

Orthopädische und rheumatische Beschwerden umfassend behandeln

Das Kreuz mit dem Kreuz

WEBINAR FÜR FACHKREISE



18.06.2026



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

orthopädische und rheumatische Beschwerden umfassend behandeln

- Der heutige Abend:
 - Wie entsteht Schmerz am Stütz- & Bewegungsapparat?
 - Was ist der Unterschied zwischen orthopädischen und rheumatischen Beschwerden?
 - Diagnostik von orthopädischen Beschwerden
 - Diagnostik von rheumatischen Beschwerden
 - Behandlung von Schmerzzuständen und Bewegungseinschränkungen



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie entstehen eigentlich Schmerzen?



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie entstehen eigentlich Schmerzen?

- 1) Der Reiz
 - mechanischer Druck
 - „Zerrung“
 - Verletzung
 - Temperatur (Einen Zug geholt)
 - chemischer Reiz → Entzündung



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie entstehen eigentlich Schmerzen?

- 2) Aktivierung der Nozizeptoren
 - In Haut, Muskeln, Gelenken, Sehnen und Faszien sitzen spezialisierte Nervenzellen – sogenannte Nozizeptoren.
 - Diese Rezeptoren reagieren auf:
 - mechanische Reize (Druck, Dehnung)
 - thermische Reize (Hitze/Kälte)
 - chemische Reize (z. B. Entzündungsmediatoren wie Prostaglandine, Histamin, Bradykinin)
- Nozizeptoren wandeln diese Reize in elektrische Signale um.



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie entstehen eigentlich Schmerzen?

- 3) Weiterleitung ans Rückenmark
 - Die elektrischen Signale wandern über periphere Nervenfasern (A δ - und C-Fasern) ins Rückenmark, genauer in das Hinterhorn.
 - A δ -Fasern: schnell, leiten stechende Schmerzen (z. B. akuter Stich, Verletzung)
 - C-Fasern: langsam, dumpfer, brennender Dauerschmerz (z. B. bei Entzündung)



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie entstehen eigentlich Schmerzen?

- 4) Verarbeitung im Rückenmark
 - Im Rückenmark wird der Schmerzreiz:
 - verschaltet
 - moduliert (verstärkt oder gehemmt)
 - ggf. in Reflexe umgesetzt (z. B. Schutzreaktion: Muskelzucken)
 - Hier wirken hemmende und fördernde Botenstoffe – z. B. Endorphine, GABA, Substanz P.



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie entstehen eigentlich Schmerzen?

- 5) Weiterleitung ins Gehirn
 - Der Schmerzimpuls wird über die aufsteigenden Bahnen (v. a. Tractus spinothalamicus) ins Gehirn geleitet – dort vor allem in:
 - Thalamus (Tor zum Bewusstsein)
 - Somatosensorischer Kortex (→ Lokalisation & Art des Schmerzes)
 - Limbisches System (→ Emotionale Bewertung: unangenehm, belastend)
 - Präfrontaler Kortex (→ bewusste Einschätzung, Planung)



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie entstehen eigentlich Schmerzen?

- 6) Wahrnehmung „AUA!!!!!“
- Erst im Gehirn entsteht Schmerz – nicht am Ort des Reizes!
- Man spürt also nicht die Entzündung selbst, sondern die Verarbeitung des Reizes als unangenehmes, bedrohliches Signal.



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Was ist der Unterschied zwischen orthopädischem und rheumatischem Schmerz?

Merkmal	orthopädisch	rheumatisch
Ursache	Mechanisch, verschleißbedingt, strukturell	Entzündlich, autoimmun, systemisch
Beispiele	Bandscheibenvorfall, Arthrose, Muskelverspannung, Fehllhaltung	Rheumatoide Arthritis, Morbus <u>Bechterew</u> , <u>Lupus</u> , Psoriasis-Arthritis
Schmerzverlauf	Zunahme bei Belastung, Besserung in Ruhe	Besserung bei Bewegung, schlimmer in Ruhe (v. a. morgens)
Entzündungszeichen?	Meist nicht aktiv entzündlich (außer Reizung durch Überlastung)	Typisch entzündlich: Schwellung, Rötung, Wärme, Bewegungseinschränkung
Morgensteifigkeit	Selten oder nur kurz	Häufig & länger anhaltend (>30–60 Min)
Therapieansatz	<u>Physio</u> , manuelle Therapie, ggf. OP	Immunsuppressiva, <u>antientzündliche</u> Medikamente, interdisziplinär
Naturheilkundlich	Akupunktur, Schröpfen, <u>Baunscheidt</u> , Einreibungen, Injektionen	Akupunktur, Infusionen, Entsäuern, Mikronährstoffe, Mikrobiologie/Darm
Fachrichtung	Orthopädie, Unfallchirurgie	Rheumatologie, ggf. internistisch



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie diagnostiziert man orthopädische Schmerzen?

- Rheumatische und Autoimmunprozesse ausschließen
- Anamnese (Bewegungen, Arbeitshaltungen usw.)
- Manuelle und orthopädische Testverfahren (Funktionstests)
- „diagnostischer Strich“ bei Rückenschmerzen
 - mit einem Holzspatel links und rechts der Wirbelsäule entlang streifen
 - In Segmenten wo Blockaden oder sonstige Störungen sind, tritt keine/wenig Rötung auf
- Schröpfen
 - die unterschiedlichen Reaktionen an der Schröpfstelle können Hinweise auf den darunterliegenden Prozess geben
- Ohrakupunktur, Schädelakupunktur nach Yamamoto etc.
- Zahnherd-Testungen



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Wie diagnostiziert man rheumatische Schmerzen? (HP-Praxis)

- siehe Diagnostik orthopädische Schmerzen
- schulmedizinisches Labor
 - Entzündungsdiagnostik (z.B. CRP, TNF-Alpha)
 - Mikronährstoffe (Omega-3, Vit D, Selen, Zink, Aminosäuren, Eisen, ggf. B-Vit.)
- funktionelles Labor
 - HIB Labor Braunschweig
 - gute Hinweise auf virale, bakterielle Hintergrundaktivitäten, Säurelast, VitC Mangel, Darmpathologien
- Darmdiagnostik
 - Stuhlbefund
 - Zonulin, I-FABP im Blut
 - ggf. Nahrungsmittelscreenings (IgE, IgG, LTT)



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- Bei beiden Beschwerdebildern hat die Entzündung Priorität.
- Durch schwere akute oder durch chronische Entzündungen kommt es zu Gewebezerstörungen und Umbauprozessen in den Gelenken, die oft irreversibel sind.
 - Innerlich/systemisch:
 - Weihrauch, Curcuma, Weidenrinde etc.
 - MSM, Alpha-Liponsäure, Glutathion,
 - Infusionen mit Vit C
 - homöopathisch
 - Begleittherapien
 - äußerlich:
 - Wickel & Umschläge
 - Injektionen
 - manuelle Verfahren, wie Chirotherapie, Osteopathie, Physio, Massagen



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:
 - Arthriselect
 - Berberis D3
 - Lithium carbonicum D4



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:
 - Arthriselect
 - Berberis D3
 - Anwendungsgebiete (Indikationen):
 - Nierensteine, Harnleitersteine, Blasensteine
 - Reizblase mit häufigem, schmerzhaftem Harndrang
 - Chronische Blasenentzündungen, bei denen kein Keim gefunden wird
 - Ischias-ähnliche Schmerzen mit Nierenbeteiligung
 - Gallenbeschwerden mit ausstrahlenden Schmerzen
 - Hexenschuss, Rückenschmerzen mit Ausstrahlung in die Beine
 - Rheumatische Gelenkbeschwerden mit wandernden, stechenden Schmerzen



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:
 - Arthriselect
 - Lithium carbonicum D4
 - Anwendung & Indikationen:
 - Chronischen rheumatischen Erkrankungen (z. B. Gicht, Arthritis)
 - Neuritis, Neuralgien
 - Herzrhythmusstörungen mit begleitender Angst
 - Erschöpfungssyndromen mit seelisch-nervösem Ursprung
 - Manisch-depressiven Verstimmungen
 - Multiple Sklerose (begleitend, individuell nach Konstitution!)



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:

- Arthriselect
 - Berberis D3
 - Lithium carbonicum D4

- Dosierung:
eher „phytotherapeutisch“, also
im Bereich 3 x 20 Tropfen

da homöopathische Mittel die Selbstregulation anregen und somit auch „Erstverschlimmerungen“ provozieren können, haben sich einschleichende Dosierungen bewährt.



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:

- Chiroselect
 - Arnica montana D8
 - Calcium Carb. Hanemannii D10
 - Eupatorium perf. D8
 - Geselmium sempervirens D8
 - Symphytum officinale D8



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:

- Chiroselect

Kombination – Wofür diese Mischung sinnvoll ist:

Diese Kombination wäre vor allem angezeigt bei:

- Verletzungen mit Knochenbeteiligung (z. B. Brüche, Prellungen, Verstauchungen)
- Rekonvaleszenz nach Knochenverletzungen oder Operationen
- Grippale Infekte oder Post-Virus-Syndrome mit Erschöpfung, Gliederschmerzen und verzögerter Regeneration
- Allgemeine Schwächezustände mit Beteiligung von Bewegungsapparat + Immunsystem



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:

- Rheumaselect
 - Rhus toxicodendron D4
 - Bryonia D4
 - Nux Vomica D4
 - Berberis D4
 - Ledum D4



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:
 - Rheumaselect

Kombination – Was macht diese Mischung?

Diese Kombination wirkt:

- entzündungshemmend bei akuten oder chronischen Gelenkentzündungen
- schmerzlindernd bei Ischias, Hexenschuss, Verspannungen
- stoffwechselaktivierend, unterstützt den Harnabfluss bei Nieren-/Blasenbelastung
- ausleitend (v. a. Berberis), bei Neigung zu Gelenkgrieß oder Gicht
- ideal bei: rheumatischen Beschwerden, Wetterfühligkeit, Gelenkschmerzen nach Infekten



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:
 - Wann verordne ich was?



