



**500 Jahre Reformation  
Martin Luther - der  
erste Social Networker**

Österreich 9,40 EUR Schweiz 16,00 SFR  
Luxemburg 9,90 EUR Italien 11,00 EUR

Band 102 November 2017 /  
Dezember 2017 / 8,50 EUR



**PSI-Forschung  
in Russland**



**Erfolgsfrauen  
Kind und  
Karriere**

**Natürliche  
Hilfe bei  
Haarausfall**



**Prof. Michio Kaku  
Hurricanes durch  
Klimakontrolle**

# Kennedy-Akten öffentlich?

# FBI



# CIA

**Was wusste der „weibliche James Bond“?**

Würden die Heiligen Drei Könige heute leben, so würden sie dem Jesuskind möglicherweise Cortison mitbringen, damit es sich in dem zugigen Stall in seiner Krippe kein Rheuma holt. Glücklicherweise lebten sie schon vor über 2000 Jahren, und so brachten sie ihm laut Überlieferung Weihrauch und Myrrhe. Sie erinnern uns dadurch an uraltes Heilwissen aus Asien, das bis heute seine Berechtigung hat.

## Weihrauch und Myrrhe gegen Rheuma ... und das nicht nur zur Weihnachtszeit

Ingfried Hobert

Unter „Rheuma“ fassen wir mehrere Dutzend verschiedene Erkrankungen zusammen, die durch Entzündungen am Bewegungsapparat hervorgerufen werden. Rheumatische Erkrankungen betreffen nicht nur „harte“ Strukturen, wie Knochen, Gelenke oder Knorpel, sondern befallen auch „weiche“ Gewebe, z.B. Muskeln, Bänder oder Sehnen. Unter den Sammelbegriff fallen zum Beispiel Erkrankungen wie die Fibromyalgie als eine häufige Form des sogenannten „Weichteilrheumas“ als auch Arthrose, Gicht und Lupus erythematodes. Typisch sind schmerz-

hafte Bewegungseinschränkungen aller Art, morgendliche Steifigkeit und Ruheschmerzen.

Unter allen rheumatischen Krankheitsformen ist die rheumatoide Arthritis, auch chronische Polyarthritits genannt, die häufigste chronische Gelenkentzündung. Weltweit sind 0,5 bis 1 Prozent der Bevölkerung davon betroffen, in Deutschland sind es laut der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie rund 530.000 Menschen. Frauen erkranken etwa doppelt so häufig wie Männer. Bei beiden Geschlechtern tritt die Krankheit häufiger in der zweiten Lebenshälfte auf, wo-

bei auch bereits Kinder oder jüngere Erwachsene betroffen sind.

Bei einer rheumatoiden Arthritis entzündet sich die Innenhaut von Gelenken, Sehnenscheiden und Schleimbeuteln. Die Krankheit ist nur schwer heilbar. Konventionelle Medikamente wie Cortison oder MTX gehen meist mit starken Nebenwirkungen einher, sodass viele Patienten bereits nach wenigen Wochen deren Einnahme verweigern. Sie stehen dann vor der Frage, welche Alternativen es gibt.

Werden rheumatische Erkrankungen in einem frühen Stadium erkannt, kann die fortschreitende

*Tripterygium wilfordii*



Gelenkentzündung und -zerstörung gestoppt oder verlangsamt werden. Dies geschieht, indem zunächst günstige Rahmenbedingungen geschaffen werden, unter denen Heilungsprozesse besser ablaufen können. Zusätzlich kann mit hochdosierten Naturmedizin-Rezepturen, die sich in vielen Teilen unserer Erde seit Hunderten von Jahren bewährt haben, auf die Entzündungsprozesse Einfluss genommen und dadurch das Beschwerdebild deutlich reduziert werden.

