

# Eckhard Fisseler

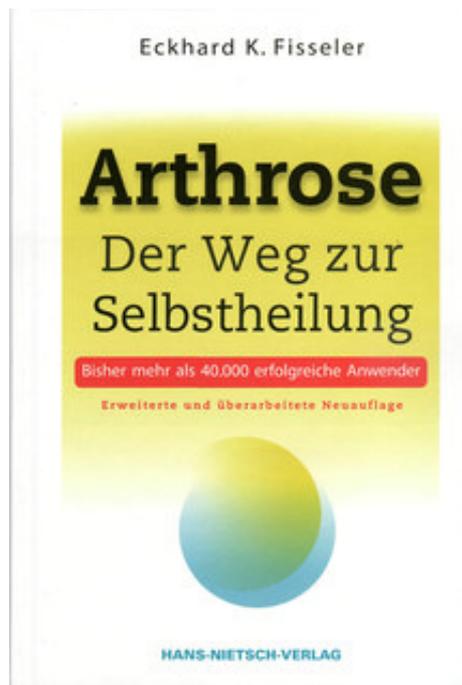
## Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung

Leseprobe

[Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung](#)

von [Eckhard Fisseler](#)

Herausgeber: Hans Nietsch Verlag



<http://www.unimedica.de/b14375>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@unimedica.de](mailto:info@unimedica.de)

<http://www.unimedica.de>



## Erfahrungsberichte

Viele Menschen haben uns in den vergangenen Jahren ihre Erfahrungen mit der Ganzheitlichen Arthrose-Therapie mitgeteilt. Alle Verfasser der folgenden Berichte haben ihr Einverständnis dafür gegeben, ihre Adresse und ihre Telefonnummer in diesem Buch zu veröffentlichen. Hier heißt es also nicht: „Frau M. aus K. hat gesagt...“ Hier bleibt niemand anonym. Sie, liebe Leserinnen und Leser, können sich selbst von der Richtigkeit der Darstellungen überzeugen, indem Sie die Betroffenen anrufen oder ihnen schreiben. Wo gibt es das noch? Bemerkenswert ist auch, dass die Menschen, die hier ihre Erfahrung beschreiben, noch heute zu dem Geschriebenen stehen, obwohl die Berichte zum Teil schon älteren Datums sind.

**Kerstin Brand**

**Reiterweg 3**

**D-44869 Bochum**

**Tel.: 00 49 (0) 23 27/7 88 28 15**

**E-Mail: *ksb@brand-kotnmunikation.de***

2012

Sicher haben Sie inzwischen Tausende von Erfolgsmeldungen in Bezug auf ihre GAT erreicht. Meine ist vielleicht insofern trotzdem

interessant, als ich mit vierzig Jahren eine besonders junge Arthrose-Patientin war. Schon als Jugendliche hatte ich Probleme mit den Knien, vor einigen Jahren verkündete mir ein Orthopäde, ich hätte die Knie einer Sechzigjährigen. Ich unterzog mich den üblichen schmerzhaften Prozeduren, geholfen hat es mir nicht. Im letzten Herbst lag ich dann mit viel Wasser im Knie und entsprechenden Schmerzen auf dem Sofa und konnte - wenn überhaupt - nur an Krücken gehen. Das ist sehr hinderlich, besonders wenn man drei kleine Kinder hat!

Hinzu kam, dass sich die Schmerzen auch in den Daumengelenken meldeten. Ich konnte nur noch eingeschränkt Klavier und Querflöte spielen. Für eine studierte Musikerin ist das die „Höchststrafe“. Unterm Strich konnte ich mir meine Arthrose zu der Zeit, als mir eine Bekannte ihr Buch empfahl, schon gar nicht mehr leisten.

Also habe ich das „Unmögliche“ gewagt und meine Ernährung umgestellt. Bilanz:

Nach 2 Wochen waren die Schmerzen in den Daumengelenken weg. Sie sind bislang nicht zurückgekehrt, wie sehr ich auch in die Tasten haue. Nach 3 Monaten merke ich von meinen Knieschmerzen, die mich mein Leben lang begleitet haben, fast nichts mehr. Ich kann jetzt auf dem Boden knien, um Legosteine einzusammeln. Ich gehe in die Hocke, um meinem Jüngsten die Jacke zuzumachen oder eine Wasserkiste rückenfreundlich anzuheben. Beides wäre früher undenkbar gewesen. Insgesamt fühle ich mich fit und belastbar wie noch nie! Das ist wichtig, weil wir im Moment auch noch ein Haus bauen.

