Was ist eigentlich Hypnose und was gibt es für Unterschiede?

Hypnose ist eigentlich nur eine Technik, mit der man in Trance mit dem Unbewussten arbeitet. Entscheidend ist der Trancezustand, bei dem unser denkender Verstand im präfrontalen Cortex mehr oder weniger in den Hintergrund rückt und das Unbewusste (auch Unterbewusstes genannt) im Limbischen System (Reptiliengehirn) in den Vordergrund rückt.

Jeder geht mindestens 2x täglich in Trance, nämlich wenn er aufwacht und wenn er einschläft. Insofern ist das ein natürlicher Vorgang, den jeder kennt und kann. Jeder kann auch verhindern in Trance zu gehen, so wie man auch verhindern kann einzuschlafen. Insofern versetzt der Hypnotiseur einen nicht in Trance, sondern er oder sie hilft einem in Trance zu gehen. Das ist ein meditativer Zustand, in dem man sehr entspannt ist und sich wohl fühlt.

Wie äußert sich das Unbewusste?

Ist man dann in Trance, kann sich das Unbewusste direkt äußern und wird diese Gelegenheit in der Regel auch nutzen. Dazu kann es sich verschiedener Ausdrucksformen bedienen:

- **Bilder**, die man vor seinem inneren Auge sieht,
- **Gedanken**, die einem in den Kopf schießen,
- **Gefühle**, die sich im Körper bemerkbar machen und über die man per Gefühlsdrift an deren Entstehungsgeschichte herankommt,
- **Ideomotorik** – dabei bitte man das Unbewusste, dass es sich über die Finger oder Hände äußert.

Welche Trancezustände gibt es bei der Hypnose?

Die Trancetiefe ergibt sich daraus, wie tief einen der Hypnotiseur in Trance führt, kann sich aber auch während der Trance je nach Bedarf vertiefen oder verringern. Man unterscheidet zwischen:

- **Wachtrance**, bei der das Bewusstsein die ganze Zeit dabei ist, man so auch die ganze Zeit die Kontrolle behält und man sich auch an alles erinnern kann.
- **Tieftrance**, bei der man nur noch der Stimme des Hypnotiseurs folgt und bei der man sich in der Regel auch hinterher an nichts erinnert, es sei denn, der Hypnotiseur suggeriert dies.

Welche Hypnosemethoden gibt es?

Den entscheidenden Unterschied bei den verschiedenen Hypnosetechniken macht die Redetechnik, also wofür die Trance genutzt wird:

- **Suggestivhypnose**: Der Hypnotiseur suggeriert etwas, was durch die Trance direkt ins Unbewusste gelangt. Dies nutzt man z.B. zum Abnehmen oder Rauchen aufhören.
- **Auflösende Hypnose**: Dies wird für die Hypnotherapie verwendet, denn hier kann man in Regression gehen, durch Fragen die Ursache von

körperlichen oder psychischen Störungen erkunden und in Abstimmung mit dem Unbewussten auflösen. Damit kann man Glaubenssätze, Aufträge, Verträge, Gebote auch aus dem Ahnensystem, innere Saboteure, abgespaltene Anteile, Besetzungen, Flüche, Traumata uvm. auflösen. Es gibt dabei grundsätzlich 2 Fragetechniken:

- **Geschlossene Fragen**: Dies ist eine eher autoritäre Methode, bei der bestimmt Fragenkataloge abgefragt werden und der Hypnotiseur direkt mit dem Unbewussten des Kunden arbeitet, wie z.B. beim Simpson Protokoll.
- **Offene Fragen**: Diese selbstorganisatorische Methode ist zwar für den Hypnotiseur wesentlich anspruchsvoller, weil er ja nicht weiß was ihn erwartet, aber dafür kann jedes beliebige Problem gefunden werden. Denn dabei übernimmt das Unbewusste die Führung und führt einen genau dorthin, wo das Problem entstanden ist. Der Hypnotiseur schlägt nur Fragen vor, der eigentliche Dialog findet in einem inneren Dialog zwischen dem Unbewussten und dem Bewusstsein statt.

Auf welchen Ebenen arbeitet die Hypnose?

Und dann kann man auch noch auf verschiedenen **Lösungsebenen** arbeiten:

- **Psyche**: Das ist der Bereich, mit dem die normale Hypnotherapie in diesem Leben, in der Kindheit oder auch im Mutterleib arbeitet.
- **Frühere Leben**: Das nennt sich Reinkarnationshypnose.
- **Seele**: Das ist eine spirituelle Hypnose, bei der man auf seelischer Ebene zwischen den Leben oder außerhalb des menschlichen Inkarnationszyklus arbeitet, wie es z.B. von Dolores Cannon entwickelt wurde.

Wie ich mit meinen Klienten arbeite

Ich selbst habe alle oben genannten Techniken gelernt, habe aber im Laufe der Jahre meine eigene Methode entwickelt, die auf allen Lösungsebenen arbeitet. So arbeite ich mit einer **Wachtrance** und am liebsten mit den Bildern, Gedanken und Gefühlen meiner Kunden. Die Ideomotorik beherrsche ich natürlich auch, empfinde sie allerdings als Einschränkung. Meine Methode ist eine **auflösende Hypnose** und ich arbeite in der Regel mit **offenen Fragen**, so dass das

Unbewusste meiner Kunden selbstorganisatorisch die Führung übernimmt. Mein Job ist es dann, den Rahmen zu halten, die richtigen Fragen zum Auffinden des Problems vorzuschlagen, einzuschätzen mit was wir es zu tun haben und die richtigen Fragen für eine Lösung vorzuschlagen. Dies kann in der **Psyche** in diesem Leben und in der Kindheit oder im Mutterleib liegen, in einem **früheren Leben** oder auch auf **Seelenebene**. Ich überlasse mich dabei der Führung des Unbewussten meines Klienten und richte mich auch nach seinem Glaubenssystem.

Die Grundlage meiner Technik sind eine dreijährige Ausbildung in Autosystemhypnose inklusive Traumatherapie, Motivationshypnose und hypnotische Schmerzkontrolle am Zentrum für Angewandte Hypnose in Mainz und weitere Lehrgänge an anderen Instituten z.B. in Hypnosystemik und EMDR.

Dabei ist meine Methode jedoch vor allem auch eine Weiterentwicklung und stark von der Transpersonalen Regressionstherapie (Reinkarnationshypnose) und der Quantum Healing Hypnosis Technique (QHHT) nach Dolores Cannon beeinflusst.

Es ist eine wunderbare Arbeit, auch wenn sie mir manchmal energetisch einiges abverlangt. Da ich hellfühlig bin, erlebe ich vieles am eigenen Leib mit und kann energetisch unterstützen. Außerdem werde ich während der Hypnosen von meinen geistigen Führern geführt, auch das äußert sich über meine Hellfühligkeit, aber auch durch Gedanken, die mir plötzlich in den Kopf schießen. Ich habe gelernt, mich dieser Führung anzuvertrauen, denn sie ist zu unser aller Besten.

Wer es einmal ausprobieren möchte, kann mir einfach eine eMail mit seiner Telefonnummer schicken, dann können wir ein kurzes Vorgespräch per Telefon führen, damit Sie (oder Du) wissen, ob die Chemie zwischen uns stimmt und ob Hypnose überhaupt das Richtige ist. Ich führe alle Hypnosen ausschließlich online durch und das klappt in der Regel hervorragend. Ich gebe mir auch Mühe, dass jeder Termin in sich abgeschlossen ist, so dass man sich nicht zu Folgeterminen verpflichtet fühlt. Man kann auch direkte online einen Termin buchen.

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen

medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: @Pixabay

Wie ich Hashimoto und Schilddrüsenhormone los wurde

Wie alles begann

Ich habe wahrscheinlich schon seit 1998 eine beginnende Hashimoto. Im Jahr davor hatte ich den Streß meines Lebens, magerte ziemlich ab, war dauernd unter Strom und konnte nicht mehr gut schlafen. Die Schilddrüsenerkrankung wurde erst 8 Jahre später nach meiner Schwangerschaft diagnostiziert. Da war die Schilddrüse nur noch 5,5 ml groß (statt 13 – 18 ml), echoarm, inhomogen und

voller Knoten.

