

## MSM - Entgiftung des Körpers bei chronischen Leiden (Teil 3)

---

Liebe Leserinnen und Leser,



Heute bekommen Sie Teil 3 des Artikels „MSM - Organischer Schwefel - Entgiftung des Körpers bei chronischen Leiden“ von Regina Garloff.

Zum Nachschlagen der beiden ersten Gesundheitsbriefe zu MSM:

**Hier finden Sie Teil 1** und **hier finden Sie Teil 2**

Und auch heute wieder ein Hinweis auf ein Buch: Es gibt ein sehr verständlich geschriebenes Buch von Dr. med. Frank Liebke zu MSM. Für die Heilberufler unter Ihnen ist dieses Buch ganz sicher sehr wertvoll, denn Sie finden viele wertvolle Tipps zur täglichen Anwendung in Ihrer Praxis.

### Eine weitere gute Nachricht gleich am Anfang:

---

Seit Anfang dieser Woche versenden wir unser CalMag mit einer verbesserten Formel. Unser CalMag enthält jetzt das deutlich besser wasserlösliche Magnesiumzitrat anstelle von Magnesiumcarbonat. Es gab viele Hinweise aus dem Kreis unserer Kunden, die völlig zu Recht anmerkten, dass wir im Zusammenhang mit unserem Produkt Magnesiumzitrat dafür werben, dass Magnesiumzitrat die beste Form von Magnesium sei und wir andererseits aber in unserem CalMag das in Bezug auf die Bioverfügbarkeit weniger wirksame Magnesiumcarbonat verwenden. Und da wir ohnehin dabei waren, die Formel zu verbessern haben wir auch gleich zwei weitere Komponenten hinzugefügt, die vorher nicht enthalten waren; Vitamin D3 und Vitamin K1. Nach vorliegenden Forschungsergebnissen ist Vitamin D3 erforderlich, um die Calciumaufnahme zu verbessern und den Einbau von Calcium in die Knochen möglich zu machen. Vitamin K1 hat gleiche Wirkungen. Wir haben durch die Änderung der Formel auch erreicht, dass unser neues CalMag sich jetzt besser auflöst und etwas besser schmeckt.

### Wie lindert MSM den Schmerz?

---

Mit dieser Frage haben sich einige wissenschaftliche Arbeiten auseinandergesetzt, wobei bis heute nicht alle Wirkmechanismen entschlüsselt werden konnten.

Klinisch gesichert sind jedoch die folgenden Daten zur Schmerzlinderung durch MSM, die dem sehr lesenswerten Buch von Dr. Frank Liebke „MSM eine Super Substanz der Natur“ entnommen sind:

- MSM hemmt die Entzündungen, welche durch Druck auf Gewebe und Nerven zu starken Schmerzen führen
- MSM unterdrückt die Schmerzleitung entlang bestimmter Nervenfasern. Es könnte so auch die Ausbildung eines Schmerzgedächtnisses verhindern
- MSM fördert die Durchblutung, was die Nährstoffversorgung des erkrankten Gewebes verbessert. Es kann sich regenerieren und die Schmerzen lassen nach
- Es entspannt verkrampfte Muskulatur - Schmerzen gehen häufig mit verkrampfter Muskulatur einher
- MSM erhöht die Durchlässigkeit der Zellmembran des geschädigten Gewebes für körpereigene schmerzhemmende Substanzen

## Zur Entzündungshemmung von MSM schreibt Liebke in oben angeführtem Buch:

---

„Entzündungs- und Schmerzhemmung besitzen viele Gemeinsamkeiten im Stoffwechsel. Dies ist unter anderem daran erkennbar, dass die meisten klassischen Schmerzmittel zugleich als Entzündungshemmer bezeichnet werden und wirken. Indem MSM schmerzlindernd wirkt, entfaltet es oft auf gleiche Weise seine entzündungshemmenden Eigenschaften. Unabhängig davon wirkt es jedoch auch gezielt entzündungshemmend. Entsprechende Forschungen kommen zu folgenden Ergebnissen: MSM ...

- verbessert die Wirkung körpereigener entzündungshemmender Hormone (zum Beispiel von Kortison) und optimiert deren Entzündungen hemmendes Potential am verletzten und geschwollenen Gewebe
- wirkt abschwellend über Bindung und Abtransport von Gewebsflüssigkeit
- unterdrückt bei Verletzungen und Entzündungen die übermäßige Bildung so genannter „Fibroblasten“, die zu starker Schwellung führen. Diese sind unter anderem für die Narbenbildung zuständig. Exzessive Stimulation von Fibroblasten führt zur Entstehung von Narbenwucherungen“

## Arthrose und Arthritis

---

Wie wir bereits wissen, findet sich in entzündeten Gelenken eine geringere Schwefel-Konzentration als in gesundem Gewebe.

Arthrose ist die Nummer eins der chronischen Schmerzerkrankungen in der Bundesrepublik Deutschland, der Volksmund spricht von „Gelenkverschleiß“. Charakteristisch für dieses Leiden ist der morgendliche Anlaufschmerz und der Belastungsschmerz, während in Ruhe die Schmerzen nachlassen. Als Ursachen gelten neben Knorpelverschleiß neuerdings auch die übermäßige Bildung freier Radikale, die gesunde Zellstrukturen angreifen und oxidieren.

