

Klartext



Dr. Axel Gottlob (Mitte) bei einer Schulung für Personal Trainer

Gesundheit gestalten – fremddelegiert oder selbstbestimmt? Unser Gastautor Dr. Axel Gottlob warnt vor blindem Vertrauen in den medizin-industriellen Komplex. Hier verrät er, warum es sich stattdessen lohnt, Menschen aufzuklären und den Körper adäquat zu fordern

Für oder besser gegen alles gibt es Tabletten, Spritzen, Salben oder Operationen. Die Industrie bietet eine Flut an Therapie- und Diagnoseverfahren. Aber eines dürfen wir dabei nie vergessen: Gesundheit ist für Big Pharma und den medizin-industriellen Komplex kein tragfähiges Wirtschaftsmodell. Denn gesunde Bürger bedeuten reduzierte Absatzmärkte und reduzierte Gewinne. Gar zu gern wird die Bequemlichkeit und Ungeduld der Menschen von der Industrie ausgenutzt. Eine Tablette, die das lästige Symptom beseitigt, scheint oft verlockender als ein längerfristiges Auseinandersetzen mit der Symptom-Kausalität. Am Beispiel der Osteoporose, der Knochenschwund-„Krankheit“, an der die Pharmabranche jährlich viele Milliarden Dollar verdient, sei dieses Vorgehen kurz erläutert: Eine pharmagesponsorte Studiengruppe der **WHO** ermittelte in den 90er Jahren „Grenzwerte“, ab wann man als Mensch ein Osteoporotiker sei. Seitdem werden Knochendichten der Menschen fleißig gemessen und falls „auffällig“ gleich die passende Medikation wie etwa Bisphosphonate verschrieben. Spätere Untersuchungen zeigen dichtere Knochen. Ein Erfolg also? Nein, denn es handelt sich nicht um gebau-

ten Funktionsknochen, sondern nur um angehäuften Mineralienmüll im Knochen. Messtechnisch lässt sich dieser Müll zwar als „erhöhte Knochendichte“ interpretieren, aber der Knochen wurde durch dieses Medikament nicht gestärkt, viel schwerwiegender: Er wurde seiner ständigen Knochen-Neubau-Fähigkeiten fulminant beraubt. So ergaben langfristige Studien, dass Bisphosphonat-Therapien nicht nur de facto keine Fraktur verhindern, sondern es sogar zu einer Risikoerhöhung kommt.

DR. GOTTLOB INSTITUT

Seit 60 Jahren in der Fitnessbranche, seit über 30 Jahren im Ausbildungsbereich, vor über 20 Jahren Etablierung des Differenzierten Krafttrainings und seit 15 Jahren forschend in Evolutionsmedizin und Differenzierter Trainingstherapie tätig. **Dr. Axel Gottlob** schult Trainer, Physiotherapeuten und Ärzte im High-End-Bereich und bringt sie zur Elite im Personal Training.

Dabei zeigen Untersuchungsergebnisse, dass jeder Mensch jeden Alters seine eigene Knochenarchitektur positiv beeinflussen kann: durch adäquat abgestimmtes Training. Es ist höchste Zeit, den einschüchternden Entmündigungsmechanismen von Medizin und Big Pharma zu widerstehen und jeden Menschen in der vollen Entfaltung seiner Reparatur-, Heilungs- und Anpassungsfähigkeiten zu unterstützen. Top-betreuende Fitnessanlagen und vor allem differenziert arbeitende, feinfühlig Personal Trainer nehmen dabei eine besondere Rolle ein. Ausgestattet mit ausgezeichnetem Know-how können sie jeden Menschen auf dem Weg zu selbstbestimmter Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Resilienz unterstützen.