



Michaela Eberhard

## RHEUMABEHANDLUNG MIT MIKRONÄHRSTOFFEN

Rheuma ist der Überbegriff für über 400 verschiedene Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates. Als Hauptauslöser gelten Störungen des Immunsystems. Auffällig ist, dass Frauen häufiger daran erkranken und dass auch bereits Kinder betroffen sein können. Rund 2 Millionen Österreicher und rund 9 Millionen Deutsche sollen Arthrose, Osteoporose, Arthritis etc. diagnostiziert haben. Bei herkömmlichen medizinischen Therapien werden schwere pharmazeutische Mittel eingesetzt, deren Möglichkeiten an Nebenwirkungen bei langfristiger Einnahme beunruhigen. Es gibt auch einige Betroffene, die mit Cortison, nichtsteroidalen Antirheumatika, der Basistherapie von Ebetrexat & Co sowie den Biopharmazeutika nicht oder nur bedingt Erfolge aufweisen können.

### MÖGLICHKEITEN UND WEGE IN DER NATURHEILKUNDE

Die Zugänge zu dem, was man auf alternativem Weg machen kann, sind teils verwirrend und nur bedingt erfolgversprechend. Viele Rheumatiker haben im Laufe ihrer jahrelangen Krankengeschichte auch vieles probiert und dabei teils nur wenige Erfolge verzeichnen können. Das hat teils auch viel Geld aus privater Tasche gekostet. Die Zahl derer, die sich mit der unheilbaren Diagnose nicht mehr abgeben, nimmt ständig zu. Auch ich konnte und wollte mich nicht für mein restliches Leben als „unheilbar“ abstempeln lassen.

Tatsache ist, dass es sich bei Rheuma um eine Stoffwechselerkrankung handelt und es somit wohl mit der Ernährung zu tun haben wird. Wie wir wissen, wirft auch die optimale Ernährung heutzutage viele Fragen mit unterschiedlichen Antwortmöglichkeiten auf. Auch hier gilt es zu sagen, dass eine basenreiche, d.h. nicht übersäuernde, Ernährung von Vorteil ist und die neuerlichen Hinweise bekräftigen den Erfolg einer vorwiegend veganen Ernährung bei allen chronischen und entzündlichen Krankheitsbildern.

In der Komplementärmedizin geht man heute davon aus, dass der erste Schub bei einer Autoimmunerkrankung in engem zeitlichem Zusammenhang mit einer Situation steht, die die betroffene Person im geistig-seelischen Bereich überfordert hat. Die individuelle Stresstoleranz wurde somit überschritten. Den Körper in seiner gesundheitlichen Balance können Faktoren wie Schwermetallbelastung, Übersäuerung, Bakterien, Viren, Pestizide und andere Umweltfaktoren kippen. Die fernöstliche Medizin fokussiert sich zu allererst auf den Darm, da das Immunsystem zu einem großen Teil vom Darm ausgeht. Dazu steigt heut-



© Bea-Stasique | Fotolia

zutage die Sensibilität bei Nahrungsmitteln und generell muss man sagen, dass die mangelnde Qualität vieler Nahrungsmittel heute den Körper teils mehr belastet als dient. Vermehrt findet man auch einen engen Zusammenhang zwischen einem sogenannten Leaky Gut (durch eine undichte Darmschleimhaut können Giftstoffe in den Blutkreislauf kommen) und chronisch entzündlichen Krankheiten wie Polyarthritis, Morbus Bechterew u.ä.

Ebenso gehört der Balance der einzelnen Hormone untereinander entsprechend Beachtung geschenkt. Es fällt auf, dass das Öffnen Rheuma in hormonellen Änderungsphasen das erste Mal diagnostiziert wird.

Ich bekam im Spätsommer 2015 die Diagnose „Rheumatoide Arthritis“, nachdem ich im Alter von 38 Jahren und mit zwei kleinen Kindern nur mehr unter großen körperlichen Schmerzen gehen konnte. Für mich war dies die Herausforderung, nach alternativen Lösungen zu forschen und mich entsprechend fortzubilden. Meine gesundheitlichen Erfolge lassen mittlerweile aufhorchen. In dem Moment, da ich verstand, was die Orthomolekularmedizin seit den 1970ern meint, und dies entsprechend umsetzte, machte ich verblüffende gesundheitliche Sprünge innerhalb kürzester Zeit.