Meistens fällt es mir leicht, mich an das Ernährungsprogramm zu halten. Ich glaube jetzt, dass ich tierische Produkte eigentlich nie vertragen habe. So habe ich mich nicht nur vor rohem Fleisch, sondern auch vor Milch und Käse immer schon leicht geekelt. Mit Ekel sagt unser Gehirn uns doch: Finger weg! Ich habe dieses Gefühl nur immer unterdrückt, weil „Milch ja so gesund ist“. Bei einem Glas

Wein oder Bier werde ich allerdings immer noch alle paar Wochen einmal schwach ... Ansonsten nehme ich den Aufwand, den es bedeutet, doppelt - für die Familie und für mich - zu kochen, gern in Kauf.

Viele andere Wehwehchen sind zusammen mit den Gelenkschmerzen verschwunden. Zurzeit haben hier alle eine Virusinfektion - außer mir. Ich hatte so was sonst immer als Erste. Auch ein jedes Jahr im Winter wiederkehrendes Ekzem auf der Kopfhaut hat mich diesmal verschont. Unterm Strich hat mich Ihre GAT buchstäblich gerettet und ich bin Ihnen, Herr Fisseler, sehr, sehr dankbar.

Ich kann nur jedem, der gesundheitliche Probleme hat, empfehlen, es mit der GAT zu versuchen. Das Durchhalten ist reine Kopfsache.

Mit herzlichen Grüßen und den besten Wünschen für Ihre wichtige Arbeit,

*Kerstin Brand*

P. S. Leider konnte ich noch keinem Arzt von der GAT erzählen, weil die Ärzte mich im Moment nicht zu Gesicht bekommen. Ich bin immer so gesund!

**Günter Friedhelm**

**Tel.: 00 49 (0) 75 24/97 62 81**

**Fax: 00 49 (0) 75 24/97 62 83**

3. Mai 2012

Sehr geehrte Damen und Herren,  
ich möchte nicht versäumen, Ihnen für die wertvollen Hinweise und Veröffentlichungen zu danken, die mich meine Arthrose-Beschwerden in beiden Knien und in der linken Hüfte viel besser ertragen lassen. Seit fast zwei Jahren ernähre ich mich nun fleischlos und im Wesentlichen auch ohne Milchprodukte. Stattdessen esse ich viel

Obst, Gemüse und Salat. Um ehrlich zu sein: Auf Käse zu verzichten, das schaffe ich nicht, da bin ich inkonsequent. Aber ich erlaube mir diese Freiheit. Und wenn meine Beschwerden wiederkommen sollten, dann gibt es noch etwas, was ich an meinem Lebensstil verbessern kann. ;-)

In Gesprächen im Bekanntenkreis geht es oft um das Thema „Ernährung“, und ich habe sicherlich schon einige Freunde dazu gebracht, Ihre Schriften zu lesen. Wenn dann als Kommentar kommt: „Das ist mir zu radikal“, ist meine Antwort nur: „Dann tut es wohl noch nicht weh genug.“ Dabei ist es so einfach: Man probiert es aus, und wenn es nicht klappt, kann man ja zu seinen alten Gewohnheiten zurückkehren und sich im Ersatzteillager der Schulmedizin bedienen. Und man kann dabei auch einiges an Geld sparen, oder besser gesagt: Man kann das, was man spart, indem man kein Fleisch und keine Wurst mehr kauft, in gesunde und wertvolle Lebensmittel investieren.

Nun gut, ich habe noch eine weitere Erfolgsstory zu vermelden: Über meinen Schwager erreichte Ihr Buch einen deutschstämmigen Arzt in Venezuela, der aufgrund heftiger Arthrose im Armgelenk seinen Lieblingssport Aikido nicht mehr ausüben konnte. Was soll ich sagen: Mit zusammengebissenen Zähnen änderte er seine Ernährung ... und ist wieder schmerzfrei. Er freut sich darüber, dass er wieder Sport treiben kann, und hält obendrein „Ernährungsseminare“ in Zusammenhang mit der GAT in Caracas - wenn das nicht ein schöner Erfolg ist.