**Rheuma ganzheitlich therapieren**

Eine regelmäßige Physiotherapie und Ergotherapie ist neben der Ernährungsumstellung wichtigster Teil der Behandlung, weil die Übungen dabei helfen, die Gelenke beweglich zu halten und Muskeln aufzubauen. Viele Patienten profitieren außerdem von einer physikalischen Therapie, also dem Einsatz von Wärme-, Kälte- oder Elektrotherapie.

Yoga und Qi Gong oder Taiji-Praktiken, die täglich zu bestimmten Zeiten ausgeführt werden, ergänzen in wichtiger Weise die bewussten Bewegungsabläufe.

Eine spezielle Ernährung mit striktem Verzicht auf tierische Produkte (auch Milch) ist, so zeigen moderne Studien, unumgänglich, um die Krankheit nachhaltig zurückzudrängen.

Es folgen Beispiele für hochdosierte Naturmedizin-Rezepturen, die in verschiedenen Kulturen unserer Erde eine lange Tradition haben:

**Ethno Rheuma Komplex**

Schmerzlinderung und Entzündungseindämmung sollen mit dieser Kräuterrezeptur erreicht werden. Im Mittelpunkt stehen *Tripterygium wilfordii* und Guggul, ein Myrrharz. Beide werden in der indischen Medizin heute offiziell als Rheumamittel eingesetzt.

Die Rheuma-Komplex-Rezeptur enthält im Einzelnen:

- Extrakt aus *Tripterygium wilfordii* schnitt besser ab als MTX.<sup>1</sup> Dank des enthaltenen Triptolidis wirkt die Heilpflanze erwiesenermaßen entzündungshemmend, da es die lipopolysaccharid-induzierte Prostaglandinsynthese aufhält.

- **Myrrharz-Extrakt** (Guggul) enthält Guggulsterone und Guggullipide, außerdem ist das Triterpen Myrrhanol enthalten. Myrrharz wirkt entzündungshemmend und lässt steife Gelenke beweglicher werden.
- **Weihrauch-Extrakt** (aus *Boswellia serrata*) verfügt über 65% Boswellinsäure, einen Lipoxygenase-Hemmer, der eine hohe Selektivität, große Effizienz und Nebenwirkungsarmut aufweist.
- **Kurkuma-Extrakt** beinhaltet 95% Kurkumin, welches eine entzündungshemmende Wirkung entfaltet, da es die Synthese der proentzündlichen Prostaglandine hemmt.
- **Brennnesselblatt-Extrakt** enthält 2% Kieselsäure. Silizium als Hauptelement der knochenbildenden Zellen ist in der Rheumatherapie unabdingbar, da es das Knochengewebe bei der Regeneration unterstützt.
- **Weidenrinden-Extrakt** (aus *Salicis cortex*) hat als aktiven Wirkstoff vor allem Salicylsäure, die die Entstehung entzündungsfördernder Prostaglandine hemmt.
- **Hericium-Fruchtkörperextrakt** beinhaltet 30% Polysaccharide, welche sich auf die Entwicklung von Nervenzellen auswirken. Der Vitalpilz wird daher unter anderem bei auftretenden Nervenschmerzen eingesetzt.

Indikation: Die Rezeptur entfaltet bei allen schmerzhaften Erkrankungen von Gelenken, Muskeln, Sehnen, Kapseln und Weichteilstrukturen erstaunliche Wirkung.  
Einnahme: 2x1 Kps. tgl.

**Engelwurz-Wurzel-Rezeptur (Cythula 12)**

Eine ähnliche Wirkung birgt die alte TCM-Rezeptur Shen tong zhu yu tang, die Engelwurz-Wurzel-Rezeptur (Cythula 12). Es handelt sich um eine stark wirksame traditionelle Rezeptur des chinesischen Meisters Wang Qingren gegen chronische Körperschmerzen und unterschiedlichste Dysbalancen im Bewegungsapparat. Sie löst Faszienverklebungen, aktiviert das Blut, wandelt Stase, befreit die Leitbahnen und Gefäße und

löst Bi-Syndrom. Damit wirkt sie vitalisierend, schmerzlindernd und fördert die Beweglichkeit in den Gelenken.