*Mit zunehmendem Alter  
nimmt der Gehalt von  
Schwefel in den Gelenken ab.*

Auf meinem Weg der Gesundheit zeigte sich im Hintergrund dann noch eine massive Nebennierenschwäche, die in der Vorgeschichte zusätzlich zu körperlicher Erschöpfung und dem chronischen Entzündungsgeschehen im Körper geführt hatte. Auslöser für die Gelenkentzündungen waren bei mir ein chaotisches und kurioses Antikörpergeschehen, was sich durch die entsprechenden Mikronährstofftherapien beruhigt bzw. aufgelöst hat.

**KÖRPERLICHE SYMPTOME SIND DIE FOLGE  
VON UNTERSCHIEDLICHEN VITAMIN- UND  
MINERALSTOFFMÄNGELN.**

Ich war mutig und habe mir teils sehr hohe Dosen an entsprechenden Mikronährstoffen einverleibt und, siehe da, der Spuk in meinem Körper löste sich innerhalb relativ kurzer Zeit auf. Heute bin ich anhaltend entzündungs- und beschwerdefrei und kann mich voll und ganz schmerzfrei bewegen. Ich schwöre auf entsprechend hohe Gaben von Vitamin D3, MSM, Vitamin C, Omega 3 usw.

Es ist heutzutage kein Geheimnis, dass jeder Autoimmunerkrankung ein massiver D3-Mangel zugrunde liegt. Dies spricht für eine regelmäßige tägliche Supplementierung in entsprechender Dosis. Unverständlich für mich, dass die Schulmedizin nach wie vor D3-Spiegel im niedrigen Bereich von 30 ng/ml als ausreichend ansieht.

**Ein gemeinsamer Nenner bei all jenen Menschen, denen es sehr wohl gelungen ist, einen unheilbaren Spuk in ihrem Körper aufzulösen:** All diese Menschen sind zwischenzeitlich oder langfristig auf einen hohen

D3-Spiegel gegangen. Auch die gesundheitlichen Erfolge mit kontrollierter Hochdosistherapie mit dem Hormon „Vitamin D“ verdeutlichen die ärztlich begleitete Therapie des Coimbraprotokolls vom Neurologen Prof. Dr. Cicero G. Coimbra. Auch mein D3-Spiegel ist nun höher als 100 ng/ml, wobei hier wichtig ist, dass die Rahmenbedingungen des gesamten D3-Stoffwechsels berücksichtigt werden, allen voran eine ausreichende Versorgung u.a. mit Magnesium.

Verblüffend sind für mich vor allem die Erfahrungen und Erfolge in Bezug auf Methylsulfonylmethan (MSM) – organischer Schwefel. Vermehrt verabreichen Ganzheitsmediziner dies in Form von DMSO (Dimethylsulfoxid) als Infusion bei Autoimmunerkrankungen, chronisch entzündlichen Krankheiten und auch bei Krebs. Ein gesunder Körper enthält rund 150 g körpereigenen Schwefel, somit fünfmal mehr als Magnesium und 40 mal mehr als Eisen. Es ist nachgewiesen, dass mit zunehmendem Alter der Gehalt von Schwefel in den Gelenken abnimmt. Schwefel wird u.a. für das Bindegewebe, das Immunsystem, die Haut und Haare, für Herz-Kreislauf, Verdauung, Stoffwechsel, Nervensystem, Muskeln, Knorpel und Gelenke benötigt. Über die Nahrung nehmen wir Schwefel in natürlicher Form über Rohkost- und Vollkornprodukte sowie Hülsenfrüchte auf. MSM wird als Nahrungsergänzung in Pulverform immer beliebter und auch ich möchte darauf nicht mehr verzichten.

## Schmerzfrei durch Biokinematik

Probleme im Bewegungsapparat und Vorbeugung:  
Gelenke, Rücken, Bandscheiben, Muskeln, etc.



## Muskelfunktions- und Beweglichkeitstraining

**Workshop: 6. – 7. April 2019 in Graz**

**Mit Heilpraktiker Dirk Ohlsen aus München**



Dirk Ohlsen ist Heilpraktiker und behandelt in seiner Praxis in München viele Krankheitsbilder im körperlichen, emotionalen und seelischen Bereich. Die Biokinematik ist seit vielen Jahren Teil seines ganzheitlichen Behandlungskonzeptes.

