

Fragen an Arthrose-Experte.de:

<http://www.arthrose-experte.de/experten-rat.html>

Frage (Nahrungsergänzungsmittel bei Arthrose)

Haben die beiden Nahrungsergänzungsmittel Glucosaminsulfat und Chondroitinsulfat die gleichen Wirkstoffe, die in Haifischknorpel- oder Grünlippenmuschel-Kapseln enthalten sind?

Antwort

Haifischknorpel und Grünlippmuschel-Kapseln gelten als Nahrungsergänzungsmittel, deren Wirkung wissenschaftlich noch nicht nachgewiesen wurde. Es handelt sich dabei um Extrakte, die aus vielen unterschiedlichen Komponenten bestehen. Empfehlenswert wäre die Einnahme eines Monopräparates wie z.B. kristallines Glucosaminhemisulfat in ausreichend hoher Dosierung (1500 Milligramm). Die Wirkung von Chondroitinsulfat konnte bisher durch Studien noch nicht eindeutig nachgewiesen werden.

Frage (Nebenwirkungen von nichtsteroidaler Antirheumatika)

Ich nehme seit Monaten verschiedene so genannte nichtsteroidale Antirheumatika wegen einer beginnenden Kniegelenks-Arthrose. Nun schlagen mir all diese Mittel neuerdings auf den Magen. Was soll ich tun?

Antwort

Die meisten entzündlich und schmerzlindernd wirkenden Medikamente haben leider diese unangenehme Nebenwirkung. Eine Ausnahme ist ein Präparat, das den Wirkstoff kristallines Glucosaminhemisulfat enthält. Das ist ein natürlicher Baustein des Knorpelstoffwechsels, der den Knorpel stabilisiert, die Funktion des Gelenkes verbessert und das Fortschreiten der Arthrose verhindert ? und dabei gut verträglich ist.

Frage (Natürliche Behandlungsformen)

Gibt es auch natürliche Behandlungsmethoden zur Behandlung von Arthrose?

Antwort

Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, Arthrose zu behandeln. Wichtig sind hier Verminderung der Belastung, Bewegungsübungen zur Stärkung der Muskulatur durch Schwimmen oder Radfahren, Elektro- und Wärmebehandlungen. Hilfreich sind manchmal auch Gelenkbandagen, um die Führung des Gelenkes zu verbessern. Als medikamentöse Unterstützung eignen sich zur schnellen Funktionsverbesserung und Schmerzlinderung sowie zur Stärkung des noch vorhandenen Knorpels ein natürlicher Wirkstoff wie das kristalline Glucosaminhemisulfat, das aus Hüllen von Schalentieren gewonnen wird und keine Nebenwirkungen wie manch andere Präparate hat.

Frage (Bernd Michael - 27.07.08 – nicht veröffentlicht)

Nach einjähriger Einnahme der Substanzen Glucosaminsulfat (1500 mg) und Chondroitinsulfat (1200 mg) bin ich in meinen Problemzonen Knie (Stechen, insbesondere beim Treppensteigen) und Lendenwirbelsäule (regelmäßige Schmerzen im LWS-Bereich ausgelöst durch stark abgenutzte Bandscheibe L4/L5) beschwerdefrei. Die entsprechenden Spezialprodukte kann ich nur über das Internet zu einem vertretbaren Preis beziehen. In Deutschland ist nur Glucosaminsulfat als Medikament (Dona) zugelassen, und das zu einem entsprechend hohen Preis.

Warum werden beide Substanzen nicht wie in den USA, da es ja körpereigene Stoffe sind, als Nahrungsergänzungsmittel zugelassen und vor allem zur Arthroseprophylaxe unter fachlicher Anleitung unserer Orthopäden eingesetzt?

Wissenschaftliche klinische Studien in den USA und anderen Ländern haben eindeutig den Nachweis erbracht, dass sich Knorpel auch im Alter mit diesen beiden Substanzen wieder regenerieren kann, in vielen Fällen bis zur vollständigen Wiederherstellung.

Meine Tagesdosis kostet mich z.Z. 39 Cent (einschließlich 900 mg Collagen). Für mich ein mehr als vertretbarer Preis in Anbetracht der enormen Steigerung der Lebensqualität. Da ich diese Substanzen auf Dauer einnehme, ist eine Finanzierung über die Apotheke (2 - 4 Euro täglich) nicht vertretbar.