Was mich am Meisten an der Diagnose schockte, war der Spruch der Sprechstundenhilfe, ich sei ja jetzt chronisch krank und müsse alle 3 Monate zur Kontrolle kommen. Ich fühlte mich damit wie eingefangen von einem krankmachenden System. Hinzu kamen Blutuntersuchungen und Tabletten, die ich beide ablehnte.

Zu allem Überfluss sagte mir dann ein Endokrinologe, mein Körper würde sich durch Antikörper selbst angreifen und ich solle mal überlegen, welche autoaggressiven Tendenzen ich in mir hätte.

Und aufgrund der (harmlosen kalten) Knoten sollte ich jedes Jahr eine Szintigraphie mit radioaktivem Kontrastmittel machen.

Der schulmedizinische Weg

Also verschrieb man mir L-Thyroxin und meinte, damit wäre alles erledigt, mehr könne man nicht machen. Symptome wie Erschöpfung Gewichtszunahme, Verdauungsprobleme, inneres Frieren, kalten Hände & Füße, trockene Haut, Haarausfall – die bei unbehandelter Hashimoto eindeutig als Symptome der Unterfunktion gewertet werden – wurden plötzlich auf die Psyche geschoben.

Sieben Jahre lang habe ich aus Unwissenheit den Ärzten vertraut und mich für meine Symptome selbst gegrämt. Ich war mittlerweile bei einer Dosis von L-Thyoxin 150 und fühlte mich immer noch nicht besser. Aber als Mutter eines kleinen Kindes und Marketingmanagerin in der Softwareindustrie hatte ich einfach keine Zeit, mich auch noch um etwas zu kümmern, was andere studiert hatten – so mein Trugschluss.

Bis ich dann 2014 noch wegen anderer Dinge komplett zusammenbrach.

Mein natürlicher Weg

Ich war aufgrund von massivem Befall mit Erregern (Neuro-Borreliose, EBV, Varizella Zoster, Toxoplasmose etc.) und deren Folgen eh arbeitsunfähig. Und da ich keine Aussicht auf Heilung von den Ärzten bekam, nahm ich dann endlich das Heft in die eigene Hand.

Und dann gingen mir die Augen auf, was man alles für die Heilung seiner Schilddrüse machen kann!

Dinge wie Ernährung, Entgiftung, Nährstoffe, Erregerheilung und Achtsamkeit spielen dabei eine signifikante Rolle. Und solange die Schilddrüse noch Hormone benötigt, trägt die Feineinstellung von fT3 und fT4 – von der Schulmedizin weitgehend ignoriert – einen wesentlichen Beitrag zum Wohlbefinden.

Bei mir war das mit viel Trial & Error verbunden, denn damals gab es die ganzen kostenlosen Online-Kongresse noch nicht und im Netz fand man wenig brauchbares zur Heilung der Schilddrüse.

Ich habe 2014 mit natürlichem Schilddrüsenextakt (NDT) begonnen, es fünf Jahre lang genommen und die erste Facebook-Selbsthilfegruppe in Deutschland/Österreich/Schweiz dazu gegründet (die ich heute nicht mehr führe). In diesen Jahren habe ich wirklich sehr viel über die Schilddrüse und deren Behandlung gelernt und mich ziemlich gut in der Szene vernetzt. Ich habe zu der Zeit auch angefangen zu dem Thema zu bloggen und mich dann in 2016 mit einer entsprechenden Gesundheitsberatung selbständig gemacht. Heute werde ich auch öfters für Interviews in Online-Kongressen angefragt.

Tja und dann wurde ich mit zunehmender Gesamtgesundheit nach und nach all meine Symptome los. Heute ernähre ich mich antientzündlich und natürlich, entgifte regelmäßig, ergänze Nährstoffe mit Nahrungsergänzungsmitteln und versuche ein artgerechtes Leben zu führen. Zudem habe ich damals meinen geschädigten Darm repariert, die erschöpften Nebennieren geheilt, behandele natürlich die HPU und habe mein Immunsystem so unterstützt, dass ich die Erreger in den Griff bekam.

Mein Weg führte mich dann aber auch immer mehr zu den seelischen Ursachen von Krankheiten. Denn die Seele spricht über körperliche Symptome mit uns und auch in der Gesundheitsberatung zeigten sich im Rahmen der ganzheitlichen Betrachtung der Menschen auch immer psychische Themen, die gesehen werden wollen. So wurde mir nach und nach klar, dass der Weg zur Heilung nach innen führt. Ich will es hier nicht zu ausführlich ausführen, aber ich habe dadurch auch eine ziemlich intensive spirituelle Entwicklung durchgemacht.

Deswegen machte ich auch die Ausbildung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie und eine mehrjährige Ausbildung in analytischer, regressiver Hypnose. Dadurch

war ich in der Lage, bei mir (und meinen Klienten) nach den zugrundeliegenden Konflikten von Symptomen und Erkrankungen zu suchen und sie mit Hilfe des Unbewussten zu lösen. Das war am Ende das entscheidende Rädchen, warum mein Körper offensichtlich der Meinung war, dass ich diese Erkrankung nicht mehr brauche.

Das Ausschleichen der Hormone

Und als ich mich dann wieder ganz gesund fühlte, wollte ich auch langsam die Schilddrüsenhormone los werden. Also beschloss ich, es auf einen Versuch ankommen zu lassen und die Schilddrüsenmedikamente auszuschleichen. Dazu habe ich erst von den natürlichen Schilddrüsenhormonen auf L-Thyroxin zurück gewechselt, damit der TSH steigt und die Schilddrüse wieder ordentlich mitarbeitet. Nach allem was ich in der Zwischenzeit für meine Entgiftung getan hatte, hatte ich auch keine T4/T3-Umwandlungsschwäche mehr und vertrug das L-Thyroxin wirklich gut. Und das konnte ich dann langsam immer weiter senken. Es hat dann tatsächlich 2 Jahre gedauert und ich habe dem Körper die Zeit gegeben, die er brauchte. Die passende Dosis habe ich immer kinesiologisch für mich ausgetestet, wenn mein Körper mir signalisierte, dass eine Senkung anstand.

Zwischenzeitlich hatte ich eine neue Ärztin. Und als sie dann mal ein Ultraschall machte, konnte sie gar nicht glauben, dass ich eine Hashimoto habe. Denn die Schilddrüse war zwar klein (mittlerweile wieder von 5,5 auf 9 ml angewachsen), sah aber völlig gesund aus. Das Gewebe war wieder völlig homogen und echonormal und es waren keine Knoten mehr zu finden.

Tja und jetzt habe ich vor einer Woche die letzte Dosis ausgeschlichen (das war im Juni 2022) und lebe wunderbar ohne Schilddrüsenmedikamente . Zuvor bin ich eine Woche lang mit Herzrasen, Unruhe und sehr wenig Schlaf rumgelaufen, bis mir klar wurde, dass ich in der Schilddrüsenüberfunktion bin (bei mir selbst brauche ich immer etwas länger).

Aber bis die Überfunktion abgebaut ist, dauert es ja einige Zeit. Und damit ich bis dahin nicht weiter unter Herzrasen, Unruhe und Schlaflosigkeit leide, habe ich in Selbsthypnose mit meinem inneren Hormonchef Kontakt aufgenommen. Und er sagte, es wäre kein Problem den Puls auf ein normales Niveau zu senken, bis sich

ein neues Gleichgewicht im Körper eingestellt hat. Ich sah dann in Hypnose, wie er einen großen Eisenhebel etwas runter zog – und schwubs wurde mein Herz ruhiger. Ist das nicht magisch? Ich kenne das aus der Notfallhypnose, dass man so auch starke Blutungen stoppen kann. Aber ich bin immer wieder begeistert, wie unmittelbar unser Unbewusstes auf unser vegetatives Nervensystem zugreifen kann.

Es war bei mir ein langer Weg, weil die Heilung der Schilddrüse schulmedizinisch ja gar nicht vorgesehen ist und es früher auch keine Informationen dazu gab. Heute ist genau das mein Ziel bei allen meinen Klienten und ich freue mich immer, wenn sich jemand auf diese Reise mit mir begibt. Nicht immer klappt es, weil es einfach von ganz vielen Faktoren abhängt und damit auch ein innerer Wandlungsprozess einher geht, den nicht jeder gehen möchte. Aber umso schöner ist es, wenn ich dann wie neulich von einer Klientin höre, dass ihre Schilddrüse in einem halben Jahr von 5 auf fast 10 ml gewachsen ist.

Wir sollten alle den Glauben in unsere unglaublichen Selbstheilungskräfte zurück gewinnen – dann ist alles möglich!

Nachtrag nach 2 Jahren: Ich lebe immer noch wunderbar ohne Schilddrüsenhormone. Von Zeit zu Zeit mache ich mal Blutwerte (jetzt nur noch max. 1x pro Jahr) und teste es kinesiologisch aus: mein Körper braucht keine Schilddrüsenhormone. Im letzten Ultraschall war meine Schilddrüse 11 ml groß

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: @Pixabay

Was das Epstein Barr Virus mit Hashimoto, Erschöpfung und Long Covid Symptomen zu tun hat

Die Symptome des Epstein Barr Virus wurden schon im Jahre 1889 erstmals beschrieben. Die Erstinfektion heißt Pfeiffersches Drüsenfieber und kann nahezu unbemerkt ablaufen. Die Viren bleiben ein Leben lang im Körper.

Es gibt aggressive Varianten, die als Schläfer in die Organen gehen und dort unbemerkt ihr Unwesen treiben. Die Menschen bekommen dann Diagnosen wie Hashimoto, Leaky Gut, Fibromyalgie oder chronisches Erschöpfungssyndrom. Diese Diagnosen nehmen immer mehr zu, aber es sind nur leere Begriffe, sagen sie doch nichts über die Ursache aus.

Was gerne übersehen wird: Das Epstein Barr Virus kann reaktiviert werden und viele Erkrankungen nach sich ziehen. Und es hat sich in den letzten Jahrzehnten zu einer versteckten Epidemie entwickelt. Dass es Wege gibt, diese Viren zu bändigen, ist leider nur wenigen bekannt.

Kusskrankheit

Das Epstein Barr Virus, abgekürzt EBV, wird medizinisch auch infektiöse Mononukleose genannt und gehört zur Gruppe der humanen Herpesviren Typ 4

(HHV-4).

Es wird auch Kusskrankheit genannt, da es via Speichel, aber auch per Schmierinfektion übertragen wird. Nach einer Inkubationszeit von einer bis mehreren Wochen bricht das Pfeiffersche Drüsenfieber aus. Die Anzahl der Lymphozyten ist dabei erhöht. Diese Erstinfektion kann in vielen Fällen völlig unbemerkt ablaufen und danach ein Leben lang ruhen. Weltweit haben ca. 80 – 95% der über 30-jährigen das Epstein Barr Virus in sich.

Wenn es sich jedoch um eine aggressive Variante des Epstein Barr Virus handelt, kann es auch noch Jahre oder Jahrzehnte nach der Erstinfektion zu einer Reaktivierung mit Komplikationen kommen. Dazu gehören nachweislich autoimmune Erkrankungen wie die Hashimoto Thyreoiditis, chronische Erschöpfung und bösartige Tumore wie Lymphdrüsenkrebs.

Multiple Symptome im gesamten Organsystem

Erstinfektion / Pfeiffersches Drüsenfieber

- Fieberhafte Mandelentzündung mit weiß-gräulichen Belegen
- Lymphknotenschwellung
- Milzvergrößerung in 50% der Fälle
- Lebervergrößerung und Leberentzündung (Hepatitis) mit Gelbsucht
- Hautausschlag oder Ausschlag am harten Gaumen in 3% der Fälle
- Selten Beteiligung weiterer Organe wie Herz, Nieren, das zentrale Nervensystem und die Gelenke

Komplikationen / Reaktivierung

- **Innere Organe**: Milzruptur bei Milzvergrößerung, Nierenversagen, Herzbeutel-/Herzmuskelentzündung
- **ZNS**: Polyneuropathien, Entzündung von Gehirn und Hirnhäuten
- **Blut:** Überschießende, aber ineffektive Immunantwort mit Ausschüttung hoher Konzentrationen inflammatorischer Zytokine (Entzündung)
- **Krebs:** Lymphdrüsenkrebs **(**Morbus Hodgkin 50%, Burkitt-Lymphom zu 15% mit EBV assoziiert, in Afrika zu 100%), Nasenrachenkrebs

- Bei immunsupprimierten Patienten können Lungenentzündung und Mittelohrentzündung hinzu kommen.
- u.a.

Blinder Passagier mit destruktivem Verhalten

Die Schulmedizin geht davon aus, dass es nur selten zu Komplikationen kommen kann. Erstaunlicherweise schaut aber fast kein Arzt bei den oben genannten Symptomen nach dem reaktivierten Epstein Barr Virus und anderen Herpesinfektionen. Würden sie das tun, würde man vermutlich nicht mehr von seltenen Komplikationen ausgehen.

Aggressive Herpesviren verhalten sich wie Schläfer. Sie verstecken sich zunächst ist **Leber und Milz**, stoßen dort Neurotoxine aus, können zu Leber- und Milzentzündungen führen und die Leberentgiftung stören.

Die Neurotoxine schädigen das Verdauungssystem und vermindern die **Magensäureproduktion**. Zu wenig Magensäure fühlt sich an wie zu viel Magensäure, da der Körper die fehlende Flüssigkeit mit Wasser auffüllt, die – vermischt mit Magensäure – auch sauer aufstoßen kann.

Die Neurotoxine gelangen auch in den Darm, schädigen dort die **Darmschleimhaut** und können zu **Nahrungsmittelunverträglichkeiten** führen.

Ist der Körper bereits mit **Schwermetallen** belastet, kommt es zu einer unglücklichen Synergie. Denn die Viren ernähren sich von Schwermetallen. Das daraus entstandene Abfallprodukt ist noch giftiger und die Viren mutieren zu einer noch bösartigeren Variante.

Aber vor allem **Stresshormone** und große **Hormonschwankungen** wie die Pubertät, die Geburt eines Kindes oder die Wechseljahre sind Futter für das Virus, da in diesen Zeiten das Immunsystem geschwächt ist. In so einer Phase lebt es richtig auf und weitet sich auf weitere Organe aus, wie z.B. die Schilddrüse. Befällt es dort das Gewebe, reagiert der Körper mit Antikörpern, die dann leider auch das Schilddrüsengewebe schädigen – es kommt zur autoimmunen Schilddrüsenerkrankungen. In einer 2015 veröffentlichten

polnischen Studie konnten Wissenschaftler den EBV in 80,7% der Schilddrüsen vom Menschen mit Hashimoto Thyreoiditis und in 62,5% der Schilddrüsen von Menschen mit Morbus Basedow nachweisen. Menschen ohne diese autoimmunen Schilddrüsenerkrankungen hatten das Virus nicht in der Schilddrüse.

Das Aufleben unter Hormonschwankungen ist auch der Grund, warum es einem in dieser Situation während der **Menstruation** meist schlechter geht als sonst. Man leidet dann nicht selten an grippeähnlichen Symptomen ohne Fieber.

Die aggressivste Variante dieser Viren geht im letzten Schritt auch auf das **Nervensystem**, schädigt die Nervenhüllen und führt zu Nervenentzündungen. Ich habe es am eigenen Leib erlebt, es ist grauenhaft (aber Kopf hoch, es gibt Mittel dagegen).

Das Virus infiltriert das Immunsystem und leitet es in die Irre. Der Körper reagiert mit **Entzündung**, statt mit Fieber. Die meisten Menschen mit einem reaktivierten EBV können seit Jahren kein richtiges Fieber mehr bekommen, das Virus hat dies verhindert.

