



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

# Osteoporose: Das Krankheitsbild und seine Ursachen

Die Ursachen der Osteoporose sind vielfältig. Zum ersten führt eine Minderung der Beweglichkeit und Muskelbelastung zu einer Minderung des Knochengehaltes, eine Entkalkung. Dies könnte man als Inaktivitäts-Osteoporose bezeichnen. Zum zweiten spielen bei Frauen Änderungen des Hormonhaushaltes, vor allen Dingen nach den Wechseljahren, eine Rolle, weil die knochenaufbauenden Zellen sich vermindern, während die knochenabbauenden erhalten bleiben.

Die Hauptursache für die Osteoporose liegt aber in der Störung des Säure-Basen-Haushaltes. Dieser hängt mit der Ernährung zusammen sowie mit Gärungsprozessen im Darm, die wiederum durch die heutige Ernährung und auch die reichlichen und häufigen Antibiotikagaben hervorgerufen werden können.

Daneben gibt es oft auch eine gewisse Resorptionsschwäche der Darmschleimhaut für die wichtigen Mineralstoffe, vor allen Dingen das Calcium, aus der täglich verabreichten Nahrung.

Die Vorteile einer naturheilkundlichen Behandlung

In der naturheilkundlichen Behandlung kann man auf alle o.g. Aspekte eingehen und sie bei der Therapie berücksichtigen. Da wir hauptsächlich über den Säure-Basen-Haushalt arbeiten neben einer ausreichenden Bewegung und eventuellen Hormongaben, kann man die ganze Behandlung als nebenwirkungsarm bezeichnen, da keine Medikamente mit schweren Nebenwirkungen eingesetzt werden.

Homöopathische Zusatzstoffe sowie Mineralstoffgemische können den knochenaufbauenden Prozess günstig beeinflussen.

Der Säure-Basen-Haushalt wird vor allen Dingen über die Ernährung beeinflusst, wobei sogenannte säuernde Nahrungsmittel reduziert und die basischen Nahrungsmittel verstärkt angeboten werden.

Daneben spielt das gute Kauen, das gute Einspeicheln und das langsame Essen eine wesentliche Rolle, wobei auch die Menge des Essens entsprechend dem Sättigungsgrad reduziert wird. Gegen die Übersäuerung hilft weiterhin die Gabe von Baseninfusionen oder auch von basischen Komplex-Präparaten.



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Natürlich muss eine Gärung im Darm ausgeschaltet werden, da hierüber eine Übersäuerung ständig wieder hervorgerufen werden kann.

Vermeidung von Osteoporose

Über ausreichend Sport, über eine ausgewogene basenorientierte Ernährung sowie eine evtl. Normalisierung im Hormonhaushalt gelingt es häufig, eine Osteoporose einzudämmen oder zu vermeiden. Sollte all dies nicht möglich sein, muss man zu den heutigen modernen Arzneimitteln greifen, die in der Gabe von Calcium, Vitamin D, Natriumfluorid und Biphosphonaten bestehen. Diese Medikamente können weitgehend nebenwirkungsfrei in geringerer Dosis eingesetzt werden und sind bei guter Verträglichkeit normalerweise in der Lage, den Knochen wieder aufzubauen.

Kein Mensch muss heute vor einer Osteoporose Angst haben, wenn er sich vernünftig ernährt, vernünftig bewegt und wenn er die modernen Arzneimittel gezielt und sparsam einsetzt.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN  
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654 · 160 Fax +49 (0) 6654 · 1663 [direktion@schloss-klinik.de](mailto:direktion@schloss-klinik.de) [dr-von-rosen.de](http://dr-von-rosen.de)