Wenn das arthrotische Gelenk auf Dauer zu sehr belastet wird, kann als Folge die entzündliche Form, die Arthritis, entstehen. Die häufigste Ursache für die Entzündung mehrerer Gelenke ist die rheumatische Polyarthritis, auch als Gelenkrheuma bezeichnet. Dabei schädigt das eigene Immunsystem das kollagene Bindegewebe der Gelenke, die es auf Dauer zerstört. Daher spricht

man hier von einer Autoimmunkrankheit. Nahezu 40 Prozent der Menschen über 65 Jahre leiden daran.

An Versuchspersonen wurde erforscht, dass eine optimale Therapie der rheumatischen Arthritis eine hohe Anfangsdosierung von bis zu 5 000 mg MSM täglich mit einer hohen Dosis Vitamin C (ebenfalls bis zu 5 000 mg pro Tag) kombiniert. Wenn die Schwellungen und Entzündungen dann nach zwei bis vier Wochen abgeklungen sind, reicht eine Gabe von täglich 1 000 mg aus, um die Krankheitserscheinungen zu beenden.

Alle durchgeführten Tests ergaben, dass MSM die Schwellungen und Entzündungen rückgängig machen konnte, dadurch die Schmerzen linderte und eine Versteifung der Gelenke verhinderte.

Die Wirkungen von MSM bei Schmerzen und Entzündungen in den Gelenken:

- Es versorgt die Gelenke mit biologisch aktivem Schwefel und wirkt schmerz- und entzündungslindernd
- MSM reduziert den Knorpelabbau
- Es erhöht die Durchblutung und entspannt verhärtete Muskulatur

Allerdings wirkt es nicht so schnell wie Medikamente, verursacht dafür jedoch auch keine schädlichen Nebenwirkungen. Es können gelegentlich einige Tage oder auch manchmal Wochen vergehen, bis Schmerzen und Entzündungen nachlassen und man sich wieder wohler und energiereicher fühlt. Es ist also Geduld angesagt.

## Fibromyalgie-Syndrom

---

Bei dieser früher meist als „Weichteilrheumatismus“ bezeichneten Krankheit sind nicht die Gelenke, sondern die weichen Gewebe des Bewegungsapparates, wie Muskeln, Bänder und Sehnen betroffen, die intensive chronische Schmerzen verursachen können. Sogenannte „Tender Points“ an Rumpf, Armen und Beinen, die auf Druck schmerzhaft reagieren, sind dafür typisch. Dabei sind die Blutwerte oft normal. Die Patienten leiden häufig unter weiteren Befindlichkeitsstörungen wie Kopfschmerzen, Abgeschlagenheit, Müdigkeit und Schlafstörungen, Morgensteifigkeit, Gefühlsstörungen (Parästhesien) und morgendlicher Schwellung in den Fingern.

Die Ursachen liegen noch im Dunkeln. Manche Patienten hatten vor Ausbruch der Krankheit Infektionen oder erlitten Traumatisierungen durch Unfälle, Sportverletzungen oder Stürze. Es kann sein, dass die Auslöser für das Krankheitsgeschehen in Nahrungsmittel-Allergien oder -Unverträglichkeiten liegen, oder auch in Störungen des Hormon-Gleichgewichts und Schäden durch übermäßige Bildung freier Radikale, oder das Immunsystem reagiert auf chronische Vergiftung mit Schwermetallen und toxische Umweltgifte. Möglicherweise spielen mehrere dieser oder auch anderer Faktoren zusammen.

In der Schulmedizin gibt es nur wenige therapeutische Behandlungsmöglichkeiten, die aber alle mit diversen unerwünschten und schwerwiegenden Nebenwirkungen behaftet sind. MSM wirkt sowohl schmerz- als auch entzündungshemmend und es scheint körpereigene Entgiftungsprozesse anzukurbeln. Diese Nahrungsergänzung mit MSM führt zu durchweg guten Resultaten und das zudem noch ohne Nebenwirkungen.

## Rückenschmerzen

---

Wie eine Umfrage ergeben hat, leiden 10 Prozent der Deutschen an chronischen Rückenschmerzen und 70 Prozent unserer Bevölkerung hat mindestens einmal jährlich Rücken-Beschwerden. Dafür gibt es die unterschiedlichsten Ursachen, wie Verletzungen und Überdehnung der Bänder, Verrenkungen der Wirbelgelenke und degenerative Veränderungen an den Wirbelgelenken, Vorwölbungen und Vorfälle der Bandscheiben, Osteoporose und viele andere Faktoren wie Muskelverspannungen durch Stress, Nervenentzündungen, Vitaminmangel ...

Die Schulmedizin behandelt mit Schmerz- und Entzündungshemmern und gibt Medikamente zur Muskelentspannung; bei Nervenquetschung operiert sie.

### **Lesen Sie mehr über Magnesiumzitrat in einem Aufsatz von Peter Gilham: Der Wunder-Nährstoff - Magnesiumzitrat**

Bei chronischen Rückenschmerzen bewährt sich eine längerfristige höhere Dosierung von MSM. Es lindert Entzündung und Schmerzen, entspannt die Muskeln, nimmt den Druck auf die Gewebe und verbessert die Durchblutung, alles ohne Nebenwirkungen.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.

Ihre Newsletter-Redaktion



### **Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin**

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

**Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln