

Zellgesundheit

Oder wie der Organismus zu verstehen ist

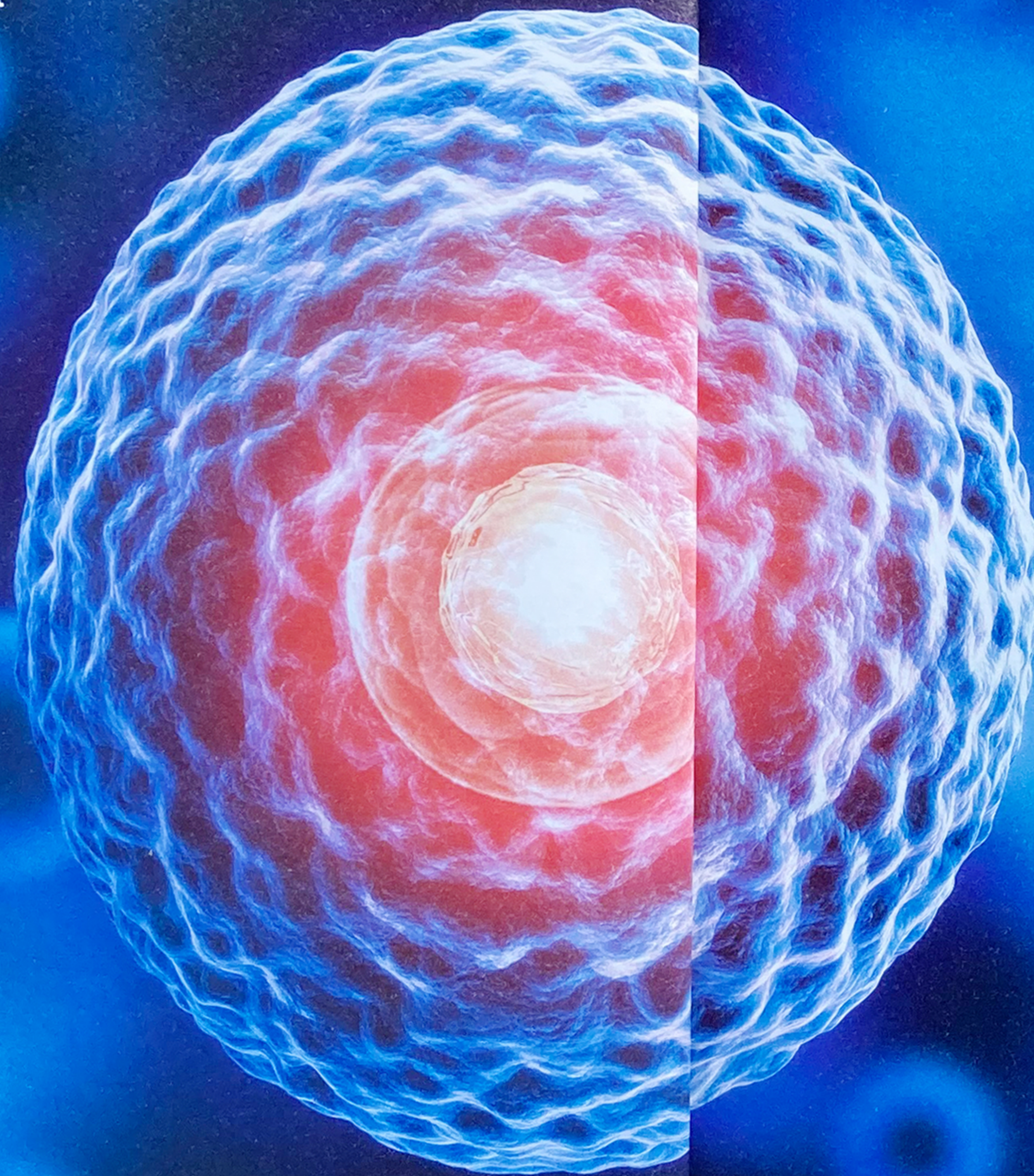


Foto: ©peterschreiber media – stock.adobe.com

Antina Springer

Wenig klein, komplex und mit enormer Wichtigkeit für die Lebensprozesse des menschlichen Körpers ist die kleinste lebende Einheit im Organismus, die Zelle (lat. cellular, kleine Kammer). Ungefähr 100 Billionen (10^{14}) Zellen setzen den Menschen zusammen. Unter anderem mit einem Zellkern, den Mitochondrien und Ribosomen ausgestattet, bewerkstelligt die Zelle ihre tägliche Arbeit rund um die Uhr. Der Zellkern beinhaltet mit den Chromosomen das Erbgut (DNA), hier geschieht sowohl die DNA-Replikation [1] als auch Teile der Genexpression [2]. Die Mitochondrien sind die Kraftwerke der Zellen, unsere Energielieferanten, hier wird das Energiemolekül ATP (Adenosintriphosphat) synthetisiert. Die Ribosomen sind verantwortlich für die Proteinbiosynthese [3]. Mit Kompetenz und Bedeutsamkeit ist eine Zelle im menschlichen Körper augenscheinlich ausgestattet, und diese kurze Charakterisierung ist nur ein unvollständiger Einblick in ihr Innenleben. Weniger die biochemischen Zusammenhänge als vielmehr die Bedeutung der Zellen für unseren Körper, die sich zu Zellverbänden organisieren und Gewebestrukturen bilden, soll hier interessieren und beleuchtet werden.

Reproduzieren, Reparieren, Entgiften –
der Zellstoffwechsel ist das A und O

Der Zellstoffwechsel umfasst alle lebensnotwendigen und biochemischen Abläufe im Körper, die innerhalb und außerhalb einer Zelle stattfinden: die Aufnahme von Sauerstoff, von Mineral- und Nährstoffen, deren Verarbeitung und Umwandlung sowie die Ausscheidung von Abbauprodukten, Wasser und Kohlendioxid. Die gewonnene Energie versorgt die Organsysteme und erneuert Zellwände, Knochen, Nerven- und Muskelfasern. Energie und Bausteine erhält der Körper durch die Nahrungsaufnahme. Eine gesunde Zelle betreibt einen effektiven Zellstoffwechsel. Eine degenerierte Zelle nimmt nur unzureichend Sauerstoff und Nährstoffe auf.

Der Mensch ist selbstverständlich mehr als ein Verbund von Zellen. Der psycho-emotionale Mensch bewohnt seinen Körper, durchwirkt ihn mit seinem Geist und durchleuchtet ihn mit seiner Seele. Die kleinste Einheit, die Zelle, informiert das Gesamte, den ganzheitlichen Menschen. In beständiger Wechselwirkung informiert der ganzheitliche Mensch die Zelle. Je-

Glossar

[1] Im Zuge der Zellteilung werden alle Bestandteile einer Zelle verdoppelt. Das Erbgut wird ebenfalls identisch kopiert.

[2] Die Umsetzung der genetischen Information in zelluläre Strukturen und Funktionen.

[3] Die Zellen bilden in den Ribosomen aus Aminosäuren, auf Basis der genetischen Information, Proteine. Ein Ribosom ist ein makromolekularer Komplex.

[4] Ist Hormon und Neurotransmitter zugleich und als „Kuschelhormon“ bekannt. Als Bindungshormon spielt es eine zentrale Rolle für unser Wohlbefinden.

[5] Ein Netz von Nervenzellen oder Neuronen umspannt den Verdauungstrakt in seiner ganzen Länge. Das ENS funktioniert autonom. Aufgrund der Ähnlichkeit zum Gehirn wird auch vom „Bauchhirn“ gesprochen.

[6] Ist die Gesamtheit aller Mikroorganismen im Darm. Das Darmmikrobiom entsteht bei der Geburt, wenn das Baby die Bakterien des Fruchtwassers und die des mütterlichen Geburtskanals schluckt.

[7] Ist ein Ungleichgewicht des Darmmikrobioms. Der Darm ist dann mit Bakterien besiedelt, die eine effektive Verdauung nicht mehr gewährleisten.

[8] Vorwiegend aus Mais und Weizen gewonnen. Nach der Raffinierung zum Fertigprodukt weist es molekulare Strukturen auf, die das Verdauungssystem nicht erkennt.

[9] Bei einem durchlässigen Darm gelangen schädliche Stoffe ungehindert in den Blutkreislauf. Das Immunsystem reagiert darauf mit Entzündungen und Allergien.

[10] Hefepilze bauen Kohlenhydrate aus der Nahrung zu Kohlendioxid und Fuselalkoholen ab.

[11] Ist der venöse Blutkreislauf von Magen, Darm, Milz, Bauchspeicheldrüse. Die Pfortader transportiert das Blut dieser Organe in die Leber.

[12] Botenstoffe, die zwischen den Nervenzellen vermitteln.

[13] „Distinguished University Scientist“ an der Indiana University, Bloomington und Professor für Psychiatrie an der North Carolina University, Chapel Hill.

[14] Ein sehr alter Teil des Gehirns, das Antrieb, Lernen, Emotionen, Gedächtnis, Triebverhalten sowie die vegetative Regulation der Nahrungsaufnahme steuert.

[15] Tibetisches Heilyoga

den Tag ist er neu zusammengesetzt. Zellen sterben und werden neu gebildet.

Über Nacht, im parasympathischen Zustand, repariert der Körper und entgiftet. Dies ermöglicht Selbstheilung und Regeneration.

Tagsüber, im sympathikotonen Zustand, lebt der Mensch mit der durch den Zellstoffwechsel erzeugten Energie und geht vielfältigen Aktivitäten nach. Auch wenn es hier ebenso Inseln der Ruhe geben sollte, steht die Selbstheilung des Organismus tagsüber nicht im Vordergrund.

Wir haben alle Hände voll zu tun, um gesund zu bleiben oder zu werden

Um Gesundheit aufrechtzuerhalten, braucht es vielerlei: eine gesunde ausgewogene Ernährung auf Frischkostbasis, Bewegung möglichst an der frischen Luft, eine gesunde Partnerschaft, ein harmonisches Familienleben, eine solide finanzielle Basis, gutes Wasser und saubere Luft.

Wenn die Partnerschaft nicht läuft, familiäre Unstimmigkeiten den Alltag mit den Kindern erschweren, kann therapeutische Hilfe in Anspruch genommen werden. Nahrungsmittel können biologisch erzeugt und fair gehandelt bezogen werden. Wir entscheiden uns, auf die Qualität des Wassers zu achten. Sport treiben und dabei eine Bewegungsart finden, die Spaß macht, sodass sie lange ausgeübt werden kann, sollte lebensbegleitend sein. All das erzeugt Lebensqualität. Gute Gefühle wiederum erzeugen die Ausschüttung von Glückshormonen wie Oxytocin [4] und Serotonin, die für eine stabile, ausgeglichene Psyche sorgen sowie für die Stärkung des Immunsystems. Zellgesundheit wird durch Bewegung gefördert, sei es die gezielte sportliche Betätigung als auch ein gut funktionierender Zellstoffwechsel.

Warum der Tod im Darm sitzt

Der schweizer Arzt, Naturphilosoph und Alchemist Paracelsus sagte bereits im 16. Jahrhundert, dass der Tod im Darm sitzt. Der Darm ist von enorm vielen Nervenfasern, dem enterischen Nervensystem [5], umgeben. Ca. 90% aller Informationen fließen vom Bauch zum Kopf und ca. 10% vom Kopf zum Bauch. Die Darmschleimhaut beginnt in Mund und Nase, läuft über Speiseröhre und Magen über den Dün- und Dickdarm bis hin zum Enddarm mit Darmausgang. Alles, was wir zu uns nehmen, Nahrung, Wasser, Medikamente, Luft, passiert die Schleimhäute und wird verstoffwechselt. Dauerstress, Antibiose, Schwermetallbelastung, Umweltgifte, Fehlernährung (Übersäuerung) sowie Hefepilzbesiedlung des Darms sind Gründe, warum die physiologische Funktion der Darmschleimhaut beeinträchtigt wird und sich das Darmmikrobiom [6] verschiebt. Eine Besiedlung des Darms mit dem Hefepilz *Candida albicans* ist häufig die Antwort des Körpers auf das Vorhandensein der genannten Stressoren.

Was passiert, wenn die Darmgesundheit gestört ist?

Darmdysbiosen [7] stellen die Voraussetzung für sich entwickelnde Schleimhautentzündungen dar. Chronifizierte Entzündungen bedingen Nahrungsunverträglichkeiten, Reizdarmsymptome, Abdominalbeschwerden wie Völlegefühl, Meteorismus, Flatulenz, Verstopfung oder Durchfall. Eine Ernährung mit vielen Transfetten, viel Zucker, Weißmehl oder Nahrungsmittelzusätzen wie z.B. Glukosesirup [8] schädigen bei Dauerkonsum die Schleimhäute, sodass diese durchlässig werden. Die Schleimhaut verliert ihre Schutzbarriere und lässt großmolekulare Substanzen hindurch, wie unverdaute Nahrungsbestandteile und Toxine, die in den Körperkreislauf zurückgelangen und ihn vergiften und schwächen. Wer unter einem dysbiotischen Darm oder Leaky Gut [9] leidet, kennt die Folgesymptomatik wie Müdigkeit, Gedächtnisschwäche, Schlafstörungen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Abdominalbeschwerden, Gelenkschmerzen. Zweidrittel unseres Immunsystems ist darmassoziiert.

Ein dysbiotischer Darm schwächt das Immunsystem und öffnet die Türen für Infektanfälligkeit und Infektionen.

Das Ungleichgewicht beginnt in der Zelle und breitet sich im Zellverbund aus, die entstehenden Beschwerden greifen mit der Zeit auf weitere Organ- und Funktionssysteme über. Der *Candida* beispielsweise, der über einen regen Stoffwechsel verfügt, produziert einen Fuselalkohol [10], der über das Pfortadersystem [11] die Leber erreicht und von dieser entgiftet werden muss. Denken Sie bei erhöhten Leberwerten, die scheinbar aus dem Nichts auftauchen, auch einmal an eine mögliche *Candida*-besiedlung des Darms!

Für den ganzheitlich ausgerichteten Menschen sind Symptome die Sprache der Seele über den Körper. Da die innere Stimme oft nicht gehört wird, nutzt die Seele den Körper als Sprachrohr. Der Zustand wird bemerkt und der Mensch beginnt, nach Lösungen zu suchen. Der Intuition, also dem Bauchgefühl zu folgen, birgt die Chance, den Körper auf Vordermann zu bringen.

Darm und Psyche – Bauch- und Kopfhirn – sind untrennbar miteinander verbunden.

Wohlsein, Zufriedenheit, Antrieb und die zur Verfügung stehende Lebensenergie sind mit dem Darmstatus verbunden.

Ganzheitliches Behandeln heißt, Ursachen zu behandeln

Nicht nur Symptome sollten beseitigt werden, sondern Ursachen gefunden und systemisch ganzheitlich behandelt werden. Dringend muss jedoch der *Candida* im Darm naturheilkundlich therapiert werden, da er mit der Zeit das gesamte Organsystem stört.

Was ist dran?

Den Körper spüren

Der Körper ist ein wunderbares Resonanzfeld für Befindlichkeiten und psycho-emotionale Belange. Ich nutze den Begriff „psycho-emotional“, da er greifbarer als das Wort „Seele“ die Gesamtheit unseres Fühlens, Empfindens und Denkens wiedergibt und Bezug nimmt auf den emotionalen Status des Menschen, somit auch auf die Verknüpfungen von Erlebnissen mit bestimmten Emotionen, die im limbischen Gehirn [14] abgespeichert werden und deren ausgesendete Informationen den Zustand des Nervensystems beeinflussen. Erhöhtes Stressempfinden (Distress) kann die Folge von Anhäufungen solcher Abspeicherungen sein, wenn sie vorwiegend negativer Art sind. Es kommt zu Symptombildung und zur Notwendigkeit, Entscheidungen für die Gesunderhaltung und -werdung zu treffen.

Wie wird die Sprache des Körpers zugänglich?

Es bedarf einer gewissen Entschleunigung, eines Innehaltens im Alltag, um die Impulse des Körpers zu beachten und zu erfassen. Achtsamkeitsübungen helfen dabei ebenso wie Körperarbeit. An erster Stelle steht jedoch die eigene Entscheidung, in Sachen Gesundheit aktiv zu werden.

Die Craniosakrale Methode beispielsweise gewährt dem Menschen neben den therapeutischen Indikationen und ihrer gezielten Behandlung einen Raum zur Selbsterfahrung. Das Hineinlauschen in sich selbst, verbunden mit einfühlsamer, achtsamer Begleitung durch den Therapeuten, hilft, den Körper in seinen Strukturen und unzähligen Facetten wahrzunehmen sowie Zugang zu Gefühlen zu erhalten und Sensationen wie Kälte- und Wärmeempfindungen, energetisches Fließen und raumerzeugende Ausdehnung zu erleben. Im Körper gibt es Flüssiges (Liquor, Lymphe, Zellwasser, Blut), Festes (Bewegungsapparat), Strukturelles (Organsysteme) und Verbindendes (Bänder, Sehnen, Muskeln, Faszien und Nerven). Diese Zellformationen haben jeweils eine eigene Qualität, die im individuellen Sinne erfasst werden kann. Bewusste Bewegung (z.B. Yoga, Qi Gong, Spaziergänge), Körperwahrnehmung (gefördert z.B. durch Shiatsu, Osteopathie, Feldenkrais, Cranio, Kum Nye [15]) und wertfreie Selbstbeobachtung helfen, den Körper in seiner Sprache zu durchdringen.

In jeder Zelle steckt die Weisheit des Lebens, es stecken in ihr kollektive Informationen sowie eigene Prägungen und Sozialisierungen.

Der Körper weiß es

Die heutige Zeit bietet einen Dschungel an Möglichkeiten, was für Körper, Seele, Geist getan werden kann. Es ist gut, dass es diese Angebote gibt und wir von den fernöstlichen Ländern gelernt haben, hinter die Kulissen des rationalen Verstandes zu schauen und nach Wegen der Entspannung, der psychologischen Aufarbeitung und Gesundwerdung zu suchen. Die Entscheidungen nach dem Richtigen überfordern oft.

Es gibt jedoch niemanden, der es besser weiß als man selbst und der eigene Körper. Es lohnt sich, Vertrauen zu sich selbst und der eigenen Wahrnehmung zu realisieren.

Gesundheit – Zellgesundheit – geschieht im Zuge dessen.

Stoffwechselorgan Leber

Als größte Anhangsdrüse des Darms ist die Leber (hepar) das zentrale Stoffwechselorgan des Körpers. Ihr Aufgabenspektrum ist immens. Es zählen dazu

- ▶ Bildung des Gallensaftes
- ▶ Fett-, Eiweiß-, Kohlenhydratstoffwechsel
- ▶ Entgiftung von Medikamenten, Alkohol, Umweltgiften, körpereigenen Substanzen (z.B. Ammoniak)
- ▶ Hormonabbau (z.B. Östrogene)
- ▶ Speicherorgan für Eisen und fettlösliche Vitamine
- ▶ Abbau der roten Blutkörperchen (Erythrozyten)
- ▶ Herstellung von Blutgerinnungsfaktoren
- ▶ Blutbildung des Embryos

Einige Fakten

Linker und rechter Leberlappen ergeben zusammen das Organ mit einem Gewicht von 1,5 bis 2 kg. 80% des Lebergewebes wird von Hepatozyten gebildet, die eine Zellgröße von ca. 20-30 µm besitzen. Über das Pfortadersystem erhält die Leber venöses Blut von Milz, Bauchspeicheldrüse, Magen und Darm. Blut, das das Kapillarnetz der Leber durchströmt, verwertet die aus dem Darm resorbierten Stoffe sofort, sie werden gespeichert, umgewandelt oder abgebaut. Das Blut der Leber fließt über die untere Hohlvene (vena cava inferior) in den rechten Herzvorhof.

Leber und TCM

Laut der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) beherbergt die Leber die Wanderseele hun. Dies zeigt ihre große Bedeutung von einer anderen Warte aus. Die TCM misst der Leber ebenso eine enorme energetisch-funktionale Kraft zu. Im hiesigen Lebensumfeld zeigt sich diese Kraft in der Jahreszeit des Frühlings. Erneuerungs- und Entstehungskräfte sprießen mit unbändiger Lebenslust in alle Richtungen, die Natur blüht auf, die Lebensgeister der Menschen erwachen in Vorfreude auf die warme Jahreszeit. Die Pubertät und Jugend ebenso wie der Frühling sind dem Organ Leber zugeordnet.

Die Leberenergie kann jedoch auch überschießend werden, nämlich dann, wenn das Leber-Yin – als weiblicher, kontemplativer Aspekt – das Leber-Yang – den männlichen, aktiven Aspekt – nicht mehr halten kann. Häufig geschieht dies bei Stress und nachlassender Resilienz gegenüber diversen Belastungen. Dann schießt Yang-Energie in den Kopf und es kommt zu Symptomen wie Globus hystericus, Kopfschmerzen, Schwindel, Augenbeschwerden, Nackenverspannungen,

Ohrensausen, Husten. Natürlich ist jede Befindlichkeitsstörung ganzheitlich unter Bezugnahme mehrerer Organsysteme und Funktionskreisläufe des Organismus zu betrachten. Dennoch ist es sehr effektiv, in der Praxis am Patienten mit der Leber zu arbeiten, wenn diese sogenannten „Wind-Symptomaten“ vorliegen. Wird das Leber-Yang beruhigt und beide Pole sind wieder im Ausgleich, also Sympathikus und Parasympathikus, zeigt sich das Lebergewebe weich, die Lebermotilität (ihr Bewegungsvermögen) physiologisch und der Mensch deutlich erleichtert.

Was ist der Sphinkter Oddi?

Leber und Bauchspeicheldrüse haben eine enge Beziehung. Anatomisch zeigt sich das an der Einmündungsstelle von Gallengang (ductus choledochus) und Bauchspeicheldrüsengang (ductus pancreaticus) in den Dünndarm (Duodenum, Zwölffingerdarm). Bei ca. 80% der Menschen ist diese Einmündungsstelle, die Vaterische Papille, identisch. Das heißt, dass die Verdauungssekrete von Leber und Bauchspeicheldrüse dort in das Duodenum einfließen. Die Vaterische Papille wird von einem Schließmuskel, dem Sphinkter Oddi, verschlossen. Eine getrennte Einmündung ist ebenfalls möglich. Der Sphinkter Oddi, der rechtsseitig im Oberbauch lokalisiert ist, ist gut palpierbar (tastbar), und sein jeweiliger Spannungs- oder Entspannungszustand ist erfahrbar. Jegliche Anspannung wirkt sich auf diesen sensiblen Bereich unmittelbar aus. Der Sphinkter Oddi kann osteopathisch und craniosakral-therapeutisch wunderbar behandelt werden, wodurch er sich spürbar entspannt und der Mensch meistens tief aufatmet.

Leber und Psyche

Auch psychisch-emotional kann die Thematik aufgegriffen werden. Denn die Leber ist auf emotionaler Ebene das Stressorgan schlechthin. Vom Spektrum der Emotionen speichert sie Ärger, Zorn, Wut, Ohnmacht, Stress ab. Hinter den Emotionen stecken Geschichten, die der Mensch zu erzählen hat, es stecken Ereignisse, die mehr oder weniger gut verarbeitet wurden. Hier kann psychisch-emotionale Unterstützung und fachkundige Aufarbeitung stattfinden. Die Leber, deren Schmerz die Müdigkeit ist, wird es danken. Jede einzelne Zelle des Lebergewebes wird es danken. Durch die Verbundenheit der Zellformationen gelangen Körperinformationen in das gesamte System und der Mensch wird sich der Verbesserung umfassend gewahr.

craniosakalen Einsicht in Dick- und Dünndarm wird von einem Candidabefall ausgegangen. Die Lebermotilität ist verlangsamt. Das Gewebe der Ileozökalklappe und rechten Darmflexur fühlt sich entzündet an. Die Therapieverordnung umfasst das immunmodulierende Präparat Colibiogen, außerdem Myrrhinil Intest zur Darmreinigung und Entgiftung des Hefepilzes, Digesto Hevert zur Leberentlastung und deren Funktionssteigerung, sowie Gastromod zum Aufbau des Mikrobioms.

Ein Praxisbeispiel

Patientin, 41 J., langjährige Hals-Nacken-Verspannungen, Lendenwirbelsäulenschmerzen mit Ausstrahlung in Hüften, Leisten, außerdem Knieschmerzen. Sport ist seit Monaten nicht mehr möglich. In der Vergangenheit Stress- und Krisensituationen in Herkunftsfamilie und Partnerschaft. Die Patientin berichtet zudem von Heißhungerattacken mit übermäßigem Verzehr von Süßigkeiten sowie Abdominalbeschwerden. Aufgrund der

Bereits nach zwei Wochen empfindet die Patientin eine deutliche Entlastung bis hin zur Normalisierung ihrer Symptome. Eine stressige Situation reaktiviert die Beschwerden. Diese werden mit einer craniosakralen Sitzung behandelt. Nach vier Wochen ist das Pilzgeschehen deutlich reduziert. Eine Verordnung folgt mit Exmykehl D3, Sanuviv D2, Sankombi D5, Fortakehl D5. Das Probiotikum ist für mind. 3 Monate angeraten. Das endgültige Ergebnis steht noch aus.

Zellstoffwechsel ist Gehirnstoffwechsel

Alles hängt miteinander zusammen, nichts ist einzeln zu betrachten. Eine Darmdysbiose kann Gehirnebel erzeugen, der sich mit Konzentrationsschwäche, Leistungsabfall, Nackenverspannungen, Kopfschmerzen und Sehschwäche zeigen kann. Unter dem Gehirnstoffwechsel werden alle im Gehirn ablaufenden bio-chemischen Reaktionen verstanden. Dafür werden ca. ein Fünftel des im gesamten Organismus aufgenommenen Sauerstoffs verbraucht, obwohl das Hirn lediglich ein Fünftel des Körpergewichts ausmacht. Neurotransmitter [12] werden im Gehirn produziert. Sie steuern Motivation, Lust, Stimmung, Energie und Schlaf und beeinflussen damit die geistige Leistungsfähigkeit, Lernfähigkeit, Gedächtnisleistung und auch die Art und Weise, mit Stress umzugehen. Um dies besser zu verstehen, schauen wir uns das autonome Nervensystem (ANS) an.

Wie gut gelingt das Abschalten?

Das ANS besteht aus den zwei komplementären Komponenten Sympathikus und Parasympathikus, die nicht willentlich steuerbar sind. Das ANS bzw. vegetative Nervensystem versorgt innere Organe wie Magen, Darm, Leber, Nieren, Harnblase, Genitalien, Lunge, Herz, außerdem Blutgefäße, Verdauungsdrüsen, Pupillen, und es reguliert den Schweiß- und Speichelfluss. Der Sympathikus lässt uns tagsüber aktiv sein, er spendet Energie und steigert die Leistungsfähigkeit bei Stress. Der Parasympathikus entlässt uns in den Schlaf, er sorgt für Erholung und Ruhe. Ebenfalls ernährt er die Bauchorgane und ist somit aktiv an den Verdauungsprozessen beteiligt. Seit der amerikanische Forscher Prof. Stephan Porges [12] 1995 erstmalig einen neuen Ansatz in der Betrachtung des autonomen Nervensystems publizierte, kennen wir eine dritte Komponente, das Soziale Nervensystem, beziehungsweise die Polyvalve Theorie.


Ist das soziale Nervensystem ausgebildet und aktiviert, erleben wir Gefühle von Zugehörigkeit, Sicherheit und gegenseitigem Wohlwollen.

Ein Merkmal guter Gesundheit ist die Fähigkeit des Nervensystems, je nach Situation von Spannung auf Entspannung und vice versa zu wechseln. Wird diese Umstimmung nicht gepflegt und herrscht Dauerstress vor, leiden das Hormon- und Nervensystem.

Anzeige

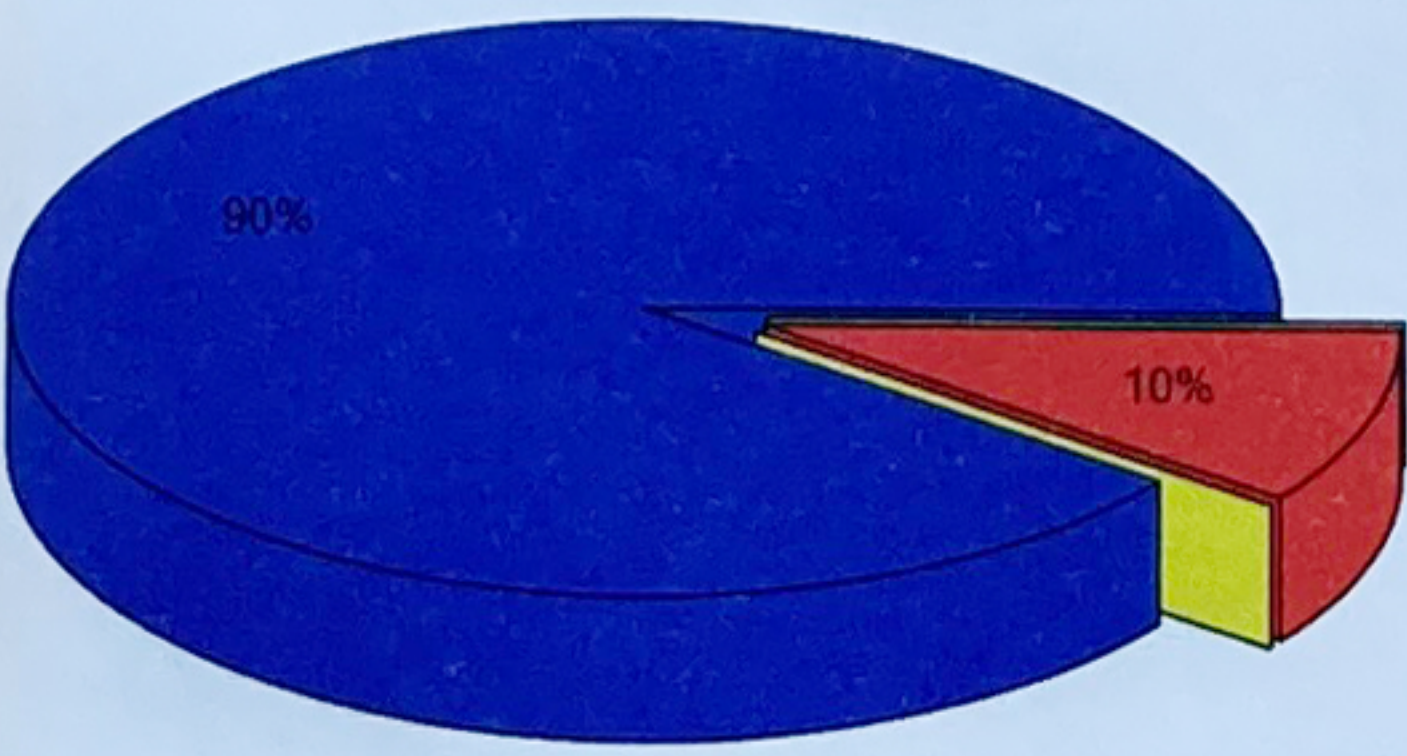
genesis pro life

Energie erleben ...




... Stress durch Elektromagnetische Strahlung!

Übersichtsdiagramm der EAV-Messungen: ungeschützt




- Rot: Werte mit Zeigerabfall
Zeigerabfall größer als 2 (10%)
- Gelb: Hohe Werte ohne Zeigerabfall
Werte über 70 (0)
- Blau: Niedrige Werte
Werte kleiner als 50 (90%)
- Grün: Normalwerte
Werte zwischen 50 und 70 (0)


Blutuntersuchung Dunkelfeld-Mikroskop



vorher durchschnittlich gutes Blutbild

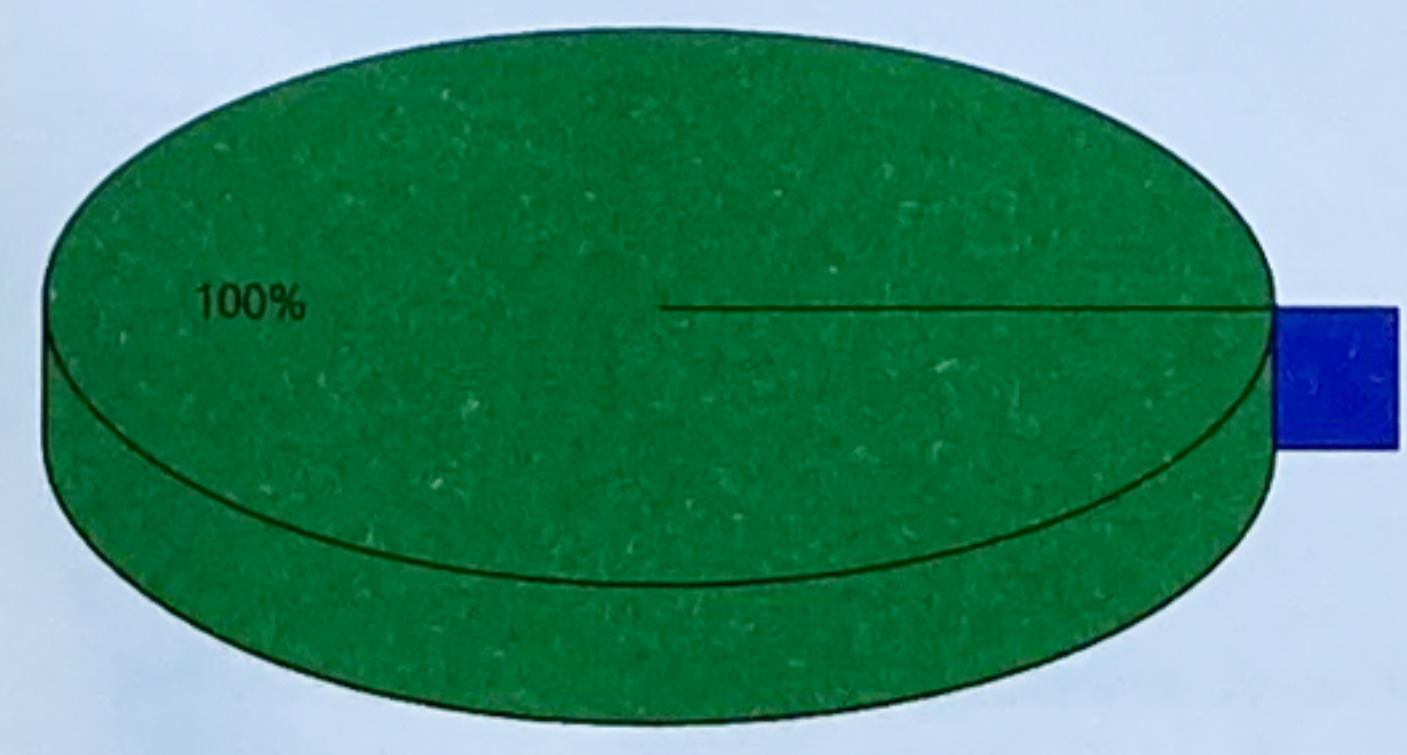


nach 10 Min ungeschütztem Telefonieren




weitere 5 Min durchtelefoniert mit Amulett

Übersichtsdiagramm der EAV-Messungen: mit Amulett



- Rot: Werte mit Zeigerabfall
Zeigerabfall größer als 2 (0)
- Gelb: Hohe Werte ohne Zeigerabfall
Werte über 70 (0)
- Blau: Niedrige Werte
Werte kleiner als 50 (0)
- Grün: Normalwerte
Werte zwischen 50 und 70 (100%)



genesis-pro-life.com

Die Nebennieren erzeugen Energie durch vermehrte Produktion von Stresshormonen: Adrenalin, Cortisol, Noradrenalin. Sie sorgen so dafür, dass stressbehaftete Situationen und Phasen unbeschadet durchlaufen werden können. Hört der Stress jedoch nicht auf, hört auch die Produktion von Stresshormonen nicht auf. Auf Dauer erschöpfen sich die Nebennieren, denn sie sind nicht in der Lage, unbegrenzt Stresshormone zu produzieren. Diese werden durch Serotonin abgebaut. Serotonin wird für einen gut funktionierenden Gehirnstoffwechsel benötigt. Es ist ein Botenstoff, ein Neurotransmitter, der zu ca. 95% im Darm produziert wird und bewirkt, dass Nervenimpulse den synaptischen Spalt überspringen und so zum Impuls-Zielort im Körper gelangen. Müssen unaufhörlich Stresshormone abgebaut werden, sinkt irgendwann der Serotoninspiegel.

Der Mangel an Serotonin und eine Nebennierenschwäche beeinträchtigen sämtliche Funktionssysteme des Körpers: Sehschwäche, Schlafstörungen, Leistungsabfall, Konzentrationsschwierigkeiten, Blasenschmerzen – die weniger infektiös als nervenbedingt sind –, Gelenkschmerzen, Darmdysbiose, Schmerzen im Bewegungsapparat, Libidoverlust. Die Zusammenhänge zwischen diesen Funktionssystemen sind immens. Sie bestimmen in erheblichem Maße, wie wir uns fühlen, wie leistungsfähig und gesund wir sind.

Ein weiteres Praxisbeispiel

Patientin, 49 J., erzählt ihre derzeitige Lebenssituation. Sie zieht sich zurück, unterbindet Freundschaften, da alles stresst. Es gibt partnerschaftliche Probleme. Sie fühlt sich depressiv, ängstlich, unsicher, leistungsschwach. Die Unsicherheiten wirken sich auf ihren Beruf als freischaffende Künstlerin aus, und trotz talentierter Veranlagung geht es momentan eher rückwärts als vorwärts. Sie leidet unter der eigenen Schuldzuweisung, dass mit ihr etwas nicht stimmt.

