

Patienteninformationen zur MBST Kernspinresonanz-Therapie

Hinweis zur MBST Kernspinresonanz-Therapie

Entscheidend für den nachhaltigen Erfolg der MBST-Therapie bei degenerativen Erkrankungen ist der Ansatz, dass der Schwerpunkt der Therapie in der Behandlung der Krankheitsursache und nicht nur in der Linderung der Beschwerden liegt.

Bei durch Degeneration ausgelösten Bandscheibenschäden sind oft sowohl die Wirbelknochen als auch die aus verschiedenen Knorpelarten bestehenden dazwischenliegenden Bandscheiben betroffen. Wissenschaftliche Auswertungen haben gezeigt, dass die MBST-Therapie deutliche Erfolge bei der Behandlung von sowohl Knorpel- als auch Knochendegenerationen erzielen kann und dass die ausgelösten Regenerationsprozesse selbst nach Jahren noch nicht vollständig abgeschlossen sind.¹¹

Die MBST-Therapie ist für Erkrankungen oder Rückenschmerzen, die auf degenerative Prozesse an der Wirbelsäule zurückzuführen sind, sowie bei Bandscheibenvorfällen geeignet.

Die MBST-Vorteile für Sie auf einen Blick:

- Ohne operative Eingriffe
- Ohne epidurale Infiltrationen
- Ohne Infusionen oder Spritzen
- Ohne Opiode oder Muskelrelaxantien
- Ohne Medikamente oder Pflaster
- Ohne Nebenwirkungen
- Ohne Wechselwirkungen
- Ohne Strahlenbelastung
- TÜV-zertifizierte Qualität
- Wissenschaftlich bestätigt¹²
- Bereits mehr als 1.000.000 Behandlungsstunden

Ihre persönliche MBST Bandscheiben-Therapie

Die wissenschaftlich bestätigte MBST Kernspinresonanz-Therapie wird ausschließlich in zertifizierten MBST-Behandlungszentren angeboten und erst nach Vorliegen einer ärztlichen Diagnose durchgeführt. Im Rahmen des Patientengesprächs werden Sie ausführlich über die MBST-Therapie informiert. Damit stellen wir sicher, dass Sie eine auf Sie und Ihre Beschwerden angepasste MBST Kernspinresonanz-Therapie erhalten.

Sie sind wichtig!

Als Patient erhalten Sie in Ihrem MBST-Behandlungszentrum eine umfassende medizinische Betreuung, wozu auch Kontrolluntersuchungen nach drei, sechs und zwölf Monaten gehören.

Helfen Sie anderen Betroffenen mit Ihren Erfahrungen!

Mit der MBST Kernspinresonanz-Therapie entscheiden Sie sich für einen Weg ohne operative Eingriffe, Infusionen, Spritzen oder Medikamente. Wir freuen uns, wenn Sie Ihre Erfahrungen rund um die MBST-Therapie in einem Patientenbericht teilen. So können Sie mit Ihren Erfahrungswerten vielleicht auch eine wertvolle Informationsquelle und Hilfe für andere Betroffene sein.

Ihre persönliche MBST-Therapieempfehlung

Behandlungsbereich / Behandlungszone

Diagnose / Indikation

Anzahl der empfohlenen MBST-Therapiesitzungen

Ihr MBST-Behandlungszentrum



Innovative Medizintechnik · Made in Germany

Die MedTec Medizintechnik GmbH ist Entwickler und Hersteller des MBST Kernspinresonanz-Therapiesystems. Seit zwei Jahrzehnten steht die MedTec für medizintechnischen Fortschritt, Innovation und Qualität. Das Unternehmen mit Sitz in Wetzlar kombiniert wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse und technologische Kompetenz mit medizintechnischer Innovationskraft, um einige der größten Gesundheitsprobleme anzugehen.

Forschung · Anwendung · Entwicklung

Das Leitbild der MedTec Medizintechnik GmbH ist es, durch Forschung die Ursachen degenerativer Erkrankungen sowie die körpereigenen Prozesse bei Verletzungen besser zu verstehen und durch molekulare biophysikalische Stimulation mit der MBST Kernspinresonanz-Therapie ihre Behandlung zu fördern. Dazu entwickelt die MedTec Medizintechnik GmbH einzigartige MBST-Therapiegeräte für die Bereiche Humanmedizin, Veterinärmedizin und Ästhetische Medizin.

