



## Die Misteltherapie bei Arthrose

Die weißbeerige Mistel (*Viscum album*), die kugelförmig hoch oben in Baumkronen sitzt, wird in Europa als Heilpflanze schon lange geschätzt. Einen Namen hat sich die Misteltherapie in der Krebsbehandlung gemacht. Weniger bekannt ist, dass sie sich auch in der Behandlung der Arthrose bewährt.

**D**ie Arthrose ist eine durch Abnutzung und Verschleiß eintretende Gelenkerkrankung, unter der weit überwiegend ältere Menschen leiden. Die meisten Menschen über 65 spüren, dass das Gehen immer beschwerlicher wird und oft mit Schmerzen verbunden ist. Verantwortlich dafür ist die allmähliche Zerstörung und der Abrieb des Gelenkknorpels, der einen Puffer zwischen den Knochen bildet und Belastungen dämpft. So können die Knochen aufeinander reiben, was Entzündungen und langfristig den Verlust der Beweglichkeit im Gelenk zur Folge haben kann.

### Mistel bei chronischen Beschwerden

Üblicherweise kommen bei der Arthrosebehandlung Schmerzmittel und Entzündungshemmer zum Einsatz. In der Daueranwendung sind diese aber nicht frei von unerwünschten Nebenwirkungen. In der komplementären Medizin setzt man daher verstärkt auf den Einsatz pflanzlicher Mittel. In Deutschland

wurde die Misteltherapie schon in den 1930er Jahren von dem Arzt Dr. Madaus eingeführt, seit den 50er Jahren kommt sie häufiger bei dieser Indikation zur Anwendung, auch wenn die Mistel als Arthrosemittel hierzulande noch immer wenig bekannt ist.

Eine Misteltherapie wird nicht bei akuter Arthrose angewendet. Sie wirkt bei chronischen, immer wiederkehrenden Arthrosebeschwerden. Sie führt einerseits zu einer langfristigen Verbesserung der Gelenknahrung und andererseits dazu, dass es weniger zu akuten Reizen kommt und dass das vegetative Nervensystem, das die Reparatur des Körpers reguliert, sich wieder besser um das Gelenk kümmert. Die Mistel führt – wissenschaftlich nachgewiesen – zur Neubildung elastischer Fasern im Bindegewebe des Gelenkes. Kurz gesagt, die Misteltherapie verringert Arthroseschmerzen, Gelenkreizungen werden seltener. Häufig stabilisiert sich das Gelenk so, dass keine Reizungen mehr entstehen.

Bei der Behandlung wird an bestimmten Punkten um das Gelenk gequadert. Das heißt, der Arzt injiziert das Produkt an diesen Punkten in die Haut. Manchmal wird auch in Akupunkturpunkte gespritzt. In der Regel dauert es zwischen vier und acht Behandlungen, bis eine dauerhafte Beschwerdeverbesserung eintritt. Man kann die Anwendung ein- bis zweimal wöchentlich durchführen. Schon nach der ersten Behandlung ist eine Linderung möglich. Üblicherweise wird die Behandlung über drei bis sechs Wochen durchgeführt, bei schwerer Arthrose gegebenenfalls auch mit einer Auffrischungsinjektion alle vier Wochen. Nebenwirkungen sind kaum zu erwarten. Bei der Mistelinjektion handelt es sich um eine lokale Reiztherapie. Erwünschte Lokalreaktionen sind leichte Rötungen und Schwellungen, die einem Schnakenstich ähneln. Wie bei jeder Therapie kann es in sehr seltenen Fällen zu Allergien kommen, die aber lokal auftreten und sehr gut beherrschbar sind. ■