Im Gespräch werden anamnestisch die Organsysteme abgefragt, ebenso Unfälle und systemische Belastungen. Es wird offensichtlich, dass sie unter Hormonschwankungen leidet und in den Wechseljahren ist. Es war ihr nicht bewusst und allein diese Einordnung wird als enorm erleichternd empfunden. Schuldgefühle können losgelassen werden, da die Symptomatik im Wesentlichen bio-chemischen Abläufen geschuldet ist. Nun gilt es, damit umzugehen und den Übergang mit sinnvoller pflanzlicher Medikation zu unterstützen, beispielsweise mit der Vital Life Yamscreme. Ein sich absenkender Hormonstatus wirkt sich auf das Nervensystem und die Darmfunktionalität aus. Es muss davon ausgegangen werden, dass auch ein Vitamin-, Mineralien- und Spurenelementmangel vorliegt. Dies bestätigt sich bei der Konsultation einer Therapeutin, die eine Methode zur Bestimmung dieser Parameter anbietet. Der Patientin wird zusätzlich mit einer gezielten Supplementierung geholfen. Weitere Gesprächsbegleitung und craniosakrale Therapie folgen, sie bekommt einen Zugang zu ihren Ressourcen.

Fazit

Die gute Nachricht ist, dass wir stets beginnen können, in kleinen Schritten die Gesundheit zu fördern. So, wie die kleine Zelle

Antina Springer

Die Autorin ist Heilpraktikerin in eigener Praxis und Craniosakral-Therapeutin (Master Practitioner). Sie verbindet Körpertherapie mit psycho-emotionaler Begleitung, um den Menschen in ihrer Ganzheitlichkeit zu begegnen. Seit 1996 Beschäftigung mit energetischen Verfahren. HP-Zulassung 2003 in München, seitdem breites naturheilkundliches Spektrum, seit 2010 Craniosakraltherapie. Mutter von 3 Kindern.



Kontakt: www.heilpraxis-antinaspringer.de

für uns arbeitet und sich ihre Bewegungen in den ganzheitlichen Menschen ausdehnen, kann für jeden der passende Ansatz zur Gesundwerdung und -erhaltung gefunden werden.

Es ist schön, den Körper zu spüren, ihn wahrzunehmen, wie er sich entfaltet, wie er gesundet oder die Gesundheit trotz voranschreitenden Alters erhalten bleibt. Der Körper ist keine Maschine, Gesundheit wird uns nicht für das ganze Leben geschenkt, wir dürfen und sollten etwas dafür tun. Damit übernehmen wir Selbstverantwortung für unseren Körper und psycho-emotionalen Zustand. Das sollte den Patienten immer kommuniziert werden.

Die Entwicklung des Körpers beginnt mit zwei einzelnen Zellen. Nach der Konzeption beginnt die Entstehung des Menschen durch Zellteilung. Die Zellteilung hört Zeit unseres Lebens nicht auf. Dies gewährleistet die stetige Erneuerung der Zellverbände – und dem Menschen, seine Lebenszeit zu durchlaufen.

AKOM

Mehr zum Thema

- Alberts, Bruce u.a.: Molekularbiologie der Zelle, Wiley-VCH, 6. Auflage, 2017
- Béliveau, Prof. Dr. med., Richard, Gingrans, Dr. med., Denis: Krebszellen mögen keine Himbeeren, Mosaik, 4. Auflage, 2010
- Bierbach, Elvira: Naturheilpraxis heute, Urban & Fischer, 1. Auflage, 2000
- Blechsmidt, Erich: Ontogenese des Menschen, Kiener, 1. Auflage, 2012
- Kern, Michael: Die Weisheit im Körper, Pflaum, 1. Auflage, 2011
- Müller-Mees, Elke: Pilzkrankungen, Knauer, 1. Auflage, 1995
- Onken, Julia: Feuerzeichenfrau, beck'sche reihe, 1988
- Perlmutter, Dr., David: Scheißschlau, Goldmann, 1. Auflage, 2018
- Porges, Stephen W.: Die Polyvagal-Theorie und die Suche nach der Sicherheit, Probst, Lichtenau, 1. Auflage, 2017
- Rosenberg, Stanley: Accessing the healing power of the vagus nerve, North Atlantic Books, 2017
- Scott, Trudy: Ängste überwinden durch Anti-Stress-Nahrung, Unimedica, 1. Auflage, 2018

SYMBIO FLOR® 2

Mikrobiologische Therapie bei Reizdarmsyndrom Gute Aussichten auf Erholung



Mikrobiologische Therapie mit Symbioflor 2 – seit über 60 Jahren bewährt zur Behandlung des Reizdarmsyndroms

SymbioPharm GmbH
Auf den Luppen 10, D-35745 Herborn



Symbioflor®2 Tropfen zum Einnehmen, Suspension: Wirkstoff: Escherichia coli-Bakterien **Zusammensetzung:** 1 ml (=14 Tropfen) Suspension enthalten: Bakterienkonzentrat mit Escherichia coli-Bakterien (DSM 17252, Zellen und Autolysat) entsprechend 1,5 - 4,5 x 10⁷ lebenden Zellen. **Sonstige Bestandteile:** Natriumchlorid, Magnesiumsulfat-Heptahydrat, Kaliumchlorid, Calciumchlorid-Dihydrat, Magnesiumchlorid-Hexahydrat, gereinigtes Wasser. **Anwendungsgebiete:** Reizdarmsyndrom (Colon irritabile). **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. Schwere organische Erkrankungen des Magen-Darmtraktes wie akute Cholezystitis, akute Pankreatitis, Ileus sowie Kachexie und Marasmus. **Nebenwirkungen:** Häufig: Bauchschmerzen (inklusive Oberbauchschmerzen und Bauchbeschwerden), Urticaria. Diese Reaktionen treten normalerweise innerhalb der ersten 4 Wochen der Behandlung auf und verschwinden innerhalb von wenigen Tagen selbst wenn die Behandlung fortgesetzt wird. Häufigkeit nicht bekannt: Flatulenz, Übelkeit, Diarrhoe. **SymbioPharm GmbH, 35745 Herborn**