

Thema: **Natürlich schmerzfrei und beweglich – Kraft der Natur macht Arthrose-Patienten Hoffnung**

Beitrag: 1:45 Minuten

Anmoderationsvorschlag: Viele können dem Winter nicht so viel abgewinnen: bei einigen liegt es daran, dass die Tage einfach zu kurz und dunkel sind und sie warmes Sommerwetter grundsätzlich lieber mögen. Es gibt aber auch viele, denen setzt das nass-kalte Wetter richtig zu. Denen nämlich, die unter Arthrose leiden. Millionen von Menschen sind betroffen, die dann nicht selten zu starken, chemisch hergestellten Medikamenten greifen, um die Schmerzen zu lindern und sich wieder bewegen zu können. Helke Michael mit Tipps, wie Sie sich auch anders helfen können.

Sprecherin: Wer unter Arthrose leidet, sollte sich zunächst mal seine Essgewohnheiten vorknöpfen. Der Ernährungs-Experte Dr. Jörg Hüve empfiehlt:

O-Ton 1 (Dr. Jörg Hüve, 0:12 Min.): „Weniger Fleisch essen, mehr Fisch einbauen in den Speiseplan, also vor allen Dingen Seefisch wegen der entzündungshemmenden Omega-3-Fettsäuren, sie sollten mehr Gemüse verzehren, auch Hülsenfrüchte, weil das hilft nämlich gegen eine Übersäuerung.“

Sprecherin: Sollte das noch nicht ausreichen – verzweifelt zur Chemie-Keule greifen müssen Betroffene deswegen nicht. Zwei ganz natürliche Wirkstoffe können Arthrose-Patienten helfen.

O-Ton 2 (Dr. Jörg Hüve, 0:21 Min.): „Einmal die neuseeländische Grünlippmuschel, die durch einen hohen Gehalt an Omega-3-Fettsäuren wirklich hervorragende, entzündungshemmende Eigenschaften hat, die man aber erst seit ein paar Jahren richtig kennt und nutzt. Und der Zweite ist ein seit Tausenden von Jahren bekannter Wirkstoff, den die meisten sicherlich schon mal im Zusammenhang mit orientalischen Gewürzen gehört haben – nämlich Kurkuma.“

Sprecherin: Doch auch, wenn es zunächst danach klingt: ein Griff ins Gewürzregal reicht leider nicht aus. Der Kurkuma-Wirkstoff Curcumin kann in Pulverform nicht seine volle Kraft entfalten. Und die Grünlippmuschel gibt es hierzulande in keinem Supermarkt-Regal.

O-Ton 3 (Dr. Jörg Hüve, 0:13 Min.): „Da hilft eher schon der Gang in die Apotheke. Und da ist neu auf dem Markt ‚Synofit‘, ein natürliches, flüssiges Mittel, bei dem 100 Prozent reine Grünlippmuschel und auch Bio-Curcumin sinnvoll miteinander kombiniert wurden.“

Sprecherin: Dass die neue Formel Arthrose-Beschwerden lindert, haben wissenschaftliche Studien bereits bewiesen. Nebenwirkungen sind – anders als bei den Mitteln der Schulmedizin – bisher nicht aufgetreten. Und es gibt noch einen Vorteil:

O-Ton 4 (Dr. Jörg Hüve, 0:13 Min.): „Sie brauchen auch kein Rezept vom Arzt. In der Regel empfiehlt sich für den Anfang eine vierwöchige Aufbau-Kur und dann, ja, die Einnahme nach Bedarf. Lassen Sie sich am besten einfach noch mal vor Ort in der Apotheke Ihres Vertrauens beraten.“

Abmoderationsvorschlag: Wer unter steifen Gelenken und Entzündungen leidet, ist nicht mehr nur auf herkömmliche Medikamente mit ihren nicht ganz unbedenklichen Nebenwirkungen angewiesen. Es geht auch ganz natürlich mithilfe der flüssigen Kombination aus Grünlippmuschel und Bio-Curcumin. Alle Infos dazu finden Sie auch noch mal im Netz unter Synofit.de.

Thema: **Natürlich schmerzfrei und beweglich – Kraft der Natur macht Arthrose-Patienten Hoffnung**

Interview: 2:31 Minuten

Anmoderationsvorschlag: Viele können dem Winter nicht so viel abgewinnen: bei einigen liegt es daran, dass die Tage einfach zu kurz und dunkel sind und sie warmes Sommerwetter grundsätzlich lieber mögen. Es gibt aber auch viele, denen setzt das nass-kalte Wetter richtig zu. Denen nämlich, die unter Arthrose leiden. Millionen von Menschen sind betroffen, die dann nicht selten zu starken, chemisch hergestellten Medikamenten greifen, um die Schmerzen zu lindern und sich wieder bewegen zu können. Es geht aber auch anders und zwar ganz natürlich, sagt der Ernährungs-Experte Dr. Jörg Hüve. Hallo, ich grüße Sie.