Antwort (nicht veröffentlicht)

Von: Arthrose-Experte [info@arthrose-experte.de]

Gesendet: Montag, 15. September 2008 17:21

An: bermi-29@gmx.de

Betreff: AW: Frage an die Experten

Sehr geehrter Herr Michael,

vielen Dank für Ihre Ausführungen. Glucosaminsulfat und Chondroitinsulfat sind auch in Deutschland als Nahrungsergänzungsmittel zugelassen, jedoch ist die Wirkung nicht wissenschaftlich belegt. Nur für das kristalline Glucosaminhemisulfat in dona® liegen für die empfohlene Tagesdosierung von 1 500 Milligramm entsprechende Studien vor. Wäre die Wirkung von Chondroitinsulfat so gut belegbar wie die von Glucosaminsulfat gäbe es Chondroitinsulfat bestimmt schon als Arzneimittel, das ist nicht der Fall. Da darf die Frage erlaubt sein warum? Des Weiteren liegt uns eine Studie vor die zeigt, dass bei gleichzeitiger Einnahme von Chondroitinsulfat und Glucosaminsulfat die Resorption von Glucosaminsulfat aus dem Darm um mehr als 40 % sinkt. Sie sollten also, wenn Sie bei Ihrer Therapie bleiben, die Mittel mit möglichst großem zeitlichem Abstand einnehmen.

Wir freuen uns, wenn wir Ihnen mit unserer Antwort weiterhelfen konnten.

Die Auskünfte unserer Experten sind generelle und unverbindliche Stellungnahmen, die einen Besuch bei einem Arzt oder Apotheker keinesfalls ersetzen.

Herzliche Grüße

Ihr Arthrose-Experte-Team

www.arthrose-experte.de

Anmerkung Bernd Michael:

Die Zulassung als Nahrungsergänzungsmittel ist beschränkt. Frei käufliche Multipräparate, z.B. taxofit, haben höchstens 750 mg Glucosamin. Für Therapie absolut nicht ausreichend und meines Erachtens auch für Prophylaxe zu wenig. Da würde ich mindestens 1000 mg ansetzen. Spezialprodukte mit hoher Dosierung (1500 mg) für therapeutische Zwecke dürfen nach deutschem Gesetz nicht in Ladengeschäften verkauft werden.

Die Aussage, dass Chondroitin die Aufnahme von Glucosamin behindert, ist fragwürdig. Ich habe bei meinen umfangreichen Recherchen keinen derartigen Hinweis gefunden. Frau Dr. Döll hat diese Aussage ebenfalls verneint (Antwort per Mail vom 06.10.2008):

„Sehr geehrter Herr Michael,

mir ist keine Publikation bekannt, die eine Resorptionseinschränkung bei der Gabe von Glucosamin- und Chondroitinsulfat behandelt.

Im Gegenteil: Es kann als erwiesen gelten, dass beide Knorpelstoffe eine synergistische Wirkung entfalten. Das wäre nicht erklärbar, wenn es zu der genannten Resorptionseinschränkung kommen würde.

Alles Gute für Sie!

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Michaela Döll“

Entgegen der Aussage liegen klinische Studien und Empfehlungen zu Glykosaminoglykanen (GAG – z.B. Chondroitin) vor (Beiträge Klinische Studien Chondroitin 1 und 2 sowie Chondroitin-Therapie). Hyaluronsäure (auch GAG) kommt hierfür nicht in Betracht, da eine Aufnahme über den Darm (oral) auf Grund der sehr großen molekularen Struktur nicht möglich ist.

Frage (Bernd Michael - 31.07.08 – nicht veröffentlicht)

Hallo,

ich hätte gern gewusst, warum eine Hauptursache für Arthrose im Wesentlichen ausgeblendet und nur vage mit „höheres Lebensalter“ umschrieben wird.

Es ist doch wissenschaftlich nachgewiesen, dass der menschliche Körper ab 40 (+/-) nicht mehr in der Lage ist, die zwei wichtigen Bestandteile des Knorpels und der Gelenkschmiere Glucosamin(-sulfat) und Chondroitin(-sulfat) in ausreichendem Maße selbst zu synthetisieren.

Damit kippt das Gleichgewicht zwischen Knorpelverschleiß und Knorpelregeneration zu Ungunsten der Regeneration. Oder anders ausgedrückt: Der Körper fährt auf Verschleiß, über viele Jahre oder Jahrzehnte, wie sie schreiben, bis zum Ausbruch der Arthrose.

