

Von: Bernd Michael [bermi-29@gmx.de]

Gesendet: Mittwoch, 3. Februar 2010 18:50

An: 'karin.buettner-janz@vivantes.de'

Betreff: Beilage Berliner Kurier vom 02.02.2010 - "Arthrose - So bleiben die Gelenke jung"

Hallo Frau Prof. Dr. Büttner-Janz,

mir ist heute die Beilage des Berliner Kurier zum Thema „Arthrose - So bleiben ihre Gelenke jung“ in die Hände gefallen. Dabei fand ich Ihre beruflichen Angaben.

Als gelerntem DDR-Bürger (Jahrgang 54) ist mir Ihr Name noch ein Begriff aus den Zeiten des Leistungssports. Damals war ich jedoch eher am Fernseher als selbst aktiv. Das hat sich mittlerweile stark geändert.

Auf Grund von persönlichen Erfahrungen mit Beschwerden (Knie/Meniskus) und Lendenwirbelsäule (L4/L5) Anfang der 90er Jahre habe ich meine Lebensweise völlig umgestaltet. Alles was so bekannt ist und auch propagiert wird (auch in der Beilage): Gesunde Ernährung, überwiegend vegetarisch und reichlich Bewegung/leichter Sport.

Damit allein habe ich bei mir jedoch nicht den Durchbruch erzielt. Nach umfangreichen Recherchen habe ich zu Beginn des Jahres 2007 begonnen, die Knorpelsubstanzen Glucosamin und Chondroitin in therapeutischen Mengen (ab 1.500 mg Glucosamin aufwärts, kombiniert mit Chondroitin und Collagen) als Nahrungsergänzung einzunehmen. Nach rund einem Jahr war ich in beiden Problemzonen beschwerdefrei.

Mir ist durchaus bekannt, dass diese Bio-Substanzen bei fortgeschrittener Arthrose (Grad 3 und 4) kaum bis keine Wirkung mehr zeigen, da die entsprechende Knorpelsubstanz fehlt.

Mein Umkehrschluss lautet deshalb: Einsatz dieser Bio-Substanzen mit Beginn der ersten Beschwerden in den Gelenken/Bandscheiben. Nach meiner Auffassung bestehen hier die besten Chancen, den übermäßigen Knorpelverschleiß zu stoppen und langfristig wieder rückgängig zu machen.

Das ist aber keine Frage der kurmäßigen Anwendung (3 - 6 Monate) sondern der dauernden Supplementierung, da der alternde Körper nachweislich zunehmend nicht mehr in der Lage ist, beide Substanzen selbst ausreichend zu synthetisieren und den Knorpel zu erhalten. Dabei lasse ich die subjektiven Ursachen bewusst außer Betracht, da sie nicht die Alleinverursacher von Arthrose/Bandscheibenvorfall sind.

In zahlreichen Anfragen an Spezialisten, Institutionen bis hin zur damaligen Gesundheitsministerin Schmidt wurde meine These schlicht und einfach ignoriert (nachzulesen auf meiner Homepage www.bermibs.de).

Liegt das eventuell an den fehlenden Gegenargumenten?

Mich würde Ihre Sicht auf diesen prophylaktischen Ansatz interessieren - Arthrose/Bandscheibenvorfall behandeln/vorbeugen, bevor sie überhaupt erst entstehen.

Über eine Antwort würde ich mich sehr freuen.

Mit besten Grüßen

Bernd Michael

Königs Wusterhausener Str. 29

15741 Bestensee

Tel.: 033763-61693

[Bermi-29@gmx.de](mailto:bermi-29@gmx.de)

www.bermibs.de "Gesund alt werden ohne Medikamente"

www.files.bermibs.de/fileadmin/pdf/ (Ablage)