In Deutschland entwickelt · Weltweit im Einsatz

Der MBST-Technologie vertrauen Ärzte, Fachärzte, Therapeuten, Medizinische Versorgungszentren und Kliniken – nicht nur in Deutschland, sondern weltweit. MBST wird seit 1998 angewendet. Bis heute sind der MedTec nach über 1.000.000 durchgeführter MBST-Therapiestunden keine Neben- oder Wechselwirkungen bekannt geworden.

Mehrfach ausgezeichnet · TÜV-zertifizierte Qualität

Die stetig steigende Zahl an weltweit therapierten Patienten, hervorragende Mitarbeiter, kompromislose Qualität und überzeugend wirksame MBST-Therapieprodukte führten dazu, dass die MedTec bereits mehrfach mit den wichtigsten Preisen für den deutschen Mittelstand ausgezeichnet wurde. Um die Einhaltung höchster Qualitäts- und Sicherheitsstandards zu gewährleisten, wird die MBST-Technologie nur am Wirtschaftsstandort Deutschland entwickelt und ausschließlich in MedTec zertifizierten MBST-Behandlungszentren angeboten.



400184-V 3.0

MBST®

MedTec Medizintechnik GmbH
Sportparkstraße 9 · D-35578 Wetzlar

+49 (0) 6441 - 6 79 18 - 0

+49 (0) 6441 - 6 79 18 - 19

info@mbst.de

www.mbst.de

facebook.com/mbst.de

twitter.com/MBST_THERAPIE

Haftungsausschluss: Die Angaben und Empfehlungen erfolgen ohne Verpflichtung oder Garantie der Autoren. Alle Inhalte inkl. Zitate werden mit größter Sorgfalt erstellt und regelmäßig überarbeitet. Für Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität übernehmen wir keine Gewähr. Wir haften nicht für Schäden, gleich welcher Art, die durch Nutzung oder Nichtnutzung der enthaltenen Informationen entstehen.

Urheberrecht: Ohne die schriftliche Zustimmung ist die Vervielfältigung oder sonstige Verwendung dieser Inhalte in keiner Form gestattet. Alle in der Publikation verwendeten oder gezeigten Bilder, Marken und Logos sind Eigentum der jeweiligen Rechteinhaber.

Bildrechte: © MedTec Medizintechnik GmbH, fotolia.com, stock.adobe.com, Robert Kneschke, Kurhan, wildword, www.top100.de



Verbraucherhinweis: Die MBST Kernspinresonanz-Therapie erfolgt ausschließlich nach fachärztlicher Diagnose. Vertreter der Schulmedizin sehen diese Therapie hinsichtlich ihrer Wirksamkeit als „wissenschaftlich nicht hinreichend gesichert“ an. Aussagen zur Wirksamkeit und Verträglichkeit beruhen auf den Erfahrungen in der Anwendung der Therapie der MBST-Behandlungszentren und deren Patienten. Da jeder Mensch anders ist und in der Medizin der Erfolg einer Methode naturgemäß nicht garantiert werden kann, werden Patienten im Vorfeld umfassend und ohne Zeitdruck über Behandlung sowie mögliche Risiken und Kontraindikationen aufgeklärt. Die MBST-Therapie ist eine individuelle Gesundheitsleistung, die in einem MBST-Behandlungszentrum auf persönlichen Wunsch des Patienten erbracht wird, und ist somit eine kostenpflichtige Selbstzahlerleistung. Die gesetzlichen und privaten Krankenkassen sind nicht verpflichtet, die Kosten zu erstatten. Die Inhalte dieser MedTec-Publikation dienen der allgemeinen Information über Gesundheitsthemen, nicht der gesundheitlichen Beratung. Sie können und sollen in keinem Falle die ärztliche Beratung, Diagnose oder Behandlung ersetzen oder als Grundlage zu einer eigenständigen Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden bitte immer den Arzt Ihres Vertrauens.

