

Alternative Therapie bei Osteoporose (Teil 2)

Unsere Bevölkerung altert rapide. Wir wandeln uns immer mehr zu einer Langlebigkeitsgesellschaft. Ob Frau, ob Mann, es ist ein natürlicher Vorgang, dass es im Alter zu einem zunehmenden Verlust an Knochenmasse und Knochenstruktur kommt und hierdurch ein erhöhtes Knochenbruchrisiko besteht. Mit Zunahme der Lebenserwartung steigt somit auch die Zahl der an Osteoporose Erkrankten kontinuierlich an und damit die Anzahl der durch Osteoporose verursachten Knochenbrüche und wiederum dadurch der verursachten Schmerzen. Diesem Tatbestand gilt es entgegenzuwirken.

Alternative Therapieoptionen können bei der Behandlung von Osteoporose hilfreich sein oder zumindest helfen den Schmerzmittelbedarf zu senken.

Blutegel gegen Schmerzen

Die Blutegeltherapie vermag zwar keine Osteoporose zu heilen, dennoch ist sie eine wirkungsvolle Therapiemaßnahme. Bei schmerzhaften lokalen Wirbelsäulenschmerzen, bei erhöhtem Muskeltonus oder verspannten und verhärteten Muskeln kann sie mit einer einzigen Therapiesitzung zu einer länger anhaltenden Schmerzlinderung führen. Allein durch das „Einsparen“ von Schmerzmitteln ist ihr Einsatz äußerst sinnvoll. Denken wir nur an die möglichen Nebenwirkungen dieser Medikamente auf unser Herz-Kreislauf-System und den Magen-Darm-Trakt. Eine wohltuende Schmerzlinderung ermöglichen zudem auch weitere Therapiemaßnahmen, die ansonsten vielleicht nicht möglich wären, wie Physiotherapie und weitere physikalische Maßnahmen.

Die Blutegel sind zurück

Die Blutegeltherapie gehört zu den ältesten Heilmethoden der Medizingeschichte. Anfang des 20. Jahrhunderts differenzierten Wissenschaftler die ersten Blutegelinhaltsstoffe, die eine entzündungs- und gerinnungshemmende sowie gefäßerweiternde und zum Teil antibiotische Wirkung aufweisen. In den vergangenen Jahren wurde die Therapie wieder zunehmend populärer. Hierzu hat auch beigetragen, dass seit den 1970er Jahren zunehmend über den erfolgreichen Einsatz der Blutegel bei der



Auflösung der venösen Stase nach plastisch-rekonstruktiven Eingriffen berichtet wird. Für diese Indikation wurde die Blutegeltherapie 2004 von der amerikanischen Gesundheitsbehörde FDA zugelassen.

Anwendung und Wirkung

Die Blutegel werden an den Ort des Geschehens angesetzt. Sind sie nicht bisswillig, kann man nachhelfen. Man ritzt die Haut mit einer sterilen feinen Kanüle an. Tritt dann ein Blutströpfchen hervor, kann der Egel nicht mehr widerstehen. Er beißt zu. Für den Patienten ist das ein kurzer Schmerz, geringer als ein Insektenstich. Das Ende der Blutegel-Behandlung, insbesondere bei blutegelunerfahrenen Patienten wird dem Therapeuten, ähnlich wie bei der Elektrotherapie automatisch signalisiert. Der Unterschied ist nur, dass man keinen Klingelton oder ein anderes akustisches Signal hört. Nein es ist der Patient selbst,

Blutegel können keine Osteoporose heilen, aber zu einer länger anhaltenden Schmerzlinderung führen.

der durch ein überraschtes „Quieken“ mitteilt, dass der erste Blutegel seine „Mahlzeit“ beendet hat, seine Bissstelle verlässt und sich nun auf Wanderschaft begibt. Auf keinen Fall sollte man versuchen den Egel frühzeitig zu lösen. Das mag er nicht. Es könnte ein Erbrechen des Egels bewirken und eine Wundinfektion heraufbeschwören.

Hat der Egel erst einmal zugebissen, werden die Wirkstoffe in das Gewebe abgegeben. Eine Behandlung dauert in der Regel ein halbe bis zwei Stunden. Kann aber auch einmal länger dauern, wenn die Bissstelle nicht so gut durchblutet ist. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass Blutegel oft auch dann noch helfen können, wenn sonst nichts hilft. Der Effekt erklärt sich durch Stoffe im Speichel der Egel. Die Wirkung kann mehrere Monate anhalten.