MEHR INFOS: Tel.: 03135 / 80 90 20 • Mail: zeitschrift@pulsar.at

Die Gesundwerdung bei Gelenkserkrankungen steht meiner Ansicht nach mit MSM, jedoch kann MSM es alleine nicht richten. Ganz wichtig ist auch das Vitamin C, das der Mensch selbst nicht produzieren kann und wir über die Nahrung nicht ausreichend erhalten. Wir kommen nicht herum, unsere Nahrung mit gezieltem Vitamin C zu ergänzen. Vitamin C brauchen wir u.a. für die Kollagenproduktion und dies ist für die Gelenke entsprechend wichtig.

## MITOCHONDRIALE MEDIZIN

Die Forschungsergebnisse, zu denen die Mitochondriale Medizin mehr und mehr kommt, zeigen, was die Zelle krank macht und was die Zelle wieder gesunden lässt. Diverse Vitalstoffmängel sind nämlich für Funktionsstörungen in den Mitochondrien, das sind die Kraftwerke in den Zellen, hauptverantwortlich. Mit entsprechender gezielter Dosierung qualitativer Mikronährstoffe werden Mängel behoben bzw. Funktionsstörungen ausgeglichen. Es empfiehlt sich,

*Das Leben schreibt gestern  
die Geschichten, damit  
morgen vielen Menschen  
damit geholfen ist.*

seinen persönlichen Bedarf und Versorgungsstatus mit entsprechenden Fachpersonen abzuklären und in Folge auch als Prävention wieder aufzufüllen. Der menschliche Körper ist sehr widerstandsfähig und kann einzelne Mängel lang kompensieren. So merken wir ein „Zwicken“ im Körper erst, wenn der Mangel an bestimmten Mikronährstoffen bereits bei 40 – 50 % liegt; eindeutige Diagnosen werden erst bei einem Mangel von 70 % erstellt. Ist das Depot nun bereits zu fast Dreiviertel leer, entspricht es meiner Logik, dass das tröpfchenweise Auffüllen ewig dauern kann. Deshalb habe ich in weitaus höheren Dosen aufgefüllt, teils intravenös, teils oral.

Das Ganze ist überhaupt nichts Neues. Bereits in den 1960ern erkannte der australische Osteopath und Naturheilkundler Dr. Rex Newnham, dass hinter Arthrose u.a. ein Bor-Mangel steckt. Heilpraktiker setzen bekanntlich seit vielen Jahren u.a. die Teufelskralle bei entzündlichen Gelenksbeschwerden erfolgreich ein. Stellt sich schon die bemerkenswerte Frage in den Raum: Wie kommt es dazu, dass nach wie vor noch so wenige Menschen davon wissen?

## RHEUMA-AKADEMIE

Meine persönliche Erfahrung mit Rheuma habe ich in den Büchern „Rheuma adé – die Erfolgsgeschichte aus Graz“ und „Die Rheuma-Lüge – Gelenksbeschwerden und Autoimmunerkrankungen erfolgreich heilen“ niedergeschrieben und die Rheuma\_Akademie in Graz gegründet. In meiner täglichen Praxisarbeit sehe ich, dass andere Rheuma-Betroffene die gleichen gesundheitlichen Erfolge erzielen, wenn die Mikronährstoffe entsprechend systemisch in den Körper eingebaut werden.

Wer meine Krankheits- und Gesundungsgeschichte versteht, findet darin den Leitfaden, was den Körper krank macht und was ihn wieder gesunden lässt. Wir können uns selbst heilen, in dem wir unser Bewusstsein ändern und unseren Fokus entsprechend ausrichten. Dazu ist es „not-wendig“ zu verstehen. ■

### Zur Autorin:

Michaela Eberhard ist Diplom. Mikronährstoffcoach,  
Buchautorin und Referentin.

Bücher: „Rheuma adé – die Erfolgsgeschichte aus Graz“ und  
„Die Rheuma-Lüge – Gelenksbeschwerden und  
Autoimmunerkrankungen erfolgreich heilen“, CM Medienverlag Graz  
[www.rheuma-akademie.com](http://www.rheuma-akademie.com)



**BIOKINEMATIK**  
*Bewegung ist Leben*

**NEU:**  
Sonderheft **BIOKINEMATIK**  
um nur 5,- EURO  
Bestellung bei PULSAR  
Tel.: 03135 / 80 90 20  
E-Mail: [zeitschrift@pulsar.at](mailto:zeitschrift@pulsar.at)

Schmerzfrei durch Biokinematik  
Ein Muskelfunktions- und  
Beweglichkeitstraining