

**Gerhard Leibold**

# **Arthritis und Arthrose**

**Ursachen, Symptome,  
ganzheitliche Behandlung**

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>Aufbau und Funktionen der Gelenke</b> . . . . .	<b>.n</b>
Gelenkaufbau und -formen . . . . .	11
Die kleinen Wirbelgelenke . . . . .	13
Funktionen der Gelenke . . . . .	17
Zusammenarbeit mit Muskeln und Sehnen . . . . .	18
<b>Entzündliche Krankheiten der Gelenke</b> . . . . .	<b>22</b>
Formen der Arthritis . . . . .	23
Die einfache Gelenkentzündung . . . . .	23
Akute Polyarthritits . . . . .	24
Ursachen der Entzündung . . . . .	24
Symptome und Komplikationen . . . . .	25
Primär chronische Polyarthritits . . . . .	26
Verbreitung und Ursachen . . . . .	26
Typische Frühwarnzeichen . . . . .	28
Symptome und Verlauf . . . . .	28
Komplikationen und Spätfolgen . . . . .	29
Entzündungen der Wirbelgelenke . . . . .	30
Die Spondylarthritits . . . . .	30
Bechterew-Krankheit . . . . .	32
Gicht als »Luxuskrankheit« . . . . .	33
Ursachen der Arthritis urica . . . . .	34
Warnzeichen - akuter Beginn . . . . .	36
Verlauf und Komplikationen . . . . .	37
Sonderformen der Arthritis . . . . .	38
Juvenile rheumatoide Arthritis . . . . .	39
Arthritis bei Schuppenflechte . . . . .	40
Gelenk- und Darmentzündung . . . . .	42

## *Inhaltsverzeichnis*

Die degenerative Arthrose . . . . .	44
Allgemeine Degeneration der Gelenke . . . . .	44
Die Arthrosis deformans . . . . .	45
Verbreitung der Arthrose . . . . .	46
Ursachen der Gelenkabnutzung . . . . .	47
Symptomatik der Krankheit . . . . .	48
Phasenhafter Verlauf der Arthrose . . . . .	50
Degenerative Spondylose der Wirbelgelenke . . . . .	53
Diagnose bei Gelenkerkrankungen . . . . .	55
Inspektion der betroffenen Gelenke . . . . .	55
Funktionsprüfung der Gelenke . . . . .	56
Labordiagnostische Untersuchungen . . . . .	57
Blutbild und Blutsenkung . . . . .	57
Unklare Rheumafaktoren . . . . .	58
Die Gewebsgruppenmerkmale . . . . .	59
Harnsäurewerte bei Gicht . . . . .	60
Untersuchung der Gelenkflüssigkeit . . . . .	61
Die Röntgendiagnostik . . . . .	62
Die schulmedizinische Standardtherapie . . . . .	65
Vorteile, Risiken und Grenzen . . . . .	65
Die medikamentöse Behandlung . . . . .	67
Schmerz- und entzündungslindernde Mittel . . . . .	67
Antibiotika bei Infektionen . . . . .	72
Kortikosteroide bei schwerem Verlauf . . . . .	74
Spezielle Gichtmittel . . . . .	76
Andere chemische Arzneimittel . . . . .	79
Chirurgische Therapie . . . . .	80
Operation erkrankter Gelenke . . . . .	81
Implantation künstlicher Gelenke . . . . .	82
Ganzheitstherapie der Naturmedizin . . . . .	85
Chancen und Grenzen natürlicher Heilverfahren . . . . .	86
Die biomedizinische Basistherapie . . . . .	87
Umstimmung aktiviert Selbstheilungskräfte . . . . .	88
Entgiftung und Entschlackung . . . . .	89
Regeneration kranker Gelenke . . . . .	91
Diät als Heilmittel . . . . .	92
Spezielle Diäten bei akuter Krankheit . . . . .	93
Kurzkuren . . . . .	85

Nachsorge durch Langzeitdiät . . . . .	100
Bewegungstherapie erhält die Beweglichkeit . . . . .	103
Krankengymnastik am Anfang . . . . .	104
Das regelmäßige Bewegungsprogramm. . . . .	105
Psychologische Hilfen. . . . .	108
Die »Botschaft« der Krankheit verstehen. . . . .	108
Entspannung und Autosuggestion . . . . .	111
Positives Denken fördert die Heilung . . . . .	113
Spezielle Naturheilverfahren. . . . .	115
Medikamentöse Behandlung . . . . .	115
Heilpflanzen innerlich und äußerlich . . . . .	115
Die individuelle Homöopathie. . . . .	120
Wirkungen der Enzymtherapie. . . . .	123
Thymustherapie zur Abwehrsteigerung . . . . .	125
Physiotherapie bei Gelenkleiden . . . . .	126
Kneippsche Wasseranwendungen . . . . .	127
Wärme- und Kältebehandlung . . . . .	133
Fachliche Massage. . . . .	135
Behandlung durch elektrischen Strom. . . . .	137
Die chinesische Punktbehandlung . . . . .	143
Grundlagen und Wirkungsweise. . . . .	144
Formen der Akupunktur. . . . .	145
Akupressur zur Selbsthilfe. . . . .	146
Weitere bewährte Naturheilverfahren. . . . .	154
Reiztherapie - Baunscheidtismus. . . . .	154
Eigenblut- und Schröpftherapie . . . . .	155
Neural-, Segment- und Störfeldtherapie. . . . .	156
Ozontherapie zur Regeneration . . . . .	159
Chirotherapie an der Wirbelsäule. . . . .	160
<b>Adressen</b> . . . . .	162
<b>Register</b> . . . . .	163