Nebenwirkungen und Kontraindikationen

Aufgrund der örtlichen Begrenzung gibt es nur wenige Nebenwirkungen. Zu diesen zählen Juckreiz sowie Nachblutungen, lokale Infektionen und Allergien. Nicht indiziert ist die Therapie vor allem bei Hämophilie- und Anämiepatienten, Menschen mit Wundheilungsstörungen und diabetischer Polyneuropathie. Außerdem sollten Blutegel auch nicht bei Patienten mit peripherer arterieller Verschlusskrankheit (PAVK) im Spätstadium oder bei Immunsuppression sowie bei Menschen, die Blutverdünnungsmittel nehmen, eingesetzt werden.

Schmerzlinderung durch das eigene Blut

Bei Osteoporose wird uns zwar die Eigenbluttherapie nicht helfen können Knochen wieder aufzubauen, sie kann aber helfen bei sekundären Beschwerden, wie beispielsweise der Spondylarthrose, die Schmerzen zu lindern. Selbst wenn der Schmerzmittelbedarf, mit allen seinen Nebenwirkungen auch „nur“ vermindert wird, ist vielen durch diese Methode schon geholfen.

Ich muss gestehen, dass ich im Praxisalltag nicht immer an die Eigenbluttherapie denke. Oft tue ich es erst dann, wenn andere Therapiemaßnahmen versagt haben. Ich bin dann aber doch immer wieder



verblüfft über die eingetretenen Heilungserfolge, insbesondere dann wenn nichts mehr half.

Anwendung und Wirkung

Die Eigenbluttherapie ist ein seit Jahrhunderten angewandtes, klassisches, etabliertes naturheilkundliches Heilverfahren. So wurden in den Anfangszeiten der Eigenbluttherapie Patienten mit mehreren Nadelstichen traktiert. Diese führten dann zu kleinen Blutungen unter der Haut, vergleichbar mit der heutigen „modernen“ Eigenbluttherapie. Hierbei entnimmt man Blut aus der Vene und bereitet es speziell auf – pflanzliche Wirkstoffe oder homöopathische Arzneien werden zugegeben. Dann wird das Blut beispielsweise unter die Haut oder in den Muskel im Bereich des betroffenen Gelenks bzw. der betroffenen Region gespritzt. Im Anschluss an die durchgeführte Injektion des Eigenblutes kommt es im Bereich der Injektionsstelle zu Entzündungsvorgängen mit Rötungen und Schwellungen. Hierdurch werden lokal, wie auch systemisch die körpereigenen Abwehrkräfte mobilisiert und u. a. schmerzlindernde Effekte erzielt.

Magnetfeld-Therapie modern und zeitgemäß

Die Magnetfeldtherapie ist ein altbewährtes naturheilkundliches Verfahren. Schon Hippokrates (um 460–370 v. Chr.), der als der berühmteste Arzt des Altertums gilt, beschrieb Heilungen durch Magnete, ebenso Aristoteles (384–322 v. Chr.). Später empfahl Paracelsus (1493–1541) Magnete.

Alles begann mit einer Putzstelle

Als junger Student erhielt ich eine experimentelle Doktorarbeit in der

Bei der Eigenbluttherapie werden körpereigene Abwehrkräfte mobilisiert und u. a. schmerzlindernde Effekte erzielt.

Buchtipp



Peter Krapf „Starke Knochen: Osteoporose richtig behandeln“; 128 Seiten, 18,00 Euro, ISBN 978-3-7088-0764-5, Kneipp Verlag in Verlagsgruppe Styria GmbH & Co. KG

Orthopädie. Leider konnte ich nur zu den normalen Arbeitszeiten in die Forschungslabors. Lediglich der Laborleiter und seine Sekretärin hatten die Schlüssel dazu. Da wurde mir eine Putzstelle angeboten. Ich sagte sofort zu. Ich war damit die dritte Person die einen Schlüssel besaß. Ich konnte nun schalten und walten, wie ich wollte, konnte das Labor aufsuchen, wann ich Zeit hatte. Meine Doktorarbeit ging zügig voran und meine Putzstelle wandelte sich. Ich putzte nicht, sondern wartete die Geräte, machte Messungen für Kongresse. Hierbei lernte ich auch die Magnetfeldtherapie kennen und schätzen. Auch mein späterer Chef Prof. Dr. med. Heinrich Hess, über 20 Jahre Arzt der deutschen Fußballnationalmannschaft war ein Anhänger der Magnetfeldtherapie und publizierte darüber. Aus dieser Zeit liegen mir noch einige Arztbriefe orthopädischer Chefarzte akademischer Lehrkrankenhäuser vor, in denen ausdrücklich eine Magnetfeldtherapie empfohlen wurde.

