



**zu viel
Harn-
säure!**

HARNSÄURE ALS URSACHE FÜR GELENK-, MUSKEL- UND MAGENPROBLEME

ROLAND VONTOBEL ist diplomierter Drogist und kantonal approbierter Naturarzt.
In Teufen führt er seit 1998 die Praxis Tannenhof.

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

Üblicherweise werden Gelenk- oder Muskelschmerzen, Verschleimungen und Magenbeschwerden – beziehungsweise deren Ursachen – gezielt mit Schmerzmitteln, Cortison, Immunsuppressiva, Salben, schleimlösenden Pillen, Säureblockern oder eventuell mit Antibiotika behandelt. Dabei kann es zeitweise zu einer Linderung kommen. Häufig heilen die Beschwerden allerdings nicht ganz aus, sondern flammen immer wieder auf.

In diesem Fall ist es sinnvoll, den Ursachen der Beschwerden auf den Grund zu gehen. Unser Körper hat normalerweise eine Temperatur von rund 37 Grad. Trinken wir zu viele kalte Getränke, setzen wir uns zu lange auf kalte Bänke, tragen wir durchnässte Kleider oder ziehen wir uns zu wenig warm an, werden Nieren und Blase so viel Wärme entzogen, dass sie ihre Arbeit nicht mehr richtig ausführen können. Die Folge ist eine Anhäufung von Harnsäure im Körper. Diese kann viele Krankheiten auslösen.

Lagert sich Harnsäure in den Lungen ab, entsteht ein verschleimter Bronchial- oder Reizhusten, Asthma oder gar eine Lungenent-

zündung. In der Regel reagiert das schwächste Organ mit Störungen, beispielsweise der Magen mit Magenschmerz, Magenbrennen, einem Magengeschwür oder Appetitlosigkeit. In anderen Fällen greift die Säure Muskeln und Gelenke an: Gelenks- und Muskelentzündungen sind das Resultat. Es ist deshalb wichtig und auch richtig, die Ursache zu bekämpfen und nicht in erster Linie die Symptome wie die unterkühlten Nieren und die unterkühlte Blase zu kurieren.

Das geschieht wirkungsvoll durch die Einnahme von Nierentee, durch äusseres Einreiben von wärmenden Salben wie Apivenin, Bienengiftsalbe oder Antirheumaliniment in der Nierengegend. Auch wärmende Fussbäder mit Senfmehl oder Heublumen beschleunigen den Heilungsprozess. Bei Magenbeschwerden hilft die Einnahme von Wacholderbeeren, täglich 3x10 Beeren über eine gewisse Zeit.

Sind Sie auf der richtigen Fährte, sollte es Ihnen nach einigen Tagen schon viel besser gehen.