Inhaltsstoffe der Rezeptur Cythula 12 sind:

Chinesisches Hasenohr



- Hauptpflanze: *Bupleuri radix* – Chinesisches Hasenohr (Wurzel), *Bupleurum chinense* DC
- *Chinesische-Engelwurz-Wurzel-Extrakt* 10:1
- *Wilde-Safranblüte-Extrakt* 4:1

<sup>1</sup> Clinical an epidemiological reserch extended Report: Comparison of Tripterygium with metatrexat - Deutsches Ärzteblatt 15.4.2014

- Pfirsichkern-Extrakt 10:1
- Cyathula-Wurzel-Extrakt 10:1
- Szechuan-Liebstock-Extrakt 10:1
- Lumbricus terrestris-Extrakt 10:1
- Ural-Süßholzwurzel-Extrakt 10:1
- Myrrhe-Extrakt 10:1
- Exkrement-Extrakt 10:1 (Komplexzahn-Gleithörnchen)
- Gebirgsangelikawurzel-Extrakt 10:1
- Großblättrige-Enzianwurzel-Extrakt 10:1
- Rundes-Zyperngras-Extrakt 10:1 (Nussgras).

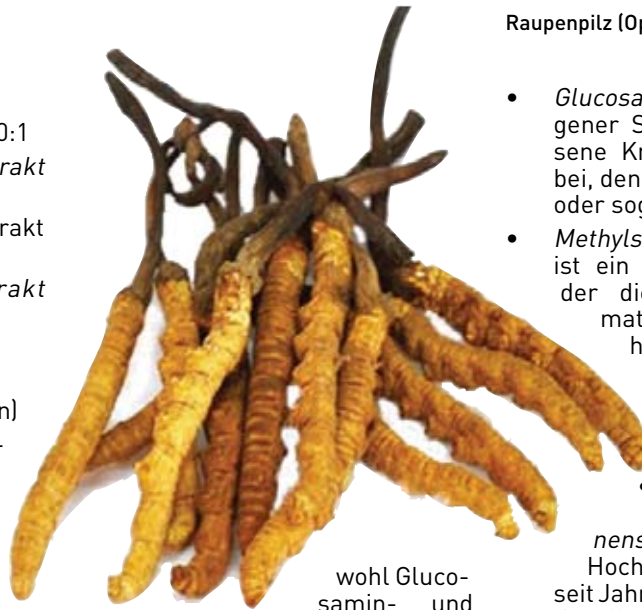
Diese wunderbar abgestimmten Rezepturbestandteile entfalten aus chinesischer Betrachtungsweise folgende Wirkung: *Shen tong zhu yu tang* - aktiviert das Blut, wandelt Stase um, befreit die Leitbahnen und Netzwerkgefäße, löst Bi-Syndrom, löst Faszienverklebungen und stoppt Schmerzen.

Indikation: Schmerzen - starke Schmerzen in Faszien, Muskeln und Gelenken, Schulterschmerzen, Armschmerzen, Rückenschmerzen, Faszienverklebungen, Gelenkschmerzen, Nackenschmerzen, Beinschmerzen, Fibromyalgie, Polyarthritis, Taubheitsgefühle, Rheuma, Arthritis, steife Glieder, Taubheitsgefühle.