Letztendlich lernte ich die Magnetfeldtherapie als eine bewährte weitgehend risikolose, nebenwirkungsfreie alternative Behandlungsmethode bei Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates kennen und schätze sie noch heute. Sie kann zur Verbesserung der Knochen- und Knorpelstruktur beitragen. Therapieerfolge mit Vermeidung operativer Eingriffe bestätigen dies.

Insbesondere setze ich die Magnetfeldtherapie bei verzögerter Knochenbruchheilung, bei Osteoporose, aber auch bei verschleißbedingten Erkrankungen der Gelenke, des Knorpel- und des Knochengewebes ein.

Heute sind wir in der Lage, Magnetfelder mit Strom zu erzeugen. Die pulsierenden Felder müssen athermisch sein, das heißt, bei der Behandlung darf keine Wärme im Gewebe entstehen – nur so kann das Heilverfahren bei Personen mit künstlichen Hüftgelenken oder anderen Metallimplantaten zum Einsatz kommen.

Behandlung

Die Behandlungsdauer beträgt circa 20 Minuten. Meist sind 5–10 Behandlungen erforderlich, wobei die

Anzahl vom Heilungsverlauf abhängig ist. Während der Behandlung liegt der Patient auf einer Liege oder sitzt auf einem Stuhl. Nebenwirkungen sind, bis auf ein gelegentliches Kribbeln nicht zu erwarten. Die Behandlung selbst ist schmerzfrei. Nicht geeignet ist die Magnetfeldtherapie für Träger von Herzschrittmachern, da das Magnetfeld die Funktion des Gerätes beeinträchtigen kann.

Schmerzlinderung durch Laser

Die Osteoporose ist bekanntermaßen eine generalisierte Erkrankung unseres Knochengewebes. Wir können sicherlich nicht alle Knochen mit dem Laser gleichzeitig behandeln. Treten aber Schmerzen auf, beispielsweise infolge eines Knochenbruchs, sind diese eher lokalisiert. Hier kann die Lasertherapie sehr hilfreich sein. Die Anwendung ist schonend und schmerzlos, da die Reizstärke unter der Wahrnehmungsschwelle des Patienten liegt.

Softlasertherapie

Die Softlasertherapie bzw. Low-Level-Lasertherapie (LLLT) gehört zu den alternativen Therapien. Hierbei wird die heilende Wirkung des Lichts genutzt. Eingesetzt wird sie mit dem Ziel, gestörte biologische Vorgänge positiv zu beeinflussen. Hierbei wird das Laserlicht in die Zellen des Körpers eingebracht, um den Körperzellen neue Energie zuzuführen. Neben der Verbesserung des Zellstoffwechsels sollen die Mikrozirkulation und die Durchblutung der Muskulatur gefördert werden. Dem Laserlicht wird eine schmerzlindernde Wirkung, sowohl bei akuten wie auch bei chronischen Erkrankungen nachgesagt. Außerdem wirke es abschwellend und durchblutungsfördernd. Über erfolgreiche Behandlungen insbesondere von Rückenschmerzen mit der LLLT wurde in der medizinischen Fachpresse schon mehrfach berichtet.

Vorteile der Softlasertherapie

Die Vorteile der Softlasertherapie sind darin zu sehen, dass anders als bei herkömmlichen Schmerzmitteln keine Magen-Darm-Blutungen zu befürchten sind. Das Herz-Kreislauf-System wird durch diese Be-

handlung nicht gefährdet, auch besteht keine Infektionsgefahr, wie beispielsweise bei einer Spritze, da bei der völlig unblutigen Therapie kein Einstechen einer Nadel erforderlich ist. Die Behandlung mit den heutigen modernen Lasergeräten ist schmerzfrei. Nach Ende der Behandlung kann die Praxis ohne Ruhezeit verlassen werden. Eine Einheit dauert etwa 10 bis 20 Minuten. Die Anzahl der erforderlichen Sitzungen ist von der Erkrankung abhängig.

Kernspin – nicht nur Diagnose, sondern auch Therapie

OP vermeiden – weniger Schmerzen – besser bewegen – mehr Lebensqualität

MBST – das Wirkprinzip

Bei der MBST-Kernspinresonanstechnologie handelt es sich um eine therapeutisch genutzte Entwicklung aus der im MRT weltweit eingesetzten Kernspintechnologie. MBST nutzt die Kernspintechnologie nicht, um Bilder zu erzeugen, sondern um spezifische Zellen auf molekularer Ebene biophysikalisch durch gezielte Energieübertragung zu stimulieren. Wissenschaftliche Daten weisen darauf hin, dass die MBST-Technologie u. a. entzündungshemmende sowie schmerzlindernde Effekte auslöst. Ziel der MBST-Therapie ist die Aktivierung regenerativer Prozesse und zwar ohne Operationen, Infusionen, Spritzen, Medikamente oder Schmerzmittel und damit verbundene Risiken, Belastungen und Nebenwirkungen!

