

Arthrosebeschwerden

Das Institut «NICE» empfiehlt Hagebutte



Rund 60% der Arthrosepatienten schauen sich nach Alternativen um, um neben der Schulmedizin Unterstützung zur Linderung ihrer Beschwerden zu bekommen. Die Aussicht auf einen lebenslangen Kampf mit der Krankheit lässt sie nach gut verträglichen und wirksamen Produkten Ausschau halten. Alternative Heilmethoden, pflanzliche Präparate und Nahrungsergänzungsmittel sind sehr beliebt.

Das «National Institute for Health and Care Excellence» (NICE) ist ein Institut des Englischen Departements für Gesundheit. Es überprüft regelmässig die Wirksamkeit der gängigsten Produkte und Substanzen im freiverkäuflichen Bereich und gibt entsprechende Empfehlungen heraus.

Wenn Pflanzen es schaffen, sich in diesen behördlichen Empfehlungen zu etablieren, ist das eine kleine Sensation. Das NICE hat die Hagebutte in ihre kürzlich überarbeitete Empfehlung freiverkäuflicher Präparate zur Linderung der Arthrosebeschwerden aufgenommen. Die Hagebutte ist das erste und bislang einzige natürliche Produkt zum Einnehmen auf dieser Liste.

Mit Blick auf die positiven Resultate der Untersuchung, welche mit der stark galactolipidhaltigen dänischen Hagebutte durchgeführt wurden, schreibt Dr. John Dickson, klinischer Berater der NICE: «Es ist es sicher wert, einen dreimonatigen Versuch zu machen. Ich empfehle den Patienten, dass sie das Gespräch mit ihrem Apotheker (oder Drogisten, d.Red.) suchen».

Das Institut hebt besonders hervor, dass eine Behandlung über 3 Monate mit 5g Hagebuttenpulver täglich nicht nur die Schmerzen und die Morgensteifigkeit signifikant verbessert, sondern auch den Schmerzmittelkonsum (Tramadol, Codein, Paracetamol und NSAR) reduziert. Die Arbeit von Rein et al. zeigt einen Rückgang von 40 bis 50% der genannten Schmerzmittel. Dabei nahm die Schlafqualität zu und der Allgemeinzustand verbesserte sich deutlich.

Die von NICE zitierte Untersuchung von Warholm et al. an Patienten mit röntgendiagnostisch bestätigter Arthrose an Knie oder Hüfte zeigte, dass sich die Beschwerden im Tagesablauf stark reduzierten. Darunter gehören das Gehen im ebenen Gelände, Ein- und Aussteigen aus dem Auto, Einkaufen, An- und Ausziehen der Strümpfe und das Hinsetzen und wieder Aufstehen von der Toilette. Die Beweglichkeit der Gelenke nahm zu.

Eine Dritte von NICE herbeigezogene Publikation von Winther et al. zeigt, dass ein hoher Anteil der Patienten von der Hagebutte profitiert. 8 von 10 Patienten spürten eine deutliche Verbesserung der Beschwerden.

Das NICE attestiert den Untersuchungen gut durchgeführt worden zu sein und anerkennt die Therapie mit der Hagebutte als wirksam und gut verträglich. Die Hagebutte kann über Jahre eingenommen werden. Als wichtigen Wirkstoff nennt sie das Galactolipid.

Das Galactolipid stabilisiert spezielle weisse Blutkörperchen, die neutrophilen Granulozyten. Diese wandern in entzündetes Gewebe ein, wo sie Schwellungen, Schmerzen und Steifigkeit verursachen. Das Galactolipid hemmt diesen Vorgang, die Entzündung kann abklingen. Das NICE verweist auf Untersuchungen, die darauf hinweisen, dass das Galactolipid aus der Hagebutte den Knorpel schützen kann.

Die Empfehlungen des NICE setzen aber nicht nur bei Produkten zum Einnehmen an. Es unterstreicht die Wichtigkeit, Gewicht zu reduzieren und sich viel zu bewegen. Dazu gehören auch Turn- und Dehnübungen. Dies sollte der erste Therapieansatz sein. Sie empfiehlt auch den Gebrauch von Hilfsmitteln für den Alltag sowie das Tragen von gutem Schuhwerk, Einlagen, gelenkstabilisierende Bandagen und mehr.

fit & munter

durch die bunte Herbstzeit

Geschenk
Basisserum Extrait
Liposomal (7,5 ml)



Tagespflege optimal abgestimmt auf Ihren Hauttyp

Die hochwirksame Tagespflege mildert Fältchen, bietet einen Langzeitschutz gegen vorzeitige Hautalterung und schützt vor negativen Umwelteinflüssen.

Entdecken Sie Ihre perfekte Tagespflege auf www.louis-widmer.com

Beim Kauf einer Tagespflege erhalten Sie das Basisserum Extrait Liposomal (7,5 ml) geschenkt (solange Vorrat).

Erhältlich in swidro Drogerien oder swidro Apotheken sowie im swidroshop.ch. Gültig bis 2. Oktober 2021.

swidro
drogerien & apotheken

Sporternährung –
verschieden oder mehr essen?

ADHS und ADS
anders Denken, Wahrnehmen, Handeln

