

## 5 Jahre Arthrose-Selbsthilfe-Oelde



Am Dienstag den 14. Dezember feiert die Arthrose-Selbsthilfe ihren fünften Geburtstag. Alle Interessierten können bei Tee und Gebäck (zubereitet nach der GAT (ganzheitlichen Arthrose-Therapie) mitfeiern.

Im Dezember 2005 gründete Frau Wolzen diese Selbsthilfegruppe. Sie hatte selbst Arthrose. Drei Jahre konnte sie nur mit Gehhilfen gehen. Keiner der 19 Fachärzte, die sie in den drei Jahren aufsuchte, konnten ihr helfen. Zweimal wurde das Knie operiert, ohne Erfolg. Die meisten Ärzte argumentierten: Sie haben Arthrose Grad IV, d.h. da ist kein Knorpel mehr vorhanden. Da kann man nichts mehr machen, das Knie ist kaputt. Nach mehreren Jahren hatte sich durch die ständige Benutzung der Gehhilfen an beiden Händen ein Karpaltunnelsyndrom gebildet, so dass schließlich ein künstliches Kniegelenk Abhilfe schaffen sollte.

In dieser Wartezeit zwischen Diagnose und Operation fand sie im Internet die Arthrose-Selbsthilfe und ließ sich die Unterlagen und Anleitungen zu einer Ernährungsumstellung schicken. Die Arthrose-Selbsthilfe geht davon aus, dass die Ursache der Arthrose nicht im Knorpel und in den Gelenken zu finden ist, sondern durch Übersäuerung aufgrund falscher Ernährung entsteht. Der Erfolg spricht für sie. Und nebenbei wurde festgestellt, dass die GAT nicht nur Ar-

throse heilen kann, sondern auch Bluthochdruck, Diabetes II und andere Zivilisationskrankheiten.

Schon nach kurzer Zeit spürte sie erste Erfolge und nach acht Wochen war sie fast schmerzfrei und konnte 20 Minuten ohne Gehhilfen laufen.

Nach drei Monaten war das Knie abgeschwollen und seitdem kommt sie ohne Schmerzmittel aus. Nach einem Jahr hatte sich der Zustand so verbessert, dass sie sogar wieder zum Walken gehen konnte. Frau Wolzen: „Für diese positive Erfahrung bin ich unendlich dankbar und deshalb will ich dieses Wissen weiter geben. Im Dezember 2005 gründete sie dann die Selbsthilfegruppe in Oelde.

Seitdem finden monatliche Treffen jeden 2. Dienstag um 19.00 Uhr in der alten Post in Oelde statt. Wer interessiert ist, kann gerne an den kostenlosen Gruppenabenden teilnehmen und sich informieren. Insgesamt kamen schon 267 Interessierte, nicht nur aus Oelde auch aus Bonn, Köln, Hannover usw. Allen geht es besser und wenn die GAT einhalten wird sind die meisten schmerzfrei.

Wer vorab Fragen hat, kann gerne sich mit Angelika Wolzen Tel.: 02522/960438 in Verbindung setzen. Weitere Informationen findet man im Internet unter [www.arthroseselbsthilfe.de](http://www.arthroseselbsthilfe.de)