Quellen: [1] Niv et al. 2003, Pain 105, 387-392. [2] Nilges & Nagel 2007, Dtsch med Wochenschr 132(41), 2133-2138. [3] Temiz Artmann et al. 2005, Methods and Findings in Experimental and Clinical Pharmacology 27(6), 391-394. [4] Melzer et al., Fachkrankenhaus für Orthopädie 2003. [5] Salomonowitz et al. 2011, Z f Orthopädie und Unfallchirurgie, 149, 575-581. [6] Melzer et al., Fachkrankenhaus für Orthopädie 2003. [7] Beerenaub/Meng 2016, Nat Rev Rheumatol. 12(9), 508-516, doi: 10.1038/nrrheum.2016.93. [8] Hoyle et al. 2017, Science Translational Medicine 9 (415), doi: https://doi.org/10.1126/scitransmed.aal2774. [9] Egg et al. 2017. [10] Kullich et al. 2006, Int J Back and Musculo-skeletal Rehabilitation 19, 79-87. [11] Kullich et al. 2013, SCHMERZnachrichten 4a. [12] Kullich/Melzer 2018, Wissenschaftliche Bewertung der MBST-Kernspinresonanztechnologie hinsichtlich ihres therapeutischen Potentials und des Nachweises der klinischen Wirksamkeit.

Osteochondrose? Kreuzschmerzen? Bandscheiben? Rückenschmerzen? Hexenschuss?

Spondylose? Bandscheibenvorfall? Ausstrahlende Schmerzen?



Die innovative Bandscheiben-Therapie kann vielleicht auch Ihnen helfen!



Einfach mehr Lebensqualität
dank gesunder Bandscheiben



Allgemeine Informationen zu Rückenleiden, Wirbelsäule und Bandscheiben

Liebe Patientin, lieber Patient,

Rückenleiden (Dorsopathien) gehören mit Arthrosen zu den häufigsten chronischen Schmerzsyndromen.¹ Die vorliegenden Informationen zu Schmerzen in Rücken und Kreuz sowie zu den Bandscheiben sollen aufzeigen, wie die MBST-Therapie vielleicht auch Ihnen helfen kann, wieder aktiver und vor allem möglichst schmerzfrei am täglichen Leben teilzunehmen.

Rückenschmerzen · Kreuzschmerzen

Schmerzen der Muskeln, Nerven, Knochen und anderen Strukturen im Rücken bzw. der Wirbelsäule werden als Dorsalgien oder Lumbalgien bezeichnet.

- Akute Rückenschmerzen**
Schmerzdauer 1 bis 4 Wochen
- Subakute Rückenschmerzen**
Schmerzdauer 5 bis 12 Wochen
- Chronische Rückenschmerzen**
Schmerzdauer über 12 Wochen oder mehrfaches Auftreten innerhalb von 6 Monaten

Chronische Rückenschmerzen

Chronische Schmerzen² spielen im Leben Betroffener eine zentrale Rolle. Erfolglose Therapieversuche führen häufig zu schwerwiegenden Einschränkungen der Lebensqualität und verursachen oft eine gedrückte Stimmung, Ängste und eine reduzierte Leistungsfähigkeit.

Wirbelsäule und Bandscheiben

Unsere Wirbelsäule setzt sich aus knöchernen Wirbelkörpern, Bandscheiben und sie umgebenden Muskeln, Bändern, Gefäßen und Nerven zusammen.

Gesunde Bandscheiben sind die Stoßdämpfer der Wirbelsäule und ermöglichen auch ihre Beweglichkeit. Sie bestehen aus einem weichen Gallertkern (Nucleus pulposus), der von einem Faserring mit Knorpelgewebe (Anulus fibrosus) umgeben ist, sowie in die Wirbelkörper einstrahlenden hyalinknorpeligen Deckplatten.

Schädigungen der Bandscheibe können im gesunden Zustand zunächst noch ausgeglichen werden. Da Knorpelgewebe aber stoffwechselträge ist, erfolgt die Regeneration nur sehr langsam. Bei Störungen dieser körpereigenen Reparaturmechanismen, z. B. bei vermindertem Zellstoffwechsel, können sich Elastizität, Höhe und Belastbarkeit der Bandscheiben mit zumeist sehr schmerzhaften Folgen verringern.



Illustration geschädigten Gewebes

Hexenschuss · Lumbago

Wenn nach einer ruckartigen Bewegung ein heftiger, lähmender Schmerz im Bereich der Lendenwirbelsäule auftritt, kann ein Hexenschuss vorliegen. Betroffene können sich kaum bewegen und verfallen schmerzbedingt in eine Schonhaltung. Ursache der chronischen Lumbago sind oft degenerative Veränderungen an Bandscheiben und Wirbelgelenken der Lendenwirbelsäule.