Es sind also meist **drei Dinge erforderlich: Das Virus + Schwermetalle + großer Stress**. Beim Zusammentreffen dieser drei Faktoren kommt es zum Ausbruch der Erkrankung mit multiplen Symptomen.

Werden diese Symptome jedoch nicht mit der Viruserkrankung in Verbindung gebracht und falsch behandelt – wie leider zu oft geschehen – können Patienten daran sterben (nicht am Virus, sondern an den Medikamenten!). Denn Viren sind resistent gegen Antibiotika, MS-Mittel o.ä., sie leben zum Teil sogar darunter auf!

Long Covid

Im Jahre 2021 hat sich zudem im Rahmen einer weltweiten, universitären Studie gezeigt, dass das reaktivierte Epstein Barr Virus zu einem signifikant hohen Anteil an der Entwicklung von Long Covid beteiligt oder sogar dafür verantwortlich ist. Dabei konnte bewiesen werden, dass in 66,7% der Fälle einer Long Covid Erkrankung das Epstein Barr Virus reaktiviert wurde, basierend auf hohen Titern des EBV early Antigens oder sogar dem Nachweis der Mononukleose. Dies lässt darauf schließen, dass viele Long Covid Symptome nicht eine direkte Folge des SARS-CoV-2-Virus sind, sondern auf die EBV Reaktivierung

zurück zu führen sind!

Diagnose

Insofern trägt eine genaue Diagnose einen hohen Stellenwert. Man findet es im Blut ziemlich gut, nur leider wird der Befund oft fehlinterpretiert.

Im Blutbild wird meist nur nach einer aktiven Infektion (**EBV-VCA IgM**) geschaut, die bei einer Reaktivierung nicht vorliegt.

Ist der **EBV-VCA IgG** erhöht, heißt es meist, man hätte die Infektion einmal durchgemacht. Jedoch kann das bei einem hoch-positiven Wert auch ein Zeichen für eine Reaktivierung sein!

Für den Nachweis der Reaktivierung sind neben dem EBV IgG auch die Werte Epstein-Barr-Virus-Nuclear-Antigen (**EBNA**) und Antikörper gegen Early-Antigen (**Anti-EA**) wichtig. Vor allem ein positives Anti-EA spricht zusammen mit dem positiven EBV-VCA IgG für eine Reaktivierung. Ein positives EBNA kann in Kombination mit einem positiven IgG eine chronische EBV-Infektion bedeuten.

Ich habe darüber auch ein Video gemacht, was Du hier findest und gerne weiter verteilen kannst.

Außerdem kann man laborchemisch noch nach einer LDH- und Transaminasen-Erhöhung bei Beteiligung der Leber schauen. Im Blutausstrich findet sich dann auch eine Lymphozytose mit bis zu 90% atypischen Lymphozyten und Virozyten.

Als Differentialdiagnosen kommt u.a. folgendes in Frage: Akute HIV-Infektion, bakterielle Angina tonsillaris, Diphtherie, Angina Plaut Vincenti, CMV-Infektion (HHV 5), Hepatitis durch Hepatitisviren und akute Leukämie. Allein daran sieht man schon, wie ernstzunehmend diese Erkrankung ist.

Therapie

Schulmedizinisch

Eine schulmedizinische Behandlung gibt es i.d.R. nicht. Symptomatisch setzt man auf körperliche Schonung, die Gabe von Flüssigkeit und schmerz- bzw.

fiebersenkende Mittel.

Man kann das Virus aber durchaus in einen ruhenden Zustand versetzen, indem man das Immunsystem lenkt und antivirale Lebensmittel sowie Nahrungsergänzungsmittel einsetzt.

Alternative Verfahren

Wichtig ist es in meinen Augen, das Immunsystem zu stärken und in die richtige Richtung zu lenken, sowie den Erregern die Nahrungsgrundlage zu entziehen.

Die Stärkung des Immunsystems erfolgt über eine gut abgestimmte Nährstofftherapie wie mit Vitamin D, C, Zink, Selen, Jod etc.

Den Impuls für das Immunsystem, in die richtige Richtung zu arbeiten, kann man über verschiedene Verfahren geben, wie z.B. über Nosoden oder homöopathisch aufbereitete Zytokine.

Die Nahrungsgrundlage entzieht man den Erregern durch eine gezielte Entgiftung, abgestimmt auf die individuelle Entgiftungsfähigkeit. Ein guter Anfang ist die Saftentgiftung nach Anthony William, die ich in dem Artikel Entgiftungskur mit frischen Säften beschrieben habe.

Es gibt unendlich viele gute Ansätze dazu in der Naturheilkunde. Man muss ohne Frage mehrere Rädchen drehen, um aus dieser chronischen Multisystemerkrankung wieder heraus zu kommen. Aber weniger ist dabei auch manchmal mehr, denn wenn das Fass erst einmal übergelaufen ist, macht das Körpersystem manchmal auch einfach dicht und geht in eine Starre. Dann heißt es, das Ventil zu finden, was dem Körper erst einmal Erleichterung verschafft, damit er aus der Therapieresistenz heraus kommt. Im Rahmen meiner Gesundheitsberatung konnte ich feststellen, dass jede EBV-Erkrankung anders aussieht. Bei dem einen geht es neben der Erschöpfung eher auf den Darm, so daß nur noch ganz wenige Lebensmittel vertragen werden. Bei dem anderen ist eher die Schilddrüse betroffen und die Antikörper steigen in ungeahnte Höhen. Ein Dritter hat eher Probleme mit dem Nervensystem (was dann oft als Fibromyalgie diagnostiziert wird). Und nicht selten nutzt die Seele diese Erkrankung auch dazu, uns auf innere Konflikte aufmerksam zu machen, die angesehen werden wollen (mehr dazu in meinem Artikel über die analytische Hypnose). Insofern sollte die Therapie auch ganz individuell abgestimmt werden,

damit man nicht zu viel Herumprobieren muss. Ich helfe Betroffenen gerne im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung dabei, den richtigen Fahrplan für sich zu finden.

Resümee

Längst ist das EBV als Auslöser für die chronische Erschöpfung bekannt. Publik wird das vor allem dann, wenn es Prominente in Form eines Karriereknicks trifft. Beispiele dafür sind z.B. Spitzensportler wie Sprinter Rasgawa Pinnock, Hochsprung-Weltmeister Martin Buß, 400-Meter-Europameister Ingo Schultz, der nordische Kombinierer Ronny Ackermann, 800-Meter-Läufer Nico Motchebon, Tennisspielerin Barbara Rittner, Kanutin Birgit Fischer oder Ex-Fußball-Profi Olaf Bodden.

Auch die Tatsache, dass über 80% der Menschen mit Hashimoto das EBV in ihrem Schilddrüsengewebe haben, sollte die Medizin aufhorchen lassen. In Deutschland sind Schätzungen zufolge etwa acht Millionen Menschen von Hashimoto betroffen. Statistisch gesehen haben also vermutlich 6.400.000 Menschen in Deutschland das EBV in der Schilddrüse. Wie kann man da von selten Komplikationen des EBV sprechen?

Und es ist nicht nur das Epstein Barr Virus, was die Menschen krank macht. Auch andere reaktivierte Herpesviren wie Varizella Zoster (HHV-3), Cytomegalie (HHV-5) und HHV-6 können ähnliche Symptome aufweisen und großen Schaden anrichten.

Menschen mit der aggressiven Variante reaktivierter Herpesviren sind bisweilen unfassbar krank, erschöpft, bettlägerig und habe unglaubliche Nervenschmerzen. Doch wenn der Arzt nichts findet wird der Patient nicht selten in die Psychoecke geschoben. Selbst wenn der Arzt die Herpesviren findet, hält er sie meist für durchgemachte, abgeklungene Infektionen.

Daher kann ich jedem mit chronischer Erschöpfung, grippeähnlichen Symptomen ohne Fieber, Infektanfälligkeit, evtl. Nachtschweiß und Verschlimmerung der Symptome bei Stress oder Hormonumstellungen nur raten, dem Thema nachzugehen.

