

**Schmerzen im Bereich des Bewegungsapparates** gehören zu den häufigsten Problemen, mit denen Patienten ihren **Hausarzt** konsultieren. Die meist **chronischen** Beschwerden lassen sich unter **aktiver Mithilfe** des Patienten in aller Regel erfolgreicher behandeln. Was hier die sogenannte **Alexander-Technik** zu leisten vermag, steht auf Seite **15**. Patienten, die unter quälenden **Muskelspasmen** leiden, können möglicherweise auf Linderung durch **Chininsulfat** hoffen (Seite **18**). Entzündliche Prozesse im Rahmen **arthrotischer Gelenkveränderungen** sollten möglichst frühzeitig behandelt werden. Bereits an **proinflammatorischen Pathomechanismen** scheinen **homöopathische Komplexmittel** anzusetzen (Seite **23**). Kann **Arthrose** eine Folge von **Schilddrüsendysfunktion** sein? Und ist unter **Methotrexatmedikation** eine **Folsäuresupplementierung** sinnvoll? Diese Fragen werden auf Seite **6** beantwortet. Wissenswertes zum **Schwerpunkt-Thema** ist ferner auf den Seiten **10, 33, 36, 38** und **48** zu finden.

Titelbild: © Mauritius



Einmal erlernt und kontinuierlich angewandt, bietet die Alexander-Technik Patienten mit Rückenschmerzen ein hohes Maß an Schmerzlinderung.

Seite **15**

## NATURAMED AKTUELL

Extrakte aus der Weidenrinde sind bewährte pflanzliche Antirheumatika. Als wirksamkeits-bestimmender Inhaltsstoff galt bislang das Salicin. Aktuelle Untersuchungen legen jedoch nahe, daß auch Polyphenole einen bedeutenden Anteil an der antiphlogistischen Wirkung haben.

**13** Weidenrinde: Polyphenole sind an der Wirkung entscheidend beteiligt

## SCHWERPUNKT

- 15** Rückenschmerzen – Alexander-Technik verspricht Linderung und stützt die Compliance
- 18** Therapie von Muskelspasmen: Ist Chininsulfat ein Hoffnungsträger?
- 23** Arthrose: Proinflammatorische Prozesse im Fokus der Therapie

## EDITORIAL

**3**

## CONSILIUM

- 6** Arthrose – eine Folge von Schilddrüsendysfunktion?
- 6** Rheumatoide Arthritis: Unter MTX-Medikation ist adjuvante Folsäuremedikation empfehlenswert
- 8** Aminosäuren haben Bedeutung für die Immunantwort
- 9** Ist der Nutzen von MBT-Schuhen belegt?
- 10** Ambulante Tinnitus-Therapie nach dem „Krefelder Modell“

## KASUISTIK

**24** Hyperthermie statt Operation – kann das funktionieren?

## PHYTOTHERAPIE

**27** Cimicifuga lindert klimakterische Beschwerden