



Gelenkschmerzen: An basische Mineralstoffe denken!

Übersäuerung als Ursache für Gelenkschmerzen

Die Zahl der Patienten mit chronischen Schmerzen steigt stetig an. Schmerzen sind zwar ein Symptom und selbst nicht als Krankheit definiert, für den Patienten aber sehr belastend. Oft bestehen Schmerzen viele Jahre lang, ohne dass eine Ursache für die Beschwerden gefunden wird.

Was viele nicht wissen, auch eine Übersäuerung kann Gelenkschmerzen als Ursache zu Grunde liegen. Bei einer chronischen Übersäuerung wird überschüssige Säure im Bindegewebe zwischengelagert.

Dadurch verliert das Bindegewebe sein Wasserbindungsvermögen, was zu einem Elastizitätsverlust führt, der die Funktion von Knorpeln, Bändern und Sehnen beeinträchtigt.

Zusätzlich verstärkt eine Entzündung, eine lokale Übersäuerung. Untersuchungen zeigen, dass die Gelenkflüssigkeit in entzündeten Gelenken eine höhere Säurekonzentration bzw. einen verminderten pH-Wert aufweisen.

Durch die erhöhte Säurelast werden bestimmte Schmerzrezeptoren angeregt, die die Schmerzwahrnehmung auslösen und diese verstärken können.

Säure erhöht die Schmerzempfindlichkeit

Eine japanische Studie¹ hat gezeigt, dass Säure die Schmerzintensität beeinflusst. Den Teilnehmern wurden Lösungen mit unterschiedlichen pH-Werten, also verschiedenen Säuregraden, unter die Haut gespritzt. Danach bewerteten sie, wie stark die Schmerzen waren.

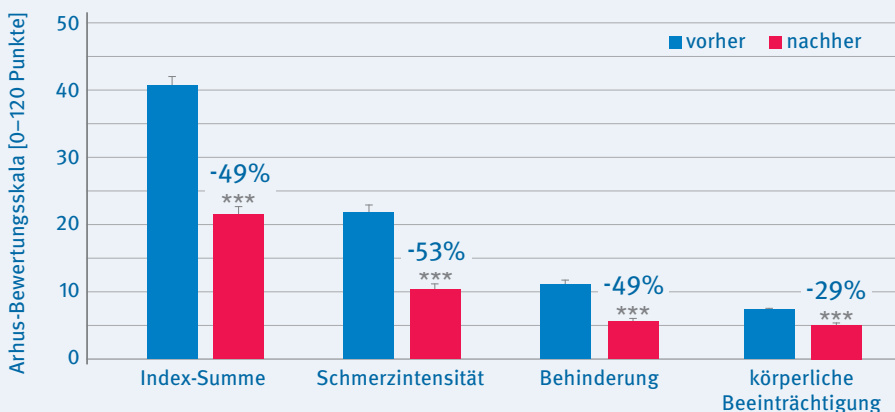
Das Ergebnis: Je niedriger der pH-Wert der Flüssigkeit (je saurer sie war), desto stärker empfanden die Teilnehmer den Schmerz.

Studie² zeigt:

Eine Basensupplementierung führte zu einer Reduktion der Schmerzsymptomatik bei Patienten mit chronischen Rückenschmerzen

Die Patienten wurden über 4 Wochen mit basischen Mineralstoffen behandelt. Die Auswertung erfolgte anhand des Arhuser Bewegungsindex vor und nach der Supplementierung. Beweglichkeit, Befindlichkeit, Schmerzen und Schmerzmittelverbrauch wurden beurteilt. Nach der 4-wöchigen Einnahme eines Basenpräparates konnte eine signifikante Verringerung der Rückenschmerzsymptomatik beobachtet werden. Der Schmerzindex und auch die Schmerzmitteleinnahme wurden deutlich reduziert. Die Körperbeweglichkeit wurde verbessert (siehe Abbildung).

**Arhus-Rückenschmerz-Ratingskala
vor und nach 4-wöchiger Basensupplementierung**



¹ Ugawa, S., T. Ueda, Y. Ishida, M. Nishigaki, Y. Shibata and S. Shimada (2002). "Amiloride-blockable acid-sensing ion channels are leading acid sensors expressed in human nociceptors." *Journal of Clinical Investigation* 110(8): 1185 – 1190.

² Vormann, J., M. Worlitschek, T. Goedecke and B. Silver (2001). "Supplementation with alkaline minerals reduces symptoms in patients with chronic low backpain." *J Trace Elem Med Biol* 15(2-3): 179 – 183.