Bandscheibenprotrusion

Ein degenerierter, spröder Faserring kann den Gallertkern nicht mehr in seiner Position halten. Die Bandscheibe wölbt sich in den Wirbelkanal vor und drückt auf Rückenmark oder Nerven, was zu intensiven Schmerzen führt.

Bandscheibenvorfall

Reißt der Faserring bei Belastung, kann der Gallertkern direkt in den Rückenmarkskanal austreten. Dort verlaufende Nervenstränge werden abgedrückt. Die Folge sind selbst in Ruhephasen starke, ausstrahlende Schmerzen und Empfindungsstörungen. In schweren Fällen kann es sogar zu Störungen des Stuhl- und Harndrangs und Lähmungserscheinungen kommen.

Osteochondrose

Eine Osteochondrose liegt vor, wenn die Bandscheibendegeneration zu knöchernen Veränderungen im Bereich der Wirbelsäule führt. Vergrößern sich die Verknocherungen, kann die Beweglichkeit der Wirbelsäule so stark eingeschränkt werden, dass der betroffene Abschnitt der Wirbelsäule völlig versteift. Daraus ergeben sich dauerhafte, starke Rückenschmerzen, die bei nahezu jeder Bewegung und auch in Ruhe auftreten.

Behandlungsmöglichkeiten

Viele Therapieansätze zielen vor allem auf die Schmerzlinderung. Schmerzmittel, Entzündungshemmer oder Muskelrelaxantien werden per Spritze oder Infusion verabreicht und mit physiotherapeutischen Maßnahmen ergänzt. Die Degeneration der Bandscheiben schreitet so jedoch weiter voran. Dann besteht die Gefahr, dass ein Rückenleiden chronisch wird. Selbst Operationen können in diesem Fall nicht immer Abhilfe schaffen.

Die nicht-operative MBST Kernspinresonanz-Therapie geht einen anderen Weg und will neben der nachhaltigen Schmerzlinderung vor allem die Regeneration der geschädigten Gewebezellen von Wirbelsäule und Bandscheiben anregen.

Das Wirkprinzip der MBST Kernspinresonanz-Therapie

MRT – die Basistechnologie

Die bildgebende Kernspintomografie (MRT) kombiniert starke Magnetfelder und Radiowellen (Impulse), um Wasserstoffprotonen in organischem Gewebe anzuregen. Gewebe unterscheiden sich unter anderem in ihrer Protonendichte. Die Impulse übertragen den Protonen Energie, wodurch sich deren biophysikalische Parameter messbar verändern. Aus den so gewonnenen Daten berechnet der Computer Bilder zur diagnostischen Nutzung.

Ziel der Kernspintomografie – ein kontrastreiches Bild

Die bildgebende Kernspintomografie nutzt die unterschiedlichen Gewebeparameter, um möglichst kontrastreiche Gewebebilder für Diagnosezwecke zu erhalten.

Ziel der MBST-Therapie – Regenerationsprozesse auslösen

Die MBST-Therapie nutzt Gewebeparameter nicht zur Bildgebung, sondern um Zellen auf molekularer Ebene durch eine gezielte Energieübertragung auch metabolisch zu stimulieren.^{3,4}

Der MBST-Therapieansatz bei Bandscheibenbeschwerden

Der Stoffwechsel (Metabolismus) ist die Grundlage aller lebensnotwendigen Abläufe im Körper und benötigt viel Energie. Energie, die auch in den Bandscheiben und Wirbeln für Aufbau, Schutz und Reparatur des Gewebes gebraucht wird.

Da die Bandscheiben nur im äußeren Teil des Faserrings durchblutet werden, erfolgt die Ernährung der Zellen dort durch Diffusion. Im degenerativen Prozess fehlt den Zellen so u. a. Energie, um die entstandenen Defekte z. B. über eine Stoffwechselsteigerung auszugleichen. Schäden werden nicht mehr repariert⁵ und die Bandscheiben können mit der Zeit ihre Funktion nicht mehr erfüllen. Hier setzt die MBST-Therapie an.

Körpereigene Reparaturmechanismen stimulieren

Die therapeutisch genutzte MBST Kernspinresonanz-Technologie wurde entwickelt, um eine gezielte Energieübertragung sowohl in das Knochen- als auch in das Knorpelgewebe der Wirbelsäule bzw. Bandscheiben zu ermöglichen.