Ich selbst schätze die regenerativen Wirkungen der MBST-Therapie inzwischen sehr. Am 3. März 2019 erlitt ich einen Arbeitsunfall, bei dem ich mir einen vollständigen Abriss der langen distalen Bizepssehne

mit Retraktion der Sehne am rechten Arm mit Kraftminderung und deutlicher Supinationseinschränkung zuzog. Eigentlich eine 100%ige OP-Indikation, oder wie ein Kollege mir sagte, ohne Operation hätte ich eine Chance von 0,01 Prozent. Ich antwortete damals: „Die werde ich nutzen.“ Dank der Kernspintherapie, nachfolgender Physiotherapie und kompensatorischem Krafttraining konnte ich ohne Operation und ohne Arbeitsunfähigkeit weiterarbeiten. Selbst Golfspielen ist ohne Operation inzwischen wieder möglich.

Behandlungsmöglichkeiten bei Kalksalzminderung der Knochen (Osteoporose, Osteopenie)

Rollstuhlbasketballer Dirk Passiwan, 2011 der beste Punktesammler der Bundesliga, stand im April 2012 vor dem Aus seiner glanzvollen Karriere. Ursache: Gelenkverschleiß und Kalksalzminderung in den Knochen, bei DXA gesicherter Osteopenie. Schon während der auf neun Sitzungen festgelegten Kernspinresonansteherapie im Mai und Juni kam es zu einer Schmerzlinderung und deutlichen Funktionsverbesserung der betroffenen Gelenke. Passiwan wurde schmerzfrei und konnte doch noch an den Paralympics in London teilnehmen, wo er zu den absoluten Leistungsträgern seines Teams gehörte. Fachzeitschriften und das Fernsehen haben über die erfolgreiche Behandlung des für viele weltbesten Rollstuhlbasketballers mit der Kernspinresonansteherapie berichtet.

Warum nicht mal neue Wege gehen? MBST-Therapie bei Osteoporose

Medikamentöse Therapien nutzen Antiresorptiva, welche die Knochenabbaurate bremsen sollen, oder Osteoanabole, die den Kno-

Knochenödem (transiente Osteoporose). Es war von 2 operierenden Kliniken zur Operation geraten worden. Ausheilung durch MBST-Kernspinresonansteherapie



chenaufbau stimulieren sollen. Die MBST-Therapie geht einen anderen Weg und hat den Knochenstoffwechsel im Visier – also die Ursache der Osteoporose. Der Stoffwechsel ist die Basis aller lebensnotwendigen Abläufe im Körper und benötigt viel Energie. Energie, die auch im Knochen für Aufbau, Schutz und Reparatur des Gewebes gebraucht wird. Fehlt den Knochenzellen die nötige Energie oder ist deren Zellstoffwechsel gestört, können körpereigene Reparaturmechanismen nicht mehr geleistet werden und es kommt zum Knochenbruch – hier setzt die therapeutisch genutzte MBST-Kernspintechnologie an. So weit sollte es nicht kommen.

Die MBST-Kernspinresonansteherapie kann ohne zu erwartende Nebenwirkung bereits bei der Osteopenie, der Vorstufe der Osteoporose begonnen werden.

Behandlungsablauf

Die Behandlung findet am besten an zehn aufeinanderfolgenden Tagen statt. Eine Behandlungseinheit dauert jeweils 60 Minuten. Währenddessen kann man entspannt Musik hören, ein Buch lesen oder sogar schlafen. Zu einem körperlichen Eingriff kommt es nicht, weder Spritzen noch eine Narkose oder die Einnahme von Medikamenten sind erforderlich.

► Fortsetzung in der nächsten Ausgabe

Diesen sowie den ersten Teil finden Sie online unter www.derniedergelassene-arzt.de/medizin/orthopaedie



Der Rollstuhlbasketballer Dirk Passiwan „tankt Knochen auf“.



Dr. med. Peter Krapf
 Facharzt für Orthopädie, Trier
www.krapf-kaltenkirchen.de
 ambulantes osteologisches Schwerpunktzentrum und Naturheilverfahren

www.krapf-kaltenkirchen.de