Ich selber habe diese chronischen Erkrankungen mit diversen reaktivierten

Herpesviren auch hinter mir. Jahre zuvor wurden mir meine Amalgamblomben ungeschützt entfernt. Der Ausbruch kam dann nach einer Impfung und während einer Zeit großen Stresses. Damals wurden bei mir auch Neuro-Borreliose und diverse Co-Infektionen diagnostiziert – insgesamt ca. 30 Erreger – und ich dachte vor allem die Borrelien seinen das Problem. Aber ich hatte Glück, denn meine Ärztin wollte zuerst die Herpeserreger behandeln und mich entgiften und danach waren 80% der Symptome weg. Heute glaube ich, dass mir die Borrelien und anderen Bakterien gar nichts getan hätten, wenn die reaktivierten Herpeserreger in Kombination mit den Schwermetallen und dem Stress nicht gewesen wären. Ich bin das alles wieder los geworden, arbeite heute als Gesundheitsberaterin und helfe anderen Menschen im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung aus dieser Situation wieder heraus zu kommen. Insofern: aufstehen, Krone richten und nicht einschüchtern lassen!

Exkurs: Fehlgeleitetes Immunsystem

Bei der Infektion mit dem EBV kommt es zu einer intensiven Vermehrung der Viren sowie zu einem Befall der B-Lymphozyten. Die Viren verändern dabei die Eigenschaften dieser **Immunzellen**. In der Folge teilen sich die B-Lymphozythen unbegrenzt und bilden **fehlgeleitete Antikörper**, die mit mehreren Antigenen kreuzreagieren. Diese infizierten B-Lymphozythen verteilen sich über die Organe wie Lymphknoten, Leber, Milz und Mandeln und können dort zu Wucherungen und Vergrößerung der Organe führen. Bei der Bekämpfung der infizierten B-Lymphozyten benötigt der Körper spezielle Immunzellen, die T-Lymphozyten, genannt CD8+. Für deren Produktion benötigt der Körper Vitamin-D.

Ein CD8+ T-Zell-Mangel ist ein Merkmal vieler chronischer Autoimmunerkrankungen, einschließlich Multipler Sklerose, Rheumatoide Arthritis, Hashimoto Thyreoiditis und Morbus Basedow. Man vermutet, dass Autoimmunität in den folgenden Schritten auftritt:

1. CD8+ T-Zell-Mangel,
2. primäre EBV-Infektion,
3. verminderte CD8+ -T-Zell-Kontrolle des EBV,
4. erhöhte EBV-Belastung und erhöhte Anti-EBV-Antikörper
5. EBV-Infektion im Zielorgan (z.B. der Schilddrüse),
6. klonale Expansion von EBV-infizierten autoreaktiven B-Zellen im Zielorgan,
7. Infiltration von autoreaktiven T-Zellen in das Zielorgan und
8. Entwicklung von ektopischen Lymphfollikeln im Zielorgan.

Man kann auch davon ausgehen, dass der Entzug von Sonnenlicht und Vitamin D-Mangel die Entwicklung von Autoimmunkrankheiten verstärken, indem der CD8+ -T-Zell-Mangel verstärkt wird und dadurch die Kontrolle von EBV weiter beeinträchtigt wird.

Jedoch Vorsicht mit hohen Dosen von Vitamin D bei chronischem EBV. Es kann durch Erreger zur Vitamin-D-Rezeptor-Blockade kommen. Denn durch einen Überschuss an EBNA-Proteinen kann das gesamte Vitamin D-25 direkt in die aktive Form Vitamin D-1,25 umgewandelt werden, was zu einem starken Missverhältnis zwischen Vitamin D-25 und Vitamin-D-1,25 führt. Zu viel Vitamin D-1,25 überstimuliert chemische Immunbotenstoffe wie Zytokine, was das aufgebrachte Immunsystem veranlasst, körpereigene Gewebe zu attackieren. Dies wiederum wird mit der Entstehung von Entzündungen in Verbindung gebracht. In diesem Fall können hohe Dosen von Vitamin D immunsuppressiv wirken. Supplementiert man dagegen nur den Tagesbedarf, umgeht man dieses Risiko und bekommt so trotzdem ausreichende Mengen dieses wichtigen Nährstoffes.

Quellen

Investigation of Long COVID Prevalence and Its Relationship to Epstein-Barr Virus Reactivation, Gold, J., Okyay, R., Licht, W., Hurley, D., MDPI, 2021

The role of Epstein-Barr virus infection in the development of autoimmune thyroid diseases, Janegova A., Janega P., Rychly B., Kuracinova K., Babal P., pubmed, 2015

CD8+ T-Cell Deficiency, Epstein-Barr Virus Infection, Vitamin D Deficiency, and Steps to Autoimmunity: A Unifying Hypothesis, Pender MP, pubmed, 2012

Predictions and associations of fatigue syndromes and mood disorders that occur after infectious mononucleosis, White PD, Thomas JM, Kangro HO, Bruce-Jones WD, Amess J, Crawford DH, Grover SA, Clare AW, pubmed 2001

Pfeiffersches Drüsenfieber / Infektiöse Mononukleose, Petra Margosch, Litheraturarbeit, Europäisches Colleg für Osteopathie

Infektiöse Mononukleose, Amboss – Fachwissen für Mediziner

Hämophagozytisches Syndrom unter Fingolimod, DAZ.online, 2013

Krankheit ist messbar auch wenn das Labor schweigt – Für die Humanmedizin Immunsystemischer Testaufbau (IST), Dr. Ingrid Fonk, AKSE, 2010

Studie über die Wirkung der spezifischen Mikroimmuntherapie bei Patienten, die unter einer chronischen Erkrankung in Verbindung mit dem Epstein-Barr-Virus (EBV) leiden, Allgemeine Auswirkungen der Behandlung des EBV mit der Mikroimmuntherapie in Bezug auf die Entwicklung biologischer und klinischer Parameter, Gilbert Glady , Lourdes Reig, 2005

Diagnose und Therapie der Epstein-Barr-Virusinfektion, Tobias Zaum, Zeitschrift „Naturheilpraxis“, 2006

Mediale Medizin, Anthony William, Arkana, 2016

High levels of active 1,25-dihydroxyvitamin D despite low levels of the 25-hydroxyvitamin D precursor — Implications of dysregulated vitamin D for diagnosis and treatment of Chronic Disease, Waterhouse JC, Marshall TG, Fenter

B, Mangin M, Blaney G., in *Vitamin D: New Research*. New York: Nova Science Publishers, 2006

Hashimoto-Thyreoiditis. Angriff auf die Schilddrüse, Nicole Schuster, Pharmazeutische Zeitung online, 11/2017

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: Titelbild @ Pixabay

Saftentgiftung nach Anthony William

Wer sich in der heutigen Zeit müde und schlapp fühlt, Konzentrationsprobleme hat, vergesslich ist oder Kopf- und Gelenkschmerzen hat, wird vermutlich wie viele andere zu viele Umweltgifte im Körper angesammelt haben. Das ist in der heutigen Umwelt kein Wunder, sind wir doch einer Vielzahl von Giften in unserer Atemluft, im Trinkwasser, in der Nahrung, in Textilien, Möbeln, Baustoffen etc. ausgesetzt. Anbei ein paar einfach Maßnahmen zur stetigen Entgiftung über die Ernährung.

1. Zitronen- oder Limettenwasser

Gleich morgens auf nüchternen Magen empfiehlt Anthony William ½ Liter Wasser mit ½ Zitrone oder Limette, einfach aus der Schale ins Wasser gepresst. Am Besten nimmt man Biofrüchte, ansonsten sollte man sie vor dem Pressen waschen.

Das befeuchtet und entschlackt den Körper. Durch die Zitrone/Limette wird das Wasser darüber hinaus aktiviert, so dass es besser Giftstoffe aus dem Körper

aufnehmen und ausschwemmen kann.

Man sollte auch auf gute Wasserqualität achten. Ich nehme entweder stilles St. Leonhards Quellwasser oder am Liebsten das selber gefilterte Wasser meines Wasserfilters von Yves-Bio. Anthony William empfiehlt den Berkey Wasserfilter, aber der ist eigentlich für Wasser mit einem höheren Chlorgehalt als in Deutschland optimiert und neigt in Deutschland zur Algenbildung.

2. Stangenselleriesaft

Nach dem Zitronenwasser kann man direkt mit der Zubereitung des Stangenselleriesafts beginnen, den man 15 – 20 Minuten danach oder später trinkt. Wichtig ist, dass er möglichst:

- frisch gepresst ist (trinken bevor er mit Sauerstoff reagiert hat),
- man ihn pur trinkt (auch wenn es mit Apfel leckerer wäre),
- man ihn ohne Fasern trinkt (also gepresst; falls man nur einen Mixer hat, dann auf jeden Fall noch durchseihen),
- man ihn auf nüchternen Magen trinkt (möglichst morgens vor dem Frühstück)
- und dass es optimalerweise ½ Liter ist (mit weniger anfangen und im eigenen Tempo steigern).

Das regt eine gesunde Magensäureproduktion an, reinigt die Leber und unterstützt die Galle. Der Selleriesaft tötet auch pathogen Keime und neutralisiert virale Neurotoxine. Außerdem neutralisiert er Schwermetalle wie Quecksilber, Kupfer und Aluminium und stoppt die Oxidation dieser Gifte. Und er reinigt und stärkt die Neurotransmitter, zu denen ja auch unsere Glückshormone gehören.

Am Besten eignet sich dafür ein Slow Juicer mit horizontaler Press-Walze, der möglichst viele Nährstoffe erhält. Es gibt diese Slow Juicer alias Kaltpressen in unterschiedlichen Preisklassen. Oben auf dem Bild seht ihr meinen Slow Juicer, der mir seit 3 Jahren treue Dienste leistet. Meine Freundin hat eine deutlich preiswerteren Variante und ist damit auch sehr zufrieden. Anthony William empfiehlt einen speziell für Selleriesaft optimierten Entsafter von Omega.

Wer keine Saftpresse hat, kann den Stangensellerie auch im Hochleistungsmixer pürieren und danach durchseihen, damit die Fasern rausgefiltert werden. Der

Output ist dann aber nicht ganz so hoch, was auf die Dauer auch ins Geld geht.

Der Selleriesaft soll nicht als Nahrung verdaut werden, sondern als Medizin verschiedene Organe erreichen. Daher ist es wichtig die Fasern zu trennen und eine ausreichende Menge von ½ Liter zu trinken.

So richtig lecker ist das nicht, aber es tut einem gut. Auch Kinder kann man bei Bedarf gut daran gewöhnen. Mit der Zeit verlangt der Körper richtig danach. Ich trinke ihn mittlerweile seit 2017, auch wenn jetzt nicht mehr täglich.

3. Heavy Metal Detox Smoothie

Nach ca. ½ Stunde oder später am Tag nimmt man dann einen entgiftenden Smoothie zu sich, auch frisch gemixt. Am besten sind Hochleistungsmixer mit mindestens 24.000 Umdrehungen, die auch in der Lage sind, das Chlorophyll aufzubrechen und für unser Verdauungssystem verfügbar zu machen.

Die Mengen werden in Cups angegeben, das ist ein amerikanisches Maß und entspricht etwa 240 ml. Man bekommt diese Maßbecher mit Cup-Angaben aber auch in Deutschland.

Anbei das Smoothie-Rezept:

- 1 Cup frische Korianderblätter zur Entgiftung von Schwermetallen aus schwer erreichbaren Stellen; Koriander kann auch Toxine extrahieren, die sich schon seit Jahrzehnten in uns befinden oder von den Eltern übernommen wurden (vorsichtig dosieren, lieber erst einmal mit weniger beginnen),
- 2 Cups wilde Blaubeeren zur Entgiftung des Gehirns von Schwermetallen. Sie sind auch in der Lage, oxidative Schäden zu reparieren und somit Alzheimer und Demenz entgegen zu treten (Wilde Blaubeeren gibt es gefroren im Supermarkt, getrocknet oder als Pulver, ganz wichtig ist, dass es die wilden sind),
- 1 EL Dulseflocken (Rotalgen mit mittlerem Jodgehalt), sie binden Quecksilber, Aluminium, Blei, Kupfer, Cadmium und Nickel, gehen tief in den Darm, binden dort die Gifte und leiten sie aus,
- 1 TL Gerstengrassaftpulver oder 1 Hand frisches Gerstengras, das holt Gifte aus der Milz, dem Darm, der Bauchspeicheldrüse und der

Schilddrüse (auch hier vorsichtig dosieren und lieber erst einmal mit weniger beginnen),
- 1 TL Spirulina Algen aus Hawaii, es holt Gifte aus dem Gehirn, dem zentralen Nervensystem sowie der Leber und bindet die Gifte, die das Gerstengrassaftpulver gelöst hat,
- 2 reife Bananen
- Saft 1 Orange
- 1 Cup Wasser, wenn man es lieber nicht so dickflüssig mag.

Man kann es auch um andere leckere Bestandteile ergänzen. Ich mag es z.B. zusätzlich mit einer Grapefruit. Die ersten 5 entgiftenden Bestandteile sollten auf jeden Fall dabei sein, oder im Laufe des Tages anderweitig zu sich genommen werden.

3. Gifte binden und ausleiten

Es ist wichtig, dass man immer genug Bindemittel im Darm hat, um die Gifte aus dem Körper auszuleiten. Wer den Detox Smoothie trinkt, hat das mit der Spirulina schon mit drin. Ansonsten eignen sich die folgenden alternativen Mittel zum Gifte binden und ausscheiden:

- Zeolith (Bindemittel zum Ausleiten)
- Spirulina (Bindemittel zum Ausleiten), das nehme ich meist morgens vor oder im Smoothie
- L-Glutamin (entgiftende Aminosäure), nimmt man auch eher morgens, weil es Energie gibt,
- Taurin (unterstützt die Galle bei der Entgiftung)

Gut zum Entgiften sind auch Petersilie, Knoblauch, Lauch & Lauchzwiebeln, Zwiebeln, Salbei, Breitwegerich und Rotkleeblüten in der Nahrung.

Außerdem bauen Sprossen eine gesunde Darmflora auf und unterstützen somit die Resorption von Vitamin B12 im Darm. Am Besten isst man selbstgezüchtete im Sprossenglas und diese dann ungewaschen, denn dann bleiben die gesunden Mikroorganismen auf den Sprossen erhalten.

Mit diesen Drinks und den Bindemitteln könnt Ihr Euch ganz nebenbei stetig entgiften. Es schmeckt (nach einer Gewöhnungszeit) gut und ist gesund.

Bon appétit!

Zu viel ist nicht gut

In keinem Fall sollte man durch die Säfte die folgenden Symptome bekommen, dann hat man es übertrieben und es kann zur Rückvergiftung kommen:

- Schwindel,
- Übelkeit
- Kopfschmerzen
- Nachtschweiß (Leberhitze)

In dem Fall mit der Entgiftung pausieren und noch mehr Spirulina einnehmen.

Wer Unterstützung bei der Entgiftung haben möchte, kann mich gerne im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung kontaktieren.

Druckversion

Anbei die Rezepte als PDF zum Ausdrucken:

Quellen

Mediale Medizin, Anthony William, 2015

Medical Food, Anthony William 2016

Heile Deine Schilddrüse, Anthony William 2017

Heile Deine Leber, Anthony William 2018

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen

medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Belastungen aus dem Ahnensystem auflösen

Es heißt, wir sind die Kriegsenkelgeneration und damit die erste Generation, die die damals erlittenen Dinge auch psychisch verarbeiten kann. Die Kriegsgeneration muss ums Überleben kämpfen. Die Kriegskinder müssen für den Wiederaufbau sorgen. Und die Kriegsenkel können die generationsübergreifenden Traumata auflösen. Und das ist einer der Gründe, warum die innere Arbeit mit der Seele im Westen seit Jahrzehnten so stark gefragt ist wie nie zuvor.

Hinzu kommt der allgemeine Anstieg der Energien, der uns dazu bringt, uns unseren Schatten zu stellen und alte Blockaden zu lösen. Und von diesen

Blockade gibt es haufenweise nicht nur aus unserer Kindheit, sondern auch aus unseren Ahnensystemen.

Dazu ein paar Beispiele aus meiner jüngsten Hypnosepraxis, die ich übrigens online per Zoom in einer leichten Wachtrance anbiete:

- Eine Kundin von mir geriet immer unter totalen Streß, wenn es darum ging das Haus zu verlassen oder zu verreisen. Dann musste alles sehr schnell gehen und es gab so gut wie immer Streß mit der Familie. In Hypnose erfährt sie den Grund für ihr Getriebensein: Sie sieht ihre 4-jährige Mutter, die nachts unter dem Geheul der Sirenen von ihrer Mutter geweckt und in den Luftschutzbunker gezogen wird. Alles muss schrecklich schnell gehen, jede Minute entscheidet über Leben oder Tod. Es bildet sich der Glaubenssatz, dass man immerzu fluchtbereit sein sein muss, um zu überleben. Und dieser Glaubenssatz wurde von der Großmutter auf die Mutter und dann auch unbewusst auf meine Klientin übertragen. In Hypnose sind die beiden Ahninnen bereit, den Glaubenssatz zurück zu nehmen, sie lösen ihn gemeinsam auf und alle zeigen sich sichtlich gelöst. Meine Klientin kann nun deutlich entspannter das Haus verlassen.
- Eine Klientin spürte in Trance mit meiner Hilfe ein Gesetz aus dem Ahnensystem auf, was mit „du sollst nicht…“ begann – mehr durfte sie nicht erfahren. Dieses Gesetz wurde durch ein Kreuz symbolisiert. Sie sah eine Vielzahl von Ahnen in Gewändern, wie sie auf sehr alten Gemälden dargestellt werden und erfuhr, dass das Gesetz schon „seit Äonen“ bestand. Im Verlauf der Hypnose waren die Ahnen bereit, das Gesetz zurück zu nehmen. Sie stand dann vor ihrem inneren Auge mit ihren Ahnen im Kreis und fühlte sich erleichtert, das Gewicht fiel langsam von ihr ab und ihre Ahnen gaben ihr ihren Segen.
- Eine andere Frau wollte kürzlich herausfinden, was die seelische Ursache hinter ihren Brustschmerzen war. Ihre Mutter und ihre Schwester hatten Brustkrebs. In einer sehr bewegenden Hypnosesitzung zeigte sich der Brustschmerz als Geist. Es kam heraus, dass dieser Geist einen Fluch repräsentierte, der auf allen Frauen aus dem gesamten Ahnensystem seit der Großmutter lag. Diese wurde verflucht, als sie in Not mit Kräutern eine Abtreibung vornahm, da sie ansonsten mit diesem Kind vom Hof vertrieben worden wäre. In Hypnose bekam das Kind seinen

angestammten Platz im Familiensystem und wurde von allen Mitgliedern der Linie willkommen geheißen. Danach wurde der Fluch zurück genommen und der Geist verschwand.
- Bei einer Kundin von mir zeigte sich in Hypnose eine drückende, dunkle Wolke, die ihr in ihrem Leben immer wieder die Energie raubte. Es stellt sich heraus, dass ihre Seele vor Urzeiten ein Implantat angenommen hatte, was sich in diesem Leben in ihrem Oberarm versteckte. Sie war in der Lage, sich dieses Implantat mit der Hilfe einer Lichtgestalt in Hypnose aus dem Oberarm zu ziehen und es zurück zu schicken. Die dunkle Wolke verschwand und sie verspürte Leichtigkeit und Freude.

Man kann sich sicher vorstellen, wie bewegend es für mich ist, solche Auflösungen von belastenden Dingen aus der Vergangenheit begleiten zu dürfen – auch wenn es für mich manchmal ziemlich anstrengend ist. Aber mit einer vorsichtigen Vorgehensweise unter Zuhilfenahme der inneren Ressourcen meiner Klienten läuft es eigentlich immer sehr sanft und wenig dramatisch ab. Die Belohnung für mich ist dann ein glückliches und mega entspanntes Lächeln auf dem Gesicht desjenigen, der diese Belastung gerade los geworden ist.

Ich habe auch den Eindruck, dass die Zeit reif für diese Art der Arbeit ist. In meinen Hypnosen kommen solche Themen in letzter Zeit vermehrt auf. Ich selbst werde dabei von meinen geistigen Führern unterstützt. Sie führen mich über meine Hellfühligkeit, von der ich mich leiten lassen und für die ich sehr dankbar bin.

Wenn Sie beim Lesen dieses Artikels eine Gänsehaut verspürt haben, dann sind Sie mit dem Thema vermutlich in Resonanz gegangen. Vielleicht möchte Ihr Unbewusstes Sie damit darauf aufmerksam machen, dass auch bei Ihnen so ein Thema jetzt gesehen und aufgelöst werden möchten. Dann können Sie mir gerne eine eMail schreiben, so dass wir in einem unverbindlichen Gespräch schauen, ob so eine Hypnose per Zoom etwas für Sie sein könnte und ob die Chemie zwischen uns überhaupt stimmt. Weiter Informationen zu meinen Hypnosen allgemein finden Sie hier. Informationen zum Ablauf und den Konditionen finden Sie hier.

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten

Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: @Pixabay

Borreliose Kongress 9. – 18.09.2022

Am 9.09.2022 startet der **kostenfreie Borreliose Online Kongress.** Darin vermitteln 25 Experten (Ärzte, Therapeuten, Gesundheitsberater und Betroffene) fundiertes Wissen über die Entstehung und Therapie der Borreliose – wissenschaftlich, verständlich und praxisnah.

Auch ich hatte die Ehre, für diesen Kongress interviewt zu werden. Darin erfahrt

Ihr mehr zu **meiner eigenen, erfolgreich überstandenen Borreliosegeschichte**. Das Interview wird am Sonntag den 18.09. ausgestrahlt.

Borreliose ist eine wenig beachtete Infektionskrankheit, die viel mehr Menschen betrifft als allgemein bekannt ist. Oft wissen die Betroffenen selbst nicht, dass sie infiziert sind und leiden jahrelang an verschiedenen Symptomen wie. z.B. Müdigkeit, Depressionen, grippeähnlichen Symptomen und Hautausschlägen.

Warum Du unbedingt teilnehmen solltest?

- Beseitige die versteckten Hindernisse, die Deiner Genesung im Wege stehen!
- Erfahre, welche Labordiagnostik sinnvoll ist.
- Lerne Ernährungsmythen zu demaskieren und eine bioindividuelle Ernährungsweise zur Stabilisierung Deiner Gesundheit zu finden.
- Finde den Unterschied zwischen „Öffnung und Aktivierung der Ausleitungsorgane“ vs. „Detox“ heraus.
- Erfahre wie Du Dein Immunsystem stärkst.
- Verstehe wie Du über den Vagusnerv Deine Selbstheilungskräfte aktivierst.

>> Hier klicken und kostenfreien Platz sichern

So funktioniert es

Melde Dich einfach mit Deiner eMail-Adresse beim Kongressveranstalter an. Ab dem 21.05.2021 bekommst Du von dort jeden Tag eine eMail mit den wichtigsten Informationen und Links zu den Experten-Interviews des Tages. Zum Anschauen brauchst Du nur Deinen PC, ein Tablet oder Dein Smartphone – ganz einfach, ohne zusätzliche Software.

>> Hier klicken und kostenfreien Platz sichern

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen

medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Ich bin nicht Veranstalter dieses Kongresses. Ich wurde für diesen Kongress vom Veranstalter interviewt und bewerbe ihn im Rahmen einer Affiliate-Partnerschaft.

Kraft der Schwingungen Online Kongress 29.07. – 7.08.22

Ich möchte Dir mit dem „Kraft der Schwingungen Kongress“ einen ganz besonderen Online-Event ans Herz legen, der in meinen Augen genau den Puls der Zeit trifft. Denn wir sind alle Energiewesen und können den negativen Energien im außen sehr effektiv mit eigener Frequenzerhöhung begegnen.

Entdecke das Potenzial von Schwingungen und die damit verbundenen Selbstheilungskräfte

Alles ist Energie, das sagte schon Albert Einstein. Der Aufbau aller Stoffe auf der Erde ist vom Prinzip her gleich, alles ist Energie – Masse in Bewegung. Und mittlerweile gibt es immer mehr Wissenschaftler, die sich mit der Thematik auseinandersetzen. Wenn der Mond das Meer bewegt, kann man schwer leugnen, dass menschliche Zellen davon nicht beeinflusst werden können, oder?

Die Gastgeberin dieses spannenden Kongresses Constanze Witzel hat die Auswirkungen von Energie in Form von Schwingungen viele Jahre studiert und deren Kraft am eigenen Leib erfahren. Begib Dich mit uns zusammen auf eine spannende Reise in eine Welt, die viele indigenen Völker sicher besser beschreiben können, als die meisten Wissenschaftler.

Meinen Vortrag zum Thema „**Die Reise nach Innen – Seelische Ursachen für körperliche Erkrankungen**“ kannst Du Dir kostenfrei am 31.07.22 anhören.

https://natuerliche-therapie.de/wp-content/uploads/2022/07/Trailer-FB-Kristine-Fredriksson.mp4

Mach Dich bereit und lernen alles Wissenswerte über Energie, Frequenzen und Schwingungen!

>> Hier kostenfrei anmelden und online teilnehmen

Inhalte

- Wie man seine **Stimmung** und seinen **geistigen Zustand** durch Schwingung ändern kann.
- Wie man seine **Lebensenergie** schützen und aufladen kann.
- Wie man mithilfe von Schwingung **kreative Energien** freisetzen kann.
- Welchen Einfluss Emotionen und Gedanken auf die **Gesundheit** haben.
- Wie man das **volle Potenzial der Selbstheilung** ausschöpfen kann.
- Wie man die unglaubliche **Macht heilender Frequenzen** nutzen kann, um seine Schwingung anzuheben und gesund zu bleiben.

- Wie die eigenen Lebensenergie mit den **richtigen Techniken** dazu eingesetzt werden kann, Gesundheit und Lebensfreude zu aktivieren.

>> Hier kostenfrei anmelden und online teilnehmen

So funktioniert es

Melde Dich einfach zum kostenfreien Kongress mit Deiner E-Mail-Adresse an.

Ab dem **29.07.2022** bekommst Du jeden Tag eine E-Mail mit den wichtigsten Informationen und Links zu den Experten-Interviews des Tages

Zum Anschauen brauchst Du nur Deinen PC, ein Tablet oder Dein Smartphone – ganz einfach, ohne zusätzliche Software.

>> Hier kostenfrei anmelden und online teilnehmen

Ich bin nicht Veranstalter dieses Kongresses. Ich wurde für diesen Kongress vom Veranstalter interviewt und bewerbe ihn im Rahmen einer Affiliate-Partnerschaft.

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Was Gelenkschmerzen, trockene Schleimhäute und häufige Blasenentzündungen mit den Wechseljahren zu tun haben

Hätte ich gewusst, wie vielfältig und diffus die Symptome der Wechseljahre sind, ich hätte mich viel früher damit auseinandergesetzt. Denn mit der bioidentischen Hormontherapie gibt es eine sanfte und risikoarme Behandlungsmöglichkeit, die einem auch vor den Wechseljahren schon viele Symptome ersparen kann. Es ist einfach gut, seine Symptome einordnen zu können, egal ob man sich am Ende für oder gegen eine biologische Hormonersatztherapie entscheidet.

Für die verschiedenen Wechseljahrsbeschwerden sind vor allem die Hormone Progesteron und verschiedene Östrogene, manchmal auch Testosteron und DHEA, verantwortlich. Auch die Mutter aller Hormone, das Pregnenolon sollte Beachtung finden.

- Hormonkreisläufe sollten darüber hinaus auch immer im Zusammenspiel mit

den anderen großen Hormonachsen gesehen werden, daher empfehle ich, sich auch die Schilddrüse, die Nebennieren, den Vitamin D-Spiegel (auch ein Hormon!) und ggf. auch die Neurotransmitter anzusehen.

Ich versuche mich in diesem Artikel allerdings kurz zu halten und erst einmal einen wichtigen Überblick für den Einstieg zu vermitteln. Daher möchte ich heute nur auf die eingehen, die die häufigsten Symptome erzeugen, nämlich auf das Progesteron und die Östrogene.

Wechseljahrsstadien

Prämenopause: Ab ca. Ende 30 können die Eisprünge unzuverlässiger und die Blutungen unregelmäßiger, stärker und langanhaltender werden. Nun beginnt auch das Progesteron bereits zu sinken, bis irgendwann gar nichts mehr davon produziert wird!

Perimenopause: Dies ist die Übergangszeit, in der die Hormone zu schwanken beginnen. Sie beginnt ab ca. 45 Jahren und kann u.a. mit Menstruationsbeschwerden, Brustempfindlichkeit, PMS und Myomen einhergehen. Ab dieser Zeit kann man mit einer bioidentischen Hormonersatztherapie beginnen (mit Progesteron bei Bedarf auch schon früher).

Menopause: So um die 50 oder etwas später bleibt die Menstruation dann irgendwann ganz aus. Nun geht die körpereigene Hormonproduktion von Östradiol und Östriol stark nach unten und bleibt das auch für den Rest des Lebens.

Postmenopause: Diese Phase beginnt ab einem Jahr nach der letzten Menstruation und hier kann es aufgrund der Östrogenmängel zu irreparablen Atrophien kommen.

Je früher man anfängt, desto eher kann man diese degenerativen Prozesse stoppen. Wer erst viele Jahre nach der Postmenopause beginnt, sollte vorher kardiovaskuläre Risiken abklären.

Symptome

Symptome Progesteronmangel

Schon ab der Prämenopause können hormonell bedingt die folgenden Symptome auftreten:

- Menstruationsbeschwerden, veränderte Zyklen, stärkere Schmerzen und Blutungen
- Prämenstruelles Syndrom/PMS
- Brustempfindlichkeit, das Gefühl praller Brüste
- Menstruelle Kopfschmerzen
- Myome, Endometriose und Zysten in den Brustdrüsen und Eierstöcken
- Wassereinlagerungen, aufgeschwemmtes Gesicht, geschwollene Hände und Füße
- Progesteronmangel wird auch mit vielen chronischen Erkrankungen in Verbindung gebracht

Östradiolmangel

Die eigentlichen Wechseljahre beginnen mit einem **akuten Östrogenmangel,** der zunächst vor allem hypothalamisch-vegetative Dysbalancen erzeugen kann:

- Hitzewallungen
- Schweißausbrüche, vor allem nachts
- Schwindel
- Unruhe
- Gereiztheit
- Schlafstörungen
- Depressivität (nah am Wasser gebaut)

Im Laufe der Zeit kommt es dann durch einen **chronischen Östrogenmangel** zum Postmenopausensyndrom:

- Trockene Haut und Hornhaut
- Trockene Schleimhäute (z.B. in Vagina, Blase, Mund, Nase, Augen)
- Diffuser Haarausfall
- Hautatrophie

- Urogenitale Beschwerden (z.B. häufige Blasenentzündungen)
- Arthrose (starke Gelenkschmerzen sind ein ganz häufiges Symptom!)
- Arteriosklerose
- Osteoporose und mögliche Brüche (!)
- Gedächtnisstörungen
- Metabolische Veränderungen
- u.v.a.

Irgendwann kommt es zur östrogenen Desensibilisierung, das heißt