Begrüßung: „Hallo!“

- 1. Herr Dr. Hüve, viele Arthrose-Patienten greifen zu nicht ganz ungefährlichen Medikamenten, die häufig Nebenwirkungen haben. Was sind denn die Alternativen?**

O-Ton 1 (Dr. Jörg Hüve, 0:20 Min.): „Also, zunächst einmal könnten und sollten auch die Arthrose-Patienten wirklich mit ihrer Ernährung aufpassen. Das heißt also konkret, weniger Fleisch essen, mehr Fisch einbauen in den Speiseplan, also vor allen Dingen Seefisch wegen der entzündungshemmenden Omega-3-Fettsäuren, sie sollten mehr Gemüse verzehren, auch Hülsenfrüchte, weil das hilft nämlich gegen eine Übersäuerung.“

- 2. Aber was hilft denn, wenn eine Ernährungsumstellung nicht ausreicht, man aber nicht zu starken Schmerzmitteln und Entzündungshemmern aus dem Chemielabor greifen will?**

O-Ton 2 (Dr. Jörg Hüve, 0:43 Min.): „Nun, es gibt tatsächlich ganz natürliche Wirkstoffe, die auch gegen Arthrose helfen können. Und zwei stechen da besonders heraus: Nämlich einmal die neuseeländische Grünlippmuschel, die durch einen hohen Gehalt an Omega-3-Fettsäuren wirklich hervorragende, entzündungshemmende Eigenschaften hat, die man aber erst seit ein paar Jahren richtig kennt und nutzt. Und der Zweite ist ein seit Tausenden von Jahren bekannter Wirkstoff, den die meisten sicherlich schon mal im Zusammenhang mit orientalischen Gewürzen gehört haben – nämlich Kurkuma. In der ayurvedischen Medizin wird das sogar schon lange gegen chronische Entzündungen angewandt, und sogar die Weltgesundheitsorganisation WHO empfiehlt es gegen Rheuma, wozu ja auch die Arthrose zählt.“

- 3. Heißt das, man findet alle Zutaten in einem gut sortierten Supermarkt?**

O-Ton 3 (Dr. Jörg Hüve, 0:36 Min.): „Ganz so leicht ist das leider nicht. Liegt daran: der entzündungshemmende Kurkuma-Wirkstoff – das Curcumin – das kann als Pulver nicht seine volle Wirkung entfalten. Am besten wirkt es tatsächlich in flüssiger Form. Der Körper kann es so viel besser aufnehmen. Und was die Grünlippmuschel angeht, so werden Sie diese leider nicht im Kühlregal eines Supermarkts finden. Da hilft eher schon der Gang in die Apotheke. Und da ist neu auf dem Markt ‚Synofit‘, ein natürliches, flüssiges Mittel, bei dem 100 Prozent reine Grünlippmuschel und auch Bio-Curcumin sinnvoll miteinander kombiniert wurden.“

- 4. Kann man mit diesem alternativen Heilmittel wirklich der Schulmedizin abschwören?**

O-Ton 4 (Dr. Jörg Hüve, 0:17 Min.): „Nun, wissenschaftliche Studien belegen, wie gut diese Formel wirklich wirkt. Und schon nach einer mehrwöchigen Einnahme haben die meisten Teilnehmer gesagt, dass sie dank dieser Wirkstoffkombination deutlich weniger Schmerzen in den Gelenken hatten, die Schwellungen zurückgegangen waren und sie sich wieder deutlich besser fühlten.“

5. Und wie schaut's mit Nebenwirkungen aus?

O-Ton 5 (Dr. Jörg Hüve, 0:18 Min.): „Da brauchen Sie sich, glaube ich, keine Sorgen zu machen, weil Nebenwirkungen sind hier keine bekannt. Sie brauchen übrigens auch kein Rezept vom Arzt. In der Regel empfiehlt sich für den Anfang eine vierwöchige Aufbau-Kur und dann, ja, die Einnahme nach Bedarf. Lassen Sie sich am besten einfach noch mal vor Ort in der Apotheke Ihres Vertrauens beraten.“

Ernährungs-Experte Dr. Jörg Hüve darüber, wie Sie ganz natürlich gegen Arthrose-Beschwerden ankommen können. Vielen Dank für das Gespräch!

Verabschiedung: „Ich danke auch!“

Abmoderationsvorschlag: Wer unter steifen Gelenken und Entzündungen leidet, ist nicht mehr nur auf herkömmliche Medikamente mit ihren nicht ganz unbedenklichen Nebenwirkungen angewiesen. Es geht auch ganz natürlich mithilfe der flüssigen Kombination aus Grünlippmuschel und Bio-Curcumin. Alle Infos dazu finden Sie auch noch mal im Netz unter Synofit.de