Natürlich können Sie mich als Referenz benennen, auch für telefonische Fragen stehe ich gern zur Verfügung. Und nochmals ein herzliches Dankeschön an Sie.

Mit freundlichen Grüßen

*Günter Friedhelm*

**Dietmar Henschel, aus Österreich**

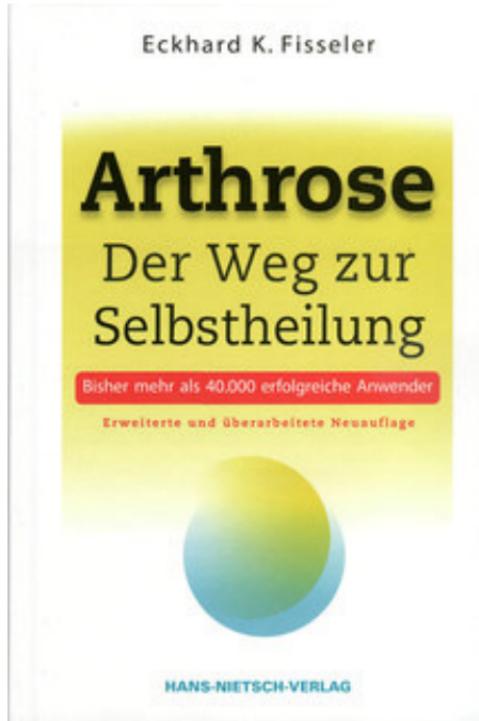
**Tel.: 00 43 (0) 6 76-83 32 23 86 E-**

**Mail: *agavoides@gmx.de***

15. Juli 2012

Seit etwa dreizehn Jahren habe ich beidseitig Arthrose im Stadium 3 und 4 in den Handgelenken, im Daumensattel links, im Knie links, in den Hüftgelenken und im rechten Fußgelenk. Als ich die Erkrankung zu spüren begann, war ich erst siebenunddreißig Jahre alt. Vor ungefähr acht Jahren wollte mir ein Handchirurg meine rechte Hand schon versteifen. Für eine Prothese beziehungsweise ein künstliches Gelenk war ich noch viel zu jung. Ich habe mich geweigert und über die Jahre trotz Schmerzen keinerlei Medikamente genommen, auch nicht gegen meine Autoimmunerkrankung *Hashimoto-Thyreoiditis*. Da ich selbst verkaufsberatend mit Fachliteratur im Bereich „Ernährungsmedizin und Phytotherapie“ arbeite, habe ich viel gelesen und den Verlauf der Erkrankung mit einer überwiegend vegetarischen Ernährung und mit pflanzlichen Heilmitteln hinauszögern können.

Dennoch sind meine Schmerzen in der rechten Hand zuletzt immer massiver geworden, sodass ich verzweifelt nach Möglichkeiten einer Therapie jenseits der Schulmedizin gesucht habe - wobei ich auf Ihr geniales Buch gestoßen bin. Ich habe es nicht nur gelesen, sondern wirklich studiert und vor etwa 5 Wochen mit der GAT begonnen. Der Erfolg ist gewaltig: Meine Dauerschmerzen sind fast komplett verschwunden. Ich kann nachts wieder durchschlafen und merke, dass sich etwas tut. Mein Gewicht ist bisher (toller Nebeneffekt!) bei einer Größe von 1 Meter 78 von 80 Kilogramm auf jetzt 74 Kilogramm gesunken. Ich fühle mich fit und habe keinerlei Müdigkeitserscheinungen mehr. Das Essen schmeckt sehr gut und die Zubereitung macht mir mittlerweile sogar richtig Spaß. Meine Frau konnte ich ebenfalls motivieren, sich nach der GAT zu ernähren.



Eckhard Fisseler

## [Arthrose - Der Weg zur Selbstheilung](#)

220 Seiten, geb.  
erschienen 2016



**bestellen**

Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung [www.unimedica.de](http://www.unimedica.de)