Die gezielte Energiezufuhr in verletztes Gewebe soll auch den Zellstoffwechsel anregen und körpereigene Reparaturmechanismen bzw. Regenerationsprozesse zeitnah fördern.

Ziel der MBST Kernspinresonanz-Therapie ist neben der Schmerzlinderung eine verbesserte Beweglichkeit und vor allem die Vermeidung operativer Eingriffe an der Wirbelsäule. Die MBST-Therapie verfolgt also keinen rein symptomatischen Behandlungsansatz, sondern hat die wichtigsten Ursachen vieler Rückenleiden im Fokus – und zwar ohne operative Eingriffe oder Medikamente.

Das MBST-Wirkprinzip

Die MBST-Therapie basiert auf dem physikalischen Prinzip der Kernspinresonanz, bei dem Wasserstoffkerne zunächst Energie aufnehmen und anschließend zum Teil wieder an das umliegende Gewebe abgeben. Wissenschaftliche Daten weisen darauf hin, dass die MBST Kernspinresonanz-Technologie so verschiedene biophysikalische Prozesse stimuliert und entzündungshemmende sowie schmerzlindernde Effekte auslöst.⁶ Geschädigte Zellen werden dadurch derart beeinflusst, dass natürliche regenerative Prozesse ausgelöst werden können. So soll das therapierte Gewebe möglichst seine volle Funktionalität wiedererlangen.

Der MBST-Therapieansatz

Die Kernspinresonanz-Therapie hat bei degenerativen Erkrankungen einen kausalen Ansatz, d. h., sie setzt direkt an der Ursache der Erkrankung an. Bei Verletzungen und anderen Indikationen wird die Therapie schmerzreduzierend, entzündungshemmend sowie zur aktiven Beschleunigung von Heilungsprozessen eingesetzt – auch präventiv und postoperativ.

MBST und die Chronobiologie: Jet-Lag der Zellen

In jeder unserer Zellen tickt ein winziges biologisches Uhrwerk. Die Medizin identifiziert dejustierte Zelluhren u. a. als eine der Ursachen von verschiedenen Krankheiten, wie z. B. Arthrose⁷, und zeigt auf, dass Wundheilungsprozesse ebenfalls beeinflusst werden.⁸ Die Bedeutung des Forschungsgebietes rund um die Circadiane Uhr wurde 2017 mit dem Nobelpreis für Medizin bestätigt, wodurch die Wichtigkeit dieser natürlichen und von den Zelluhren gesteuerten Prozesse für unsere Gesundheit untermauert wird.

Vereinfacht kann man sagen, dass aus dem Takt geratene bzw. fehlregulierte Körperzellen wichtige Prozesse nicht mehr durchführen können. Im Gewebe entsteht dann eine metabolische Stresssituation (oxidativer Stress), was u. a. Fehlregulationen des Stoffwechsels und Störungen im Zusammenspiel molekularer Mechanismen auslösen kann. Gewebedegenerationen, gestörte Regenerationsprozesse und damit einhergehende Entzündungsreaktionen können die Folgen sein.

Die MedTec beschäftigt sich seit Jahren mit der Erforschung des Einflusses der MBST-Therapie auf die innere Uhr von Zellen und kann heute schon signifikante Studienergebnisse⁹ vorweisen, die zeigen, dass MBST die Zelluhren aktiv beeinflussen kann. Diese Neujustierung der natürlichen Taktgeber der Zellen soll helfen, das reibungslose Funktionieren der zellulären Prozesse wiederherzustellen.

Häufige Fragen zur MBST Kernspinresonanz-Therapie

Welche Nebenwirkungen hat die MBST-Therapie?

MBST wird seit 1998 international angewendet. Bis heute sind uns noch keine Nebenwirkungen bekannt geworden.

Muss ich Medikamente nehmen?

Spritzen, Infusionen, Medikamente oder Schmerzmittel sind kein Bestandteil der MBST Kernspinresonanz-Therapie. Ob diese in Ihrem Fall nötig oder zusätzlich sinnvoll sind, entscheidet Ihr behandelnder Arzt.

Geht es mir nach der Behandlung sofort besser?

