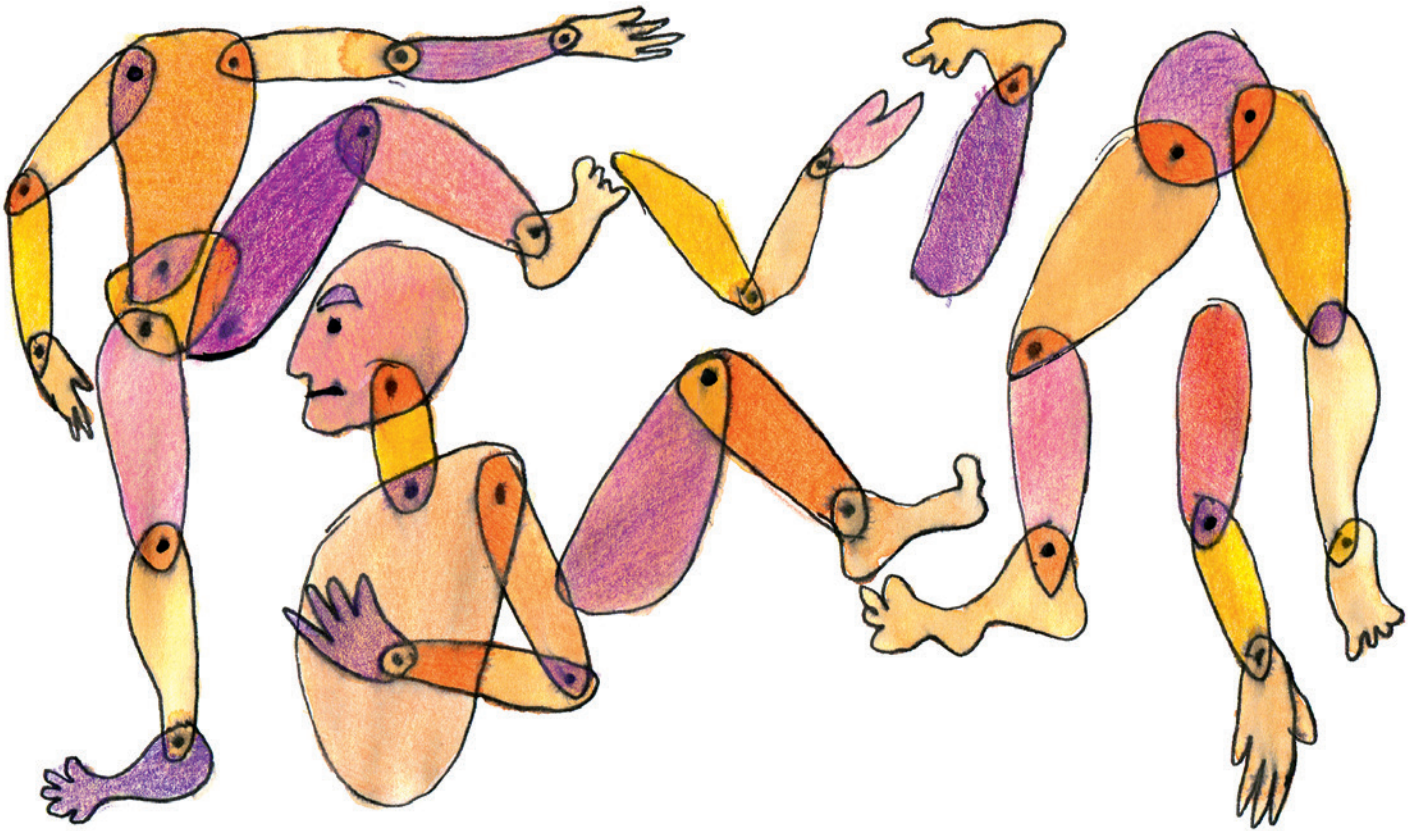


MUSKELRHEUMA



ROLAND VONTOBEL ist diplomierte(r) Drogist und kantonal approbierter Naturarzt.
In Teufen führt er seit 1998 die Praxis Tannenhof.

ROLAND VONTOBEL *Text* // WERNER MEIER *Illustration*

Mit Symptomen von «ziehenden und reissenden Schmerzen überall dort, wo der menschliche Körper Muskeln hat» kommen immer mehr Patienten ab einem gewissen Alter zu mir in die Sprechstunde. Die ärztliche Untersuchung kann Arthrose (Gelenkabnutzung), Arthritis (Gelenkentzündung) oder Harnsäure (Gicht) ausschliessen. Therapeutisch verschreibt der Arzt Cortison- und Schmerztabletten und äusserlich Wärmepflaster oder schmerzstillende Salben.

Viele Patienten befolgen diese Ratschläge eine gewisse Zeit. Wenn sich langfristig keine Heilung einstellt, suchen sie oft Rat in der Naturheilkunde. Über die eigentliche Ursache von Muskelrheuma ist man sich nicht im Klaren. Oft brechen die Beschwerden dann aus, wenn Stress oder Sorgen über längere Zeit den Körper auslaugen. Ebenfalls ein Grund können Störfelder im Körper sein – chronisch entzündete Zahnherde, Mandelentzündungen, Nebenhöhlenkatarrhe. Auch Feuchtigkeit und Kälte kann das Leiden fördern oder verstärken. Erbliche Veranlagung begünstigt die Erkrankung, ebenso Übergewicht und Fehlernährung. Sehr oft stelle ich in meiner Praxis fest, dass Muskelrheuma vermehrt nach

den Wechseljahren ausbricht. Wie kann dieses Leiden natürlich behandelt werden? Da sich die Krankheit allmählich entwickelt, führt die Heilung über das Beseitigen aller Ursachen und Störungen. Das heisst, es muss auf Entzündungsherde, auf die Ernährung, auf Kälte und so weiter geachtet werden. Ebenfalls soll einer Darmverstopfung vorgebeugt und Nieren und Leber gestärkt und angeregt werden.

Bei starken Schmerzen empfehle ich einige Fastentage mit Gemüsesäften und Einläufen. Tägliche sanfte Massagen und Gymnastik lösen die Verkrampfungen. Heublumenpackungen sind heilsam und wohltuend. Bienengiftsalben wirken gegen starke Schmerzen. Als Heilpflanze empfehle ich energetisierte Silberweidetropfen von Trifloris. Sie lösen die verkrampften Muskeln und verleihen eine jugendliche Elastizität. Zur Unterstützung lassen Sie sich einen Kräutertee mit gleichen Teilen Weidenrinde, Hauhechel, Wacholderbeeren, Brennesselblättern und Schachtelhalm mischen und trinken täglich einen halben Liter davon (1 Esslöffel heiss anbrühen und 5 Minuten ziehen lassen.) So behandelt werden die Beschwerden allmählich verschwinden.