



## Pressemitteilung

München, 09.10.2012

### Rückenschmerzen: Möglichkeiten zur Linderung

*Starke Rückenschmerzen machen das Leben nicht selten zur Tortur. SanaExpert Arthro Forte kann den Gelenken wertvolle Nährstoffe bieten und so förderlich gegen die Schmerzen sein.*

München, 08. Januar 2012 - [DPR] Es gibt verschiedene Ursachen für Rückenschmerzen. So können Rückenschmerzen durch Mangel an Bewegung, schlechte Haltung oder auch Überanstrengung entstehen. In den meisten Fällen verursachen Bänder, Muskeln und Sehnen die Schmerzen. Ferner ist die Abnutzung der Wirbelsäule ein häufiger Grund für Rückenschmerzen unterer Rücken. Besonders Arthrose-Kranke leiden häufig daran. Des Weiteren können Rückenschmerzen von Problemen kommen, die woanders im Körper ihren Sitz haben. Eine Entzündung der Bauchspeicheldrüse oder der Eileiter kann z.B. zu den Rückenschmerzen Ursachen zählen. Oft sind außerdem für die Rückenschmerzen Nieren -oder Herzerkrankungen verantwortlich.

#### Übungen gegen Rückenschmerzen

Treten starke Rückenschmerzen über längere Zeit auf, sollte ein Arzt konsultiert werden, um die Gründe zu ermitteln. Je nach Ursache kann dann z. B. im Rahmen einer Physiotherapie gezielt gegen Rückenschmerzen vorgegangen werden. So gibt es bspw. unterschiedliche Rückenschmerzen Übungen, je nachdem ob sie im unteren oder oberen Rücken angesiedelt sind. Regelmäßiger Sport stärkt den Rücken und ist im Prinzip sinnvoll, von Bedeutung ist dabei jedoch, dass dieser nicht zusätzlich belastet wird. Extrabelastungen sollten insbesondere bei Gelenksabnutzung und Schwangerschaft Rückenschmerzen vermieden werden. Hier empfehlen sich insbesondere Kälte- und Wärmeanwendungen, homöopathische Mittel und eventuell milde Krankengymnastik. Da Übergewicht eine weitere Belastung für den Rücken ist, empfiehlt sich in diesem Fall auch das Abnehmen.

#### Rückenschmerzen und Gelenksabnutzung

Ist die Wirbelsäule zum Teil oder komplett von Arthrose betroffen, haben Erkrankte nicht selten heftige Rückenschmerzen. Die Erkrankung zeichnet sich durch eine Rückbildung des Knorpels aus, wodurch sich häufig die sich aneinanderreibenden Gelenkknorpel deformieren und die Gelenke entzünden. Durch verschiedene Maßnahmen können die Beschwerden mindestens abgeschwächt werden, auch wenn die Krankheit nicht heilbar ist. Zu ihnen zählen schmerzstillende Medikamente, Krankengymnastik Übungen, Therapien mit Wärme- und Kältebehandlungen und auch die richtige Ernährung. Des Weiteren können Nahrungsergänzungsmittel zum Erhalt des Knorpels beitragen, indem sie die Gelenke mit wichtigen Nährstoffen versorgen. SanaExpert Arthro Forte kann bei der Reduzierung von Gelenkschmerzen und Arthrose bedingten Rückenschmerzen unterstützend helfen. Es handelt sich dabei um eine besondere Gelenknahrung mit den Inhaltsstoffen Thiamin, Calcium, Glucosaminsulfat und Kollagenhydrolysat. Das Produkt hat eine hervorragende Bioverfügbarkeit und wird von zahlreichen Leistungssportlern zur Verminderung starker Beschwerden in Anspruch genommen. Zahlreiche Menschen setzen zudem bei der Prophylaxe auf SanaExpert Arthro Forte. Das hochqualitative Nahrungsergänzungsmittel wird nach den strikten Maßstäben der NEMV (deutsche Nahrungsergänzungsmittelverordnung) produziert und ist rezeptfrei in Apotheken auf der SanaExpert-Homepage verfügbar. Wechsel- und Nebenwirkungen sind i. d. R. nicht zu erwarten.

weiterführender Link: <http://sanaexpert.de/rueckenschmerzen>

Pressekontakt:

SanaExpert GmbH  
Daniel Hamann  
Schillerstr. 40  
80336 München  
investorrelations@sanaexpert.de  
www.sanaexpert.de

Firmenportrait:

SanaExpert entwickelt und vertreibt Nahrungsergänzungsmittel sowie diätetische Lebensmittel in Deutschland, Österreich und in der Schweiz.  
Ziel von SanaExpert ist es, neueste wiss. Erkenntnisse in die Entwicklung und Zusammensetzung von Mikronährstoffen einfließen zu lassen. Zu diesem Zwecke arbeitet das Unternehmen eng mit verschiedenen Instituten, der Industrie, Lebensmittelchemikern und Sachverständigen zusammen.

Pressemitteilung von: SanaExpert GmbH

Autor: M.Sibal