

Chondroitin- und Glukosaminsulfat

(Natürliche Chondroprotektiva)

Die ideale Kombination für den Knorpel

Ein sinnvolles Produkt für das Bindegewebe und im besonderen für den Gelenkknorpel sollte folgende Vitalstoffe enthalten:

- Chondroitinsulfat
- Glukosaminsulfat
- Schwefeldonator z. B. in Form schwefelhaltiger Polysaccharide aus Algen
- Spurenelemente wie z. B. Mangan und Kupfer

Produkte mit diesen Inhaltsstoffen zeigen in allen Studien eine sehr gute Verträglichkeit.

Gemäss den Therapieempfehlungen der europäischen Rheuma- und Arthrose-spezialisten (EULAR) erhalten sowohl Glukosamin- und Chondroitinsulfat das Prädikat 1 A (wissenschaftlich bestbelegte Wirkungsevidenz bezüglich Schmerzlinderung und positivem Einfluss auf den Krankheitsverlauf).

Natürlich braucht die Therapie mit Chondroitin- und Glukosaminsulfat Zeit und Geduld. Obwohl eine Wirkung vielfach bereits nach ca. 2 Wochen feststellbar ist, sollten Chondroprotektiva wie Chondroitin- und Glukosaminsulfat mindestens während 4 Monaten eingenommen werden. Die Wirkung dieser Knorpelschutzstoffe kann zusätzlich durch hochkonzentrierte Fischöl-Omega-3-Fettsäuren und natürliches Vitamin E (D-alpha-Tocopherol) ergänzt werden.

Lassen Sie sich von einer Fachperson beraten.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ein Geschenk für Ihr Gelenk

Glukosaminsulfat und Chondroitinsulfat sind natürliche, hochkonzentrierte Aminosucker, die vom gesunden und jugendlichen Organismus selbst aus der Nahrung synthetisiert werden und als Grundbaustoff für Gelenkknorpel, Sehnen, Bänder und Knochenstrukturen, aber auch für das Bindegewebe, die Arterienwände und die Haut allgemein von essentieller Bedeutung sind.

Glukosamin- dient zusammen mit Chondroitinsulfat ausserdem zur Reparatur und zum Wiederaufbau geschädigter Knorpel in den Gelenken und der Wirbelsäule, sowie zur Knochenbildung.

Glucosaminsulfat gehört zu jenen körpereigenen Substanzen, die für die Herstellung aller «Gleit- und Dämpfungsschichten», d.h. der Knorpel in den Gelenken, aber auch der Synovialflüssigkeit, der sogenannten «Gelenkschmiere» erforderlich sind. Diese Substanzen heissen Glukosaminoglukane und sind sogenannte Mukopolysaccharide (hochpolymere Verbindungen aus Aminosuckern), zu denen unter anderem auch das Chondroitinsulfat zählt.

Aus Glukosamin- bildet der Körper Chondroitinsulfat – den Hauptbestandteil aller Knorpel.

Mangelt es an Glukosamin- und Chondroitinsulfat wird die an sich zähflüssige Gelenkschmiere dünn und wässrig, die Knorpel der Gelenkkapseln schrumpfen und werden spröde. Dies kann eine Erosion der Knorpelschichten verursachen, was zu Entzündungen der Gelenke, zu Schwellungen, Steifigkeit und Schmerzen führt. Die moderne Medizin bezeichnet diese Veränderungen als «Abnutzungserscheinungen». In Wahrheit handelt es sich in den meisten Fällen jedoch um «Mangelercheinungen».

Glukosaminsulfat und die daraus gebildeten Makromoleküle tragen dazu bei, die Synovialflüssigkeit in den Gelenken und in der Wirbelsäule in ihren Normalzustand zurückzuführen und zusammen mit Chondroitinsulfat beschädigte Knorpel zu reparieren. Verschiedene klinische Untersuchungen in den USA und in Europa haben gezeigt, dass Glukosamin- und Chondroitinsulfat nicht nur abschwellende und schmerzlindernde Eigenschaften bei Gelenkproblemen haben, sondern auch bereits geschädigte Knorpel- und Sehngewebe wiederherstellen können.

Chondroprotektiva

(knorpelschützende Substanzen)

Chondroitinsulfat (Knorpelbaustein)

- Erhöht Wasserbindungskapazität im Knorpel
- Regeneriert Knorpelgewebe
- Verhindert weitere Knorpeldegeneration
- Verbessert Gelenkfunktion

Schwefeldonator

(z. B. schwefelhaltige Polysaccharide aus Algen)

- Schwefel dient als Kittsubstanz im Binde- und Stützgewebe
- Erhöht Wasserbindungskapazität
- Wichtig für Kollagensynthese
- Sulfat-Ionen hemmen knorpelabbauende Enzyme

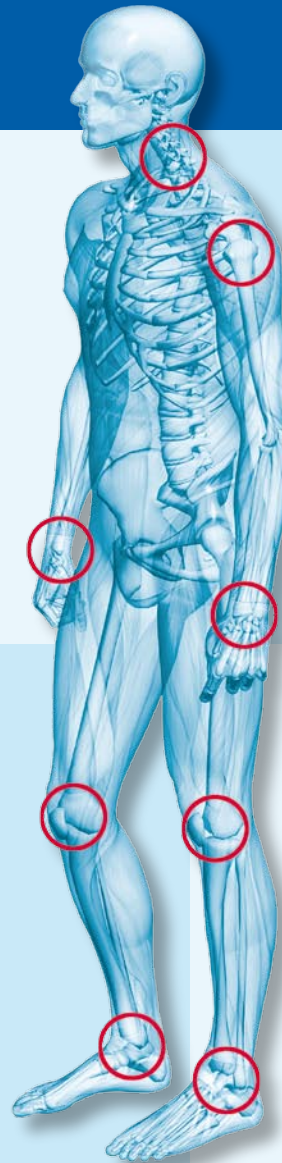
Glukosaminsulfat (Knorpelbaustein)

- Grundbaustein für die Knorpelbildung
- Langanhaltende Schmerzlinderung
- Steigert die Viskosität der Gelenkschmiere
- Verbessert Ernährung des Knorpels
- Kleineres Molekül als Chondroitinsulfat, wird deshalb besser resorbiert
- Knorpelerhaltende Wirkung

Spurenelemente

(z. B. Kombination von Mangan und Kupfer)

- Hemmt die Freisetzung von entzündungsfördernden Enzymen
- Mangan ist wichtig für die körpereigene Glucosaminoglykan-Herstellung



Zusätzliche Hinweise:

- Es existieren verschiedene Glukosaminverbindungen, klinische Studien sprechen für die sulfatierte Form = GlukosaminSULFAT
- 1230 mg Glukosaminsulfat entsprechen 750 mg Glucosamin.
- Glukosaminsulfat: Empfohlene Dosierung 1000 – 1500 mg pro Tag.
- Chondroitinsulfat: Empfohlene Dosierung mindestens 500 mg pro Tag.
- Empfehlung zur **Vorbeugung und bei mittleren Beschwerden**: Glukosaminsulfat + schwefelhaltige Polysaccharide (Schwefeldonator).
- Empfehlung bei **mittleren bis starken Beschwerden**: Glukosaminsulfat + Chondroitinsulfat + schwefelhaltige Polysaccharide.
- Weitere ernährungsmedizinische Vitalstoffe bei Gelenksbeschwerden: natürliches Vitamin E (täglich 600 – 800 I.E), Fischöl-Omega-3-Fettsäuren (täglich 2000 – 3000 mg).