoch genug dosiert werden. Eine Tagesdosis von 1500 mg Glucosamin bzw. 1200 mg Chondroitin wird empfohlen.