Einnahme: 1 gehäufte TL tgl., ggf. steigern auf 2x1 TL tgl. (intensiv einrühren in warmes Wasser oder Smoothie)

### Gelenkkraft-Rezeptur

Bei Arthrose hat sich eine spezielle Rezeptur für die Gelenke als sehr effektiv bewährt. Hierin sind so-



wohlgewohlt Glucosamin- und Chondroitinsulfat als auch

körpereigene Substanzen mit MSM kombiniert. Zusätzlich sind zwei- oder drei gelenkspezifische Heilpilze aus der Traditionellen Chinesischen Medizin in hochkonzentrierter Form zugegeben: Das Ergebnis ist ein wirkungsvoller Komplex, der nicht nur schmerzlindernd wirkt (z. B. durch MSM und Cordycepin), sondern auch den Abbau von Knorpelmasse verlangsamt und neuen Knorpel aufbauen kann. Die hohe Konzentration von Nährstoffen in der Mischung (u. a. Selen, Mehrfachzucker, Calcium und Vitamine), welche durch die Vitalpilze *Ophiocordyceps sinensis* und *Lentinus edodes* sowie Korallencalcium gewährleistet wird, unterstützt den Aufbau neuer Knorpelstrukturen.

- *Chondroitinsulfat* beinhaltet Glucuronsäure und Galactosamine. Es ist als eine der Hauptkomponenten von Knorpelsubstanz essentiell bei der Behandlung von Arthrose.

### Raupenpilz (*Ophiocordyceps sinensis*)

- *Glucosaminsulfat* als körpereigener Stoff schützt verschlissene Knorpel und trägt dazu bei, den Verschleiß aufzuhalten oder sogar zu verhindern.
- *Methylsulfonylmethan* (MSM) ist ein organischer Schwefel, der die Bildung proinflammatorischer Zytokine hemmt und entgiftend wirkt, zudem werden ihm knorpelaufbauende Effekte nachgesagt.
  - Der *Raupenpilz* (*Ophiocordyceps sinensis*) stammt aus den Hochebenen Tibets und wird seit Jahrhunderten in der Traditionellen Chinesischen Medizin verwendet. Der Extrakt wirkt nach aktuellsten Erkenntnissen als natürliches, wirkungsvolles Schmerzmittel gegen Arthrose. Dafür verantwortlich sind die verschiedenen Inhaltsstoffe wie Cordycepin, Selen, Vitamin B1, B2, B12, E und K.
- *Korallencalcium* kann vom Körper gut verwertet werden und wirkt einem Säureüberschuss entgegen.
- *Shiitake-Extrakt* (aus *Lentinus edodes*) mit seinen darin enthaltenen Polysacchariden (u. a. Lentinan) weist eine besonders hohe Nährstoffdichte auf (Selen, Kalium, Zink, Vitamine A, C, D und E, Vitamin B1 und B2 etc.).

Indikation: Arthrose, Arthritis, Osteochondrose, Knorpelabbau, Verschleiss jeglicher Art an den Gelenken.

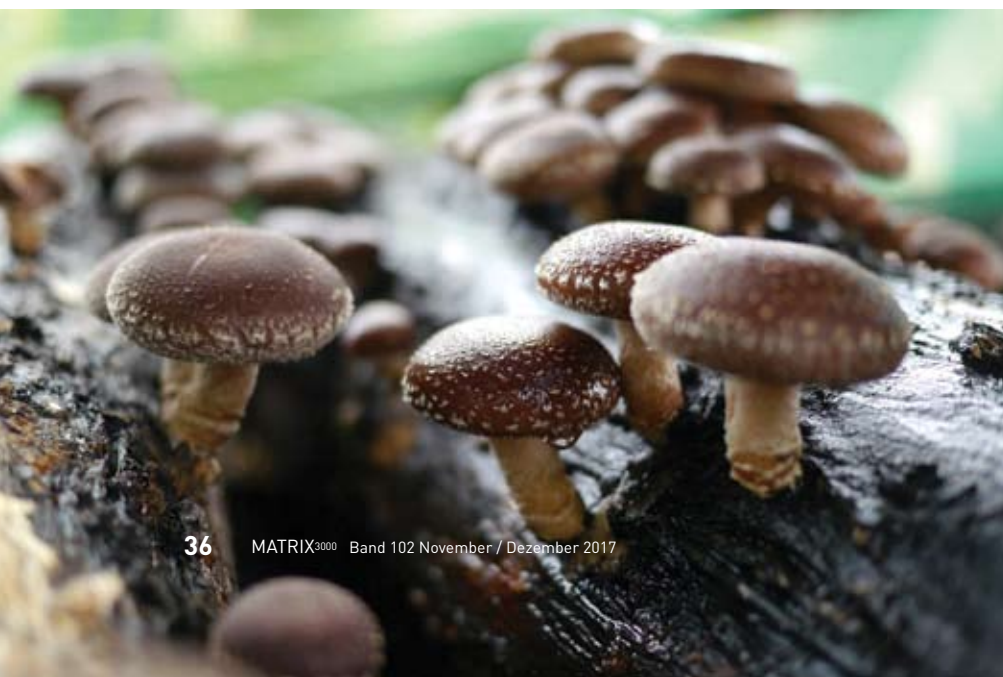
Einnahme: 2-3x1

Durch die Einnahme dieser drei bewährten und sehr hochdosierten Rezepturen können Schmerzen und Bewegungseinschränkungen erheblich gemindert werden, während gleichzeitig Cortison und MTX ausgeschlossen werden können.

### Psychosomatik

Da aus ganzheitlicher Sicht der Körper ein Spiegel unserer Seele ist, geben rheumatische Erkrankungen oft auch einen Hinweis auf mögliche Ungleichgewichte in der Lebensführung. Folgende Gedanken können als Inspiration dienen, um das psycho-emotionale Gleichgewicht zu bearbeiten.

Shiitake-Pilze sind nicht nur ein fester Bestandteil der chinesischen Küche, sondern auch der chinesischen Medizin.





Die schummerigen Kräuterapotheeken Chinas sind auch für uns Europäer eine Fundgrube uralten Heilwissens.

Eingerostete, blockierte Gelenke spiegeln eine festgefahrene Situation wider, vergleichbar mit dem Kolbenfresser im Motor (die Gelenkschmiere, die dem Öl einer Maschine entspricht, ist aufgebraucht), die getreu dem Spruch „Wer zu viel rastet, der rostet“ einzuordnen ist. Nicht nur die Gelenke brauchen Bewegung, auch alles andere sollte „gut geschmiert“ im Fluss bleiben. Neugierde, Spontaneität und Abwechslung machen flexibel.

Oft sind es überlebte Themen (Schlacken, Rheumaknoten), frühe Prägungen und alte Programme, die einen weiteren Fortschritt und die Möglichkeit, das (innere) Leben in den Griff zu bekommen, wie Sand im Getriebe blockieren. Die äußere Fähigkeit, frei, empathisch und authentisch zu kommunizieren, ist blockiert, man wirkt angepasst und steif.

Morgensteifigkeit kann die Starrheit, mit der Betroffene dem Tag und dem Leben begegnen, spiegeln. Die Hemmung der Aggression im Bewusstsein kann als Autoaggression und Schmerz in Form von Entzündung in den Gelenken stecken. Oft kann sich auch ungelebte, unterdrückte Kritik an sich selbst und anderen (meist in der Familie, aber auch im beruflichen Bereich) in dieser Weise manifestieren. Der enttäuschte Traum von harmonischen, friedlichen Beziehungen soll nun erzwungen werden („Diktatur zum Besten aller“) – statt sich eine Position zu erkämpfen, soll sie nun durch Leid erreicht werden („Wer so viel [er-]leidet, muss schließlich belohnt werden“).

### Üblich gefundene „Ablagerung“ unverdauter Konflikte:

- Fingergelenk: das Leben in den Griff bekommen
- Handgelenk: Handlungsfähigkeit
- Ellbogen: Durchsetzungsvermögen
- Hüftgelenk: Fortschritt im Leben und Lebenssinn
- Kniegelenk: Demütigung und Demut
- Fußgelenk: den Absprung schaffen

Nimmt man die Botschaften des Körpers an und erkennt die darin liegende Aufgabe, so können günstigere Begleitumstände geschaffen werden.

### Aufgabe:

Offen(siv)er und authentischer für die eigenen Bedürfnisse eintreten, die gegen sich selbst gerichteten vitalen Energien erkennen und in den geistig-seelischen Bereich lenken; das Schwergewicht von der äußeren auf die innere Aktivität verlegen; Rücknahme von Projektionen; die unverdauten Probleme, die sich in den (Rheuma-) Knoten zeigen, in Bearbeitung nehmen; bewusstes Fasten zur (Er-)Lösung der Knoten und Reinigung des Bindegewebes von entsprechenden Ablagerungen.

### Fazit

Die Behandlung von chronischen Gelenk- und Muskelerkrankungen erfordert letztlich ein sehr aktives Mitarbeiten des Patienten. Mit einer nachhaltigen Ernährungsumstellung (vegan), regelmäßigen Entspannungs-, Regenerations- und

Atemübungen (Yoga, Taiji) lassen sich günstige Rahmenbedingungen gestalten, die zusammen mit einer achtsamen und bewußteren Art, dem Tag zu begegnen, den Nährboden für Heilung legen können. Der Einsatz der hochdosierten Naturmedizin-Rezepturen wie Rheumakomplex und Cythula 12 erleichtert diesen Weg, indem Beschwerden weniger werden und Gelenke sich freier bewegen lassen. Diese Rezeptur macht mir in meiner Praxis viel Freude, denn Patienten, die sehr lange unter Schmerzen trotz MTX und Kortison – und deren Nebenwirkungen – gelitten haben, brauchen nun diese Substanzen nicht mehr. Sie kommen mit der Naturmedizin und der Lebensumstellung wunderbar zurecht. Nach 30 Jahren als Arzt bin ich hochbeeindruckt, wie intensiv Naturmedizin wirkt, wenn Dosis und Komposition stimmen. Gleiche Erfahrungen habe ich bei der Umstellung von Statinen auf „Cholesterinkomplex“ gemacht, bei der Umstellung von Insulin auf „Diabeteskomplex“, bei der Umstellung von Säureblockern auf Alginatkomplexe, bei der Umstellung von  $\beta$ -Blockern auf „TCM Blutdruckkomplex“ und beim Austausch von Antibiotika gegen OPC Komplex. ■



Dr. Ingfried Hobert ist Arzt für Ganzheitsmedizin und Ethnomedizin in eigener Praxis in Steinhude. Hier verbindet er das Beste aus verschiedenen Welten miteinander: Schulmedizin, Naturheilkunde und traditionelles Heilwissen anderer Kulturen. Er ist Autor zahlreicher Gesundheitsratgeber und Bücher über traditionelle Heilverfahren. Ihm wurde es zur Lebensaufgabe, die Jahrtausende alten Weisheiten der Heilkünste anderer Kulturen zu erforschen und auf ihre Anwendbarkeit im Westen zu prüfen. In einem eigens entwickelten ganzheitlichen Therapiekonzept wendet er dieses Wissen mit großer Leidenschaft in seiner Praxis an.

Kontakt: Praxis Dr. med. Ingfried Hobert, An der Friedenseiche 5, D-31515 Steinhude am Meer.  
Tel. 05033/95030.  
e-mail: [praxis@drhobert.de](mailto:praxis@drhobert.de)  
Infos zu Seminaren und Produkten: [www.drhobert.de](http://www.drhobert.de) und [www.ethno-health-akademie.de](http://www.ethno-health-akademie.de)

Soeben erschienen: Das neue Buch von Ingfried Hobert: Die Ethno Apotheke. Die besten Heilpflanzenrezepturen unserer Erde - Indikationen, Anwendung, Wirkungen. (siehe Buchempfehlungsliste)