



Natürliches MSM und Glucosamin sind bei Arthritis wirksam

Arthritis ist eine degenerative Gelenkerkrankung, die einen Knorpelabbau in den Gelenken verursacht. Es verursacht chronische Gelenkschmerzen, Schwellungen und Bewegungseinschränkungen und betrifft normalerweise Hände, Knie, Hüften, Nacken oder Rücken. Zwei kürzlich durchgeführte wegweisende Forschungsstudien wurden durchgeführt, in denen natürliche schwefelhaltige Mittel gegen Gelenkentlastung bei Arthrose, der häufigsten Form von Arthritis, getestet wurden. Schwefelhaltige Verbindungen wie Glucosaminsulfat und MSM sind für Menschen mit Gelenkknorpelproblemen vielversprechend. In Studien wurde gezeigt, dass sie Arthritis heilen und Linderung bringen. Schwefel ist besonders in Gelenken, Nägeln, Haut, Haaren und Bindegewebe konzentriert, und Schwefelmangel kann zu Arthritis-Symptomen führen. Knorpel ist das zähe, elastische Bindegewebe, das die Knochenenden …



Arthritis ist eine degenerative Gelenkerkrankung, die einen Knorpelabbau in den Gelenken verursacht. Es verursacht chronische Gelenkschmerzen, Schwellungen und Bewegungseinschränkungen und betrifft normalerweise Hände, Knie, Hüften, Nacken oder Rücken. Zwei kürzlich durchgeführte wegweisende Forschungsstudien wurden durchgeführt, in denen natürliche schwefelhaltige Mittel gegen Gelenkentlastung bei Arthrose, der häufigsten Form von Arthritis, getestet wurden.

Schwefelhaltige Verbindungen wie Glucosaminsulfat und MSM sind für Menschen mit Gelenkknorpelproblemen vielversprechend. In Studien wurde gezeigt, dass sie Arthritis heilen und Linderung bringen. Schwefel ist besonders in Gelenken, Nägeln, Haut, Haaren und Bindegewebe konzentriert, und Schwefelmangel kann zu Arthritis-Symptomen führen.

Knorpel ist das zähe, elastische Bindegewebe, das die Knochenenden in den Gelenken bedeckt. Wenn sich der Knorpel verschlechtert, können die Knochen anfangen, zusammenzuschleifen, was Schmerzen und Einschränkungen in der Bewegung und Flexibilität verursacht. Bisher waren entzündungshemmende Medikamente die häufigste Behandlung für Arthritis-Symptome, können jedoch schwerwiegende Nebenwirkungen haben.

MSM-Schwefel ist ein weißes, wasserlösliches Element, das in der Natur und in Lebensmitteln wie Milch, frischem Obst, Gemüse, Meeresfrüchten und Fleisch vorkommt. Lebensmittelverarbeitungsmethoden wie Erhitzen, Waschen und Einfrieren verbrauchen alle MSM in Lebensmitteln, was eine regelmäßige Nachfüllung vorteilhaft macht.

In einer MSM-Studie verfolgte Dr. Ronald Lawrence, Professor an der Medizinischen Fakultät der Universität von Kalifornien, 16 Patienten mit degenerativer Arthritis – einer Form von Gelenkerkrankungen. Die Patienten, die sechs Wochen lang täglich MSM einnahmen, berichteten von einer Schmerzlinderung bei Arthritis mit einer Schmerzreduktion von

80 Prozent. Dr. Lawrence hat auch Studien durchgeführt, die zeigen, dass MSM das Haarwachstum und die Brillanz sowie die Nageldicke und -länge erhöht.

Glucosamin ist in Teilen Europas als Medikament zugelassen, in Großbritannien und den USA jedoch als Nahrungsergänzungsmittel weit verbreitet. In „The Lancet“ wurde eine Arthritis-Studie veröffentlicht, in der die langfristige Verwendung von Glucosaminsulfat als natürliche Arthritis-Behandlung untersucht wurde.

Der belgische Forscher Jean Yves Reginster und seine Kollegen entdeckten, dass Glucosaminsulfat nicht nur die unangenehmen Symptome von Arthritis verbessert, sondern auch die tatsächliche Struktur der Gelenke schützen und fördern kann. Sowohl MSM als auch Glucosamin sind natürliche Substanzen im Knorpel, die mit zunehmendem Alter abnehmen können.

In der Studie wurden 212 Patienten mit Knie-Arthrose nach dem Zufallsprinzip 1500 mg zugeteilt. von Glucosaminsulfat oder Placebo einmal täglich für 3 Jahre. Die Forscher haben zu Beginn der Studie und erneut nach 1 und 3 Jahren die Gelenkspaltbreite im Kniegelenk gemessen.

Die Patienten unter Placebo hatten eine progressive Verengung des Gelenkraums, während bei den Patienten unter Glucosaminsulfat kein Verlust des Gelenkraums auftrat. Die Forscher stellten eine Linderung der Gelenkschmerzen und eine erhöhte Funktion nach der Behandlung mit Glucosamin fest.

MSM und Glucosamin sollten die ersten natürlichen Heilmittel sein, an die man sich wendet, wenn sie Arthritis-Schmerzen haben.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki