

## Patientenbeispiel: Chronische Polyarthrit

**Anamnese:** 55jährige Patientin mit chronischer Polyarthrit, seit 17 Jahren rheumatologisch lege artis behandelt. Glukokortikoide, Resochin, Gold langfristig, Salizylsäure und nichtsteroidale Antirheumatika, physikalische Therapie, Moor- und Fangokuren konnten die Progression des Leidens nicht aufhalten, zwei Synovialektomien den Verlust des Arbeitsplatzes nicht verhindern.

### Therapeutische Konsequenz

Die Beobachtung, dass Rohkost die entzündliche Aktivität verminderte, und die zunehmende Unverträglichkeit von Antirheumatika - gastrische und urtikarielle Erscheinungen - führten die Kranke zur Ernährungstherapie. Seit 16 Jahren ist die Frau gesund - nur durch Fasten von zweimal 16 Tagen und die konsequente Umstellung ihrer Ernährung auf rohkostbetonte, vorwiegend vegetarische Vollwertnahrung. Die Progredienz war gestoppt; die Patientin hatte keine entzündlichen Schübe mehr, Medikamente wurden entbehrlich. Heilung auf Dauer? Nein, die Patientin bleibt eine Polyarthritikerin, deren Erkrankung ernährungsabhängig ist. Die jetzt 73jährige, sehr rüstige Frau berichtet: *»Ich esse gerne einmal falsch: Fleisch, Kuchen, und ich trinke ein Glas Rotwein dazu. Meine Gelenke quittieren das mit Schwellung und Schmerzen. Dann faste ich zwei oder drei Tage und esse wieder „gesund“ - rasch ist alles wieder gut.«*

### Was lässt sich aus diesem Einzelfall lernen?

- Es handelte sich bei dieser Patientin um eine ernährungsabhängige Krankheit. Dabei ist nicht wichtig, ob es sich um eine »normale« Polyarthrit oder eine Polyarthrit allergica handelt. Die Therapie bleibt die gleiche.
- Die wegweisende Diagnose »ernährungsabhängig« wurde erst nach dem erfolgreichen Behandlungsversuch gestellt, nicht vorher.
- Fasten - Verzicht auf Nahrung und Genussmittel, reichlich Flüssigkeitszufuhr, Förderung aller Ausscheidungsvorgänge - erweist sich als rasch wirksame Therapie.
- Die Ernährungsumstellung auf Dauer ist zwingend, der Rückfall korrigierbar.
- Mit dem Wissen um den Zusammenhang von bestimmter Nahrung und Krankheit hat die Patientin die Selbstbehandlung ihres Leidens übernommen.

### Einzelfälle?

Aus deutschen und schwedischen Fastenkliniken wird von 117 gut belegten Fällen chronischer Polyarthrit mit etwa 180 Fastenzeiten von 11 bis 43 Tagen berichtet. In unserer Klinik wurden bis 1988 22 Fälle von entzündlichen Gelenkerkrankungen mit 31 stationären Heilverfahren behandelt, bis 1991 weitere 28 Fälle mit 35 Heilverfahren. Die Beobachtungsdauer beträgt ein bis 18 Jahre.

Genauere Informationen im Buch „Fastenstrategien und Ernährungstherapie / Aktive Diätetik“.

und Ratgeber-Buch: „Rheuma und Gicht - Selbstbehandlung durch Ernährung“ (H. Lützner + H. Million).

Beide Bücher ab Anfang 2008 erhältlich.