Viele Fachleute sprechen deshalb auch von einer Mangelkrankheit. Dieser Mangel kann doch aber auf relativ natürliche Weise ausgeglichen werden, in dem ich dem Körper diese fehlenden Substanzen zuführe. Sie empfehlen richtigerweise die Einnahme von Glucosaminhemisulfat zur Stärkung (Regeneration) des Knorpels.

Warum wird nicht die Einnahme von Chondroitinsulfat genau so wie die Behandlung mit Hyaluronsäure empfohlen? Beide Substanzen gehören der Gruppe der Glykosaminoglykane an und sind Bestandteil unter anderem der Gelenkschmiere.

Ich habe nach einjähriger Einnahme eines Kombipräparates mit 1500 mg Glucosaminsulfat, 600 mg Chondroitinsulfat und 600 mg MSM meine Beschwerden im Meniskusbereich (Stechen) und in der Lendenwirbelsäule (Schmerzen) beseitigt. Zurzeit nehme ich regelmäßig 1500 mg Glucosamin, 1200 mg Chondroitin und 900 mg Collagen. Beides aus dem Internet-Handel zu annehmbaren Preisen.

Für mich stellt sich eine weitere Frage. Der Mangelausgleich ist ohne weiteres prophylaktisch möglich, spätestens beim Eintreten der ersten Probleme oder regelmäßigen Beschwerden. Damit könnte weit mehr als der Hälfte aller Arthroseerkrankungen, die auf normalem Mangelverschleiß beruhen, vorgebeugt werden.

Prophylaxe ist aber auf der Basis „Medikament“ für den einzelnen nicht finanzierbar. Hier muss die gleiche Lösung wie in den USA geschaffen werden: Uneingeschränkte Einstufung der beiden Hauptsustanzen Glucosamin- und Chondroitinsulfat (körpereigene Stoffe, wie z.B. Vitamin C) als Nahrungsergänzungsmittel, und damit frei zugänglich für jedermann.

Für eine Antwort wäre ich Ihnen dankbar.

Mit besten Grüßen

B. Michael

Antwort

- steht noch aus!

„Danksagung“ (Bernd Michael - 07.09.08 – nicht veröffentlicht)

Sehr geehrte Damen und Herren der Internet-Plattform „Arthrose-Experte“

Ich möchte mich für die Nicht-Beantwortung meiner beiden Anfragen vom 27. und 31.07.08 bedanken. Denn keine Antwort ist auch eine aussagekräftige Antwort. Sie bestätigen damit voll und ganz meine Argumente zur Problematik der Arthroseprophylaxe.

Ich bin mir sicher, dass Sie solche kritischen Anfragen nicht an die Arthrose-Experten, die Sie auf Ihrer Seite benennen, zur Beantwortung weiterreichen. Damit degradieren Sie selber diese Plattform zu einer Pseudo-Plattform für die tausenden betroffenen Menschen in diesem Land.

Das belegt auch, dass bei Ihnen die (Verkaufs-)Interessen der beteiligten Firmen absoluten Vorrang vor den Bedürfnissen der Nutzer der Plattform (Patienten und andere interessierte Menschen) haben. Ich wünsche Ihnen weiterhin viel Erfolg dabei.

Ich jedenfalls werde auch zukünftig in meinem Umfeld und meiner Verwandtschaft dafür wirken, dass mit Hilfe preiswerter und genauso wirksamer Nahrungsergänzungsmittel wie Ihre „Medikamente“ Knorpelverschleiß aufgehalten und rückgängig gemacht werden kann. Ich bin mir sicher, dass Prophylaxe in den allermeisten Fällen wie bei mir möglich ist, sei es in den Gelenken oder an den Bandscheiben. Selbst

bei Arthrose im Anfangs- und mittleren Stadium bestehen berechnete Heilungschancen, wie z.B. der amerikanische Orthopäde Dr. Jason Theodosakis eindrucksvoll in seinem Buch nachweist. Ganz abgesehen von weiteren internationalen klinischen Studien.

Ich verbleibe trotzdem mit optimistischen Grüßen

Bernd Michael

Bestensee

Antwort

In Reaktion auf diese Mail kam am eine Antwort zur ersten Anfrage am 15.09.2008.

Die zweite (komplexere) Anfrage und die „Danksagung“ wurden nicht beantwortet.