

Arthrose und Gelenkschmerzen überwinden

Ernährung - Bewegung - Nährstoffe



FORSCHUNGSGRUPPE

Dr. Feil

Hallo, ich bin Dr. Wolfgang Feil.

Ich bin Biologe und Naturwissenschaftler und beschäftige mich seit über 20 Jahren mit den Themen Arthrose, Knorpelregeneration und Ernährung.

Mein Buch Arthrose und Gelenkschmerzen überwinden gehört mit über 100.000 verkauften Exemplaren zu den meistgelesenen Fachbüchern zum Thema Arthrose und konnte bereits mehreren tausend Patienten ein Leben ohne Schmerzen ermöglichen.

In diesem Report möchte ich Ihnen einen kleinen Einblick in das Thema Arthrose und Gelenkschmerzen geben und was Sie dagegen tun können.

Sollten Sie Fragen haben, zögern Sie nicht uns zu kontaktieren. Sie erreichen uns per Mail: info@dr-feil.com



Arthrose

Eine Arthrose ist eine schmerzhafteste Erkrankung der Gelenke, die mit Entzündungen einhergeht. Werden die Entzündungen nicht gelindert, kommt es zum Abbau von Knorpelstrukturen und damit zu Bewegungseinschränkungen und Schmerzen. Arthroseerkrankungen werden in vier typische Stadien unterschieden:

1. Stadium: Die Knorpelschicht wird rauer und dünner. Hier haben Sie in der Regel noch keine Schmerzen.
2. Stadium: Die zunehmenden Entzündungen bewirken einen stärkeren Knorpelabbau. Erste Schmerzen und Cysten treten auf.
3. Stadium: Fortgeschrittener Knorpelverlust, Schmerzen nehmen zu, besonders beim Anlaufen nach dem Sitzen oder Liegen.
4. Stadium: Vollkommener Knorpelverlust an einer bestimmten Stelle mit direktem Druck auf den Knochen mit starken Schmerzen. Damit der Druck auf das Gelenk trotzdem noch abgefangen wird, bilden sich am Knochen Randwülste.

Was soll ich tun?

Generell lässt sich folgende Strategie empfehlen:

1. Entzündungssenkende Ernährung
2. Mobilisierung von Sehnen und Bänder
3. Aufbau der Gelenke

Um Entzündungen im Körper zu senken, sollten Sie sich entzündungssenkend nach Dr. Feil ernähren, d.h. mit viel Kräutern, Gewürzen, hochwertigen Fetten und wenig Kohlenhydrate.

Die Mobilisierung der Sehnen und Bänder erreichen sie durch die doppelte DaWo's Strategie: Sie massieren „da wo's weh tut“, und mobilisieren „da wo's her kommt“.

Um den Gelenkaufbau zu fördern, helfen Ihnen die Nährstoffe Kollagenhydrolysat, Ackerschachtelhalm, Glucosamin- und Chondroitinsulfat.

Mehr Informationen erhalten Sie in unserem kostenlosen Email-Kurs.

Hier können Sie sich zu unserem kostenlosen Kurs anmelden:
dr-feil.com/kursanmeldung/arthrose

Die Dr. Feil Arthrosekur



In der Dr. Feil Arthrosekur begleiten wir Sie mit allen wichtigen Nährstoffen, die Sie für eine gesunde Kollagenbildung¹, Knorpelfunktion², Bindegewebe³ und Knochen⁴ brauchen. Zusätzlich erhalten Sie von uns eine Broschüre mit allen Infos sowie Motivations E-Mails, um dran zu bleiben.

Sichern Sie noch heute Ihre Arthrosekur!

^{1,2} normale Kollagenbildung für eine normale Knorpelfunktion (Vitamin C), ³ normale Bildung von Bindegewebe (Mangan),

⁴ Erhaltung normaler Knochen (Zink, Magnesium, Mangan, Vitamin D und K)

Erfahrungsberichte

Keine Operation nötig

Mein Hausarzt überwies mich zum Chirurgen bei dem ich am einen OP-Termin bekam. Da die Beschwerden bis dahin etwas besser wurden, sagte ich den OP-Termin 3 Tage vorher ab, um auch noch ein 2. Gutachten einzuholen. Auch dieser Arzt riet zur Operation. Von meiner Schwägerin bekam ich das Arthrosebuch von Dr. Feil. Ich habe mich nicht operieren lassen und die Dr. Feil Empfehlungen umgesetzt. Diese Maßnahmen wende ich bereits seit 18 Monaten an und ich bin sehr zufrieden. Mit den restlichen Beschwerden, manchmal leichtes Ziehen in der Kniekehle kann ich gut leben. (Anton S.)

MRT beweist Knorpelregeneration

Nachdem ich den Vortrag von Dr. Feil in Dresden gehört hatte, setzte ich die ganze Strategie von Dr. Feil um. Dabei hatte ich eine per MRT diagnostizierte, fortgeschrittene Arthrose Stadium III, zusätzlich eine Bakerzyste und einen verschlissenen Meniskus. 12 Monate später war ich schmerzfrei und schaffte eine 40 km Leistungswanderung von Radeberg (bei Dresden) durch die Sächsische Schweiz. Weitere drei Monate später wollte ich es genau wissen und machte bei meiner Radiologin Frau Dr. Wihsgott ein zweites MRT. Der Befund: Vollständige Knorpelregeneration, Bakerzyste weg, Meniskus Risse vollständig ausgeheilt. (Gunther W.)

Weitere Erfahrungsberichte

Möchten Sie
weitere Infos?

[Ja, gerne! \(klick\)](#)