MBST kann über lange Zeiträume entstandene Schäden nicht über Nacht ausgleichen. Viele Patienten berichten jedoch von raschen Verbesserungen der Beweglichkeit sowie Schmerzlinderung bis hin zur Schmerzfremheit.

Wie lange hält die Wirkung an?

Neben deutlichen Erleichterungen bei Alltagstätigkeiten zeigen Patientendaten^{5,10} vor allem auch eine signifikante Schmerzreduktion, die über den Kontrollzeitraum von mehreren Monaten hinaus anhielt. Bei Berufstätigen hat sich die Anzahl der Krankenstandstage wegen Rückenschmerzen erheblich reduziert.

Übernimmt die Krankenkasse die Kosten der Therapie?

Derzeit ist die MBST Kernspinresonanz-Therapie eine individuelle Gesundheitsleistung für Selbstzahler. In Einzelfallentscheidungen übernehmen einige private Kostenträger die Kosten der Therapie ganz oder anteilig.

Gibt es Studien zur Wirksamkeit der MBST-Therapie?

Aussagen zur Wirksamkeit beruhen auf den Erfahrungen in der Anwendung der Therapie der behandelnden Ärzte und deren Patienten sowie auf wissenschaftlichen Daten aus Studien und Publikationen. Vertreter der Schulmedizin sehen diese Therapie hinsichtlich ihrer Wirksamkeit als „wissenschaftlich nicht hinreichend gesichert“ an. Die MedTec stellt Interessierten gerne alle wissenschaftlichen Informationen zur Verfügung, damit diese selbst oder mit Beratung Dritter eine fundierte Einschätzung der Wirksamkeit und Sicherheit der MBST-Therapie bzw. -Technologie für ihren Fall treffen können.

Gibt es Kontraindikationen?

Vor der Durchführung einer MBST-Therapie rät die MedTec zu einer individuellen Abklärung durch den behandelnden Arzt bei Vorliegen folgender Voraussetzungen:

Aktive Implantate, wie z. B. Herzschrittmacher, Defibrillatoren (ICD-Systeme), Schmerz- und Insulinpumpen, oder Tumore im Behandlungsbereich. Bei HIV-Erkrankung, Leukämie, einigen seltenen Stoffwechselerkrankungen oder Schwangerschaft.

Die Durchführung der MBST-Therapie beeinträchtigt nicht die Verkehrstüchtigkeit und das Bedienen von Maschinen. Wechselwirkungen mit anderen therapeutischen Maßnahmen sind uns derzeit nicht bekannt.

Ablauf einer MBST-Therapie

Die MBST-Therapie für Ihre Bandscheiben- oder Wirbelsäulenerkrankung wird erst nach entsprechender Diagnose von Ihrem Arzt bei der MedTec in Auftrag gegeben.

Ihre Behandlungsdaten werden auf eine MBST-Therapiekarte transferiert und an Ihr MBST-Behandlungszentrum gesendet. Dort werden die Daten direkt auf das MBST-Therapiegerät übertragen, was eine optimale Behandlung sicherstellt.

Mit dem Start jeder Behandlungseinheit stellt das Therapiegerät zunächst Kernspinresonanzbedingungen mit dem Gewebe her und beginnt anschließend die gezielte Energieübertragung.

Jede Behandlungseinheit dauert 60 Minuten. Währenddessen können Sie entspannt Musik hören, lesen oder sogar schlafen. MBST-Therapieserien für Wirbelsäulen- und Bandscheibenschäden umfassen neun Behandlungseinheiten.

Während der schmerzfreien Behandlung sind Sie keinerlei schädlicher Strahlung, wie z. B. beim Röntgen, ausgesetzt.

Was sollten Sie beachten?

Zur Unterstützung Ihres Therapieergebnisses beachten Sie bitte die folgenden Hinweise:

- Therapiebegleitend viel trinken: am besten Wasser ohne Kohlensäure oder „stille“ Fruchtsaftschorlen.
- Fettarme Ernährung: Gemüse, Kräuter und Gewürze liefern entzündungshemmende Antioxidantien.
- Häufige moderate Bewegung mit kontrollierter Belastung stärkt Muskulatur und Gelenke.
- Während der Therapieeinheit metallhaltige und magnetisierbare Gegenstände soweit möglich ablegen. Chip- oder Magnetkarten in der Behandlungszone könnten unbrauchbar werden.