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:

- Wann verordne ich was?

vs Direkter Vergleich – Feine Differenzierung

Aspekt	Chiroselect	Rheumaselect
Hauptwirkung	Heilung, Aufbau, Rekonvaleszenz	Entzündungshemmung, Schmerzstillung
Typ Schmerzen	Muskelschmerzen, „zerschlagen“, systemisch	Gelenkschmerzen, stechend, ziehend, lokal
Lokalisation	Generalisiert, ganzkörperlich	Gelenke, Rücken, Ischias, Harnwege
Dynamik	Schwäche nach Belastung oder Infekt	Reizzustand mit Schmerz, Bewegungseinschränkung
Fokus	Knochenheilung, Virusregeneration	Gelenke, Stoffwechsel, Ausleitung
Zielgruppe	Rekonvaleszente, Senioren, Infektgeplagte	Rheumatiker, Arthrosepatienten, Ischiasfälle



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- homöopathische Behandlungsoptionen:

- Wann verordne ich was?

✓ Kurz gesagt:

- Chiroselect = Ideal für „zerschlagene“ Patienten nach Infekt, Fraktur, körperlicher Überforderung
- Rheumaselect = Das Mittel der Wahl bei entzündlich-rheumatischen Gelenkproblemen, Gicht, Ischias und Harnsäurebelastung



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- Begleittherapien:
 - Kein Rheumatiker ohne Übersäuerung!
 - Nierendrainage



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- Begleittherapien:
 - Kein Rheumatiker ohne Übersäuerung!
 - Nierendrainage
 - Drainagetee
(Brennnessel, Goldrute, Hauhechel,
Birke, Ackerschachtelhalm...)
 - Nephroselect



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- Begleittherapien:
 - Kein Rheumatiker ohne Übersäuerung!
 - Nierendrainage
 - Leberentlastung / Sauerstoff



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- Begleittherapien:
 - Kein Rheumatiker ohne Übersäuerung!
 - Leberentlastung / Sauerstoff



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- Begleittherapien:
 - Kein Rheumatiker ohne Übersäuerung!
 - Nierendrainage
 - Leberentlastung / Sauerstoff
 - Basentherapien
 - Basische Ernährung
 - Tierisches ↓, Pflanzen ↑ (Cave: Getreide)
 - Basenbäder
 - Basenpulver, -tabletten, -drinks
 - Baseninfusionen (Natriumhydrogencarbonat 8,4%)



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- äußerliche Anwendungen:
 - Wickel & Umschläge
 - Beinwell wirkt entzündungshemmend und schmerzlindernd
→ sowohl auf die Muskulatur, wie auf die Gelenke
 - Seine Stärke spielt Beinwell aus, wenn er über Stunden in ein Gebiet einwirken kann.
 - Daher haben sich nächtliche Wickel am betroffenen Gelenk bewährt.



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- äußerliche Anwendungen:
 - Reizanwendungen
 - „ABC-Pflaster“ / Teufelssalbe
 - Chiliextrakte unterbrechen den Schmerzreiz
 - Hyperämisierung → bessere Durchblutung des Gebietes
 - Baunscheidt-Verfahren
 - Ableitung an die Oberfläche
 - Schröpfen (trocken / blutig)
 - GuaShaFa
 - Akupunktur



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- äußerliche Anwendungen:
 - Injektionen
 - Quaddlungen eines größerflächigen Gebietes
 - subkutane Injektionen (z.B. Schulterheber, Sprunggelenk usw.)
 - tiefe i.m. Injektionen (v.a. paravertebral)
 - bewährte Mittel:
 - Chiroplexan (Pflüger) → Allrounder bei Muskel- & Gelenkbeschwerden
 - metabiosulf (metaFackler) → Überanstrengung, Muskulatur
 - Milchsäure (Pflüger) → lokale Gewebeübersäuerung
 - Dololnjektopas (Pascoe) → Nervenschmerzen



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Behandlung von Schmerzzuständen

- äußerliche Anwendungen:
 - Massagen, sonstige manuelle Verfahren



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Atmung, Meditation & Achtsamkeit sind zentrale Elemente eines ganzheitlichen Therapieansatzes und sollten nicht vernachlässigt werden.

Weiterhin sind Kälteanwendungen in den meisten Fällen sehr hilfreich, um Schmerzzustände effektiv zu behandeln

- Buchempfehlungen:
 - Die Wim Hof Methode
 - Erfolgsfaktor Sauerstoff (Patrick McKeown)
 - Stille ist das Licht des Herzens (Paul Shoji Schwerdt)



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben



Das Kreuz mit dem Kreuz

Vielen Dank für Eure Aufmerksamkeit!

**Viel Erfolg mit dem neuen oder
wiederentdeckten Wissen!**

Viel Freude beim Tun!

Bildnachweise: Dreluso, KI-generiert & eigene Aufnahmen



Michael Schlimpen – Gesund werden, gesund bleiben

