

Was sind degenerative Gelenksbeschwerden (Arthrose)?

Von Arthrose spricht man, wenn Gelenksknorpel durch Abnutzung geschädigt oder zerstört werden.

Das gesunde Knorpelgewebe wird durch die Bewegung des Gelenks mit wichtigen Nährstoffen versorgt. Eine gesunde Knorpelschicht wirkt wie ein stoßdämpfender Schwamm. Wird der Knorpel entlastet, saugt er Nährstoffe auf; wird er belastet, gibt er die Nährstoffe an das Gelenk ab.

Bei einer Arthrose (Gelenksabnutzung) wird in erster Linie der Gelenksknorpel zerstört. Da die Knorpelzellen kein Schmerzempfinden haben, bleiben die ersten Verschleißerscheinungen häufig für lange Zeit unbemerkt. Erste Anzeichen sind Spannungsgefühle und Steifigkeit, besonders morgens und nach Ruhepausen, sowie Schmerzen bei stoßartigen Belastungen, die im Laufe der Zeit immer öfter und stärker auftreten.

Mit dem Fortschreiten des Knorpelabbaus genügen schon geringe Belastungen, um Schmerzzustände auszulösen. Häufig sind auch Reibegeräusche oder Knacken bei Bewegungen zu hören. Nasskaltes Wetter und ungewöhnliche Belastungen verstärken die Symptome.

Im Prinzip kann jedes Gelenk betroffen sein, vor allem aber jene Gelenke, die am meisten beansprucht werden (Knie, Hüften, Wirbelsäule, Schulter, Hand- und Fußgelenke).

Was sind die Ursachen für Gelenksbeschwerden?

Eine häufige Ursache für Arthrose (Gelenksabnutzung) ist eine Überbeanspruchung der Gelenke bei einseitiger Belastung oder durch eine Unterversorgung mit Nährstoffen, die den Gelenksknorpel aufbauen und die Gelenksschmiere verbessern.

Auch Übergewicht (Mehrbelastung der Gelenke), Bewegungsmangel (verminderte Nährstoffversorgung) und extremer Sport gelten als Ursachen. Außerdem kann eine Fehlbelastung der Gelenke, die oft durch Verletzungen hervorgerufen wird, für das Entstehen einer Arthrose (Gelenksabnutzung) verantwortlich sein.

Wie wirken Mag. Pfeiffers® Gelenkskapseln?

Für die Gesunderhaltung der Gelenksknorpel ist es besonders wichtig, diese ausreichend mit bestimmten Nährstoffen zu versorgen. Hierzu gehören die beiden natürlichen Substanzen Glucosamin und Chondroitin (sog. Chondroprotektiva).

Durch die regelmäßige Einnahme von Glucosamin und Chondroitinsulfat kann der Knorpelstoffwechsel aktiviert und der Knorpelabbau verzögert werden.

L-Lysin ist eine essentielle Aminosäure, Baustein des Fasereiweißes Kollagen, das für die Elastizität des Gewebes und den Knorpelaufbau verantwortlich ist.

Mangan ist ein Spurenelement, das die Umwandlung von Glucosamin in Knorpelgewebe fördert und eine wichtige Rolle bei knorpelbauenden Prozessen spielt. Mangan trägt außerdem zur Erhaltung normaler Knochen und zur Bindegewebsbildung bei.

Anwendungsgebiete

von Mag. Pfeiffers® Gelenkskapseln

- zur Steigerung von Funktion, Belastbarkeit und Elastizität des Gelenksknorpels
- zur Steigerung der Beweglichkeit und Funktion der Gelenke
- bei Arthrose oder alters- und belastungsbedingten Gelenksbeschwerden (Tragen schwerer Lasten, Bewegungsmangel und Übergewicht)
- bei intensivem Sport

Nährwerte pro Tagesdosis (3 Kapseln)

Brennwert	21,3 kJ / 5,1 kcal
Eiweiß	12,6 mg
Kohlenhydrate	1,19 g
Fett	0,02 g

Zutaten pro Tagesdosis (3 Kapseln enthalten)	Menge	%RDA
Glucosamin HCL	900 mg	
L-Lysin HCL	630 mg	
Chondroitin Sulfat	300 mg	
Mangan	5,1 mg	102 %
Füllstoff: Magnesiumstearat		
Kapselhülle: HydroxypropylMethylCellulose, Farbstoff: Titandioxid, Wasser		

Nebenwirkungen

Mag. Pfeiffers® Gelenkskapseln sind im Allgemeinen gut verträglich. Selten treten Magen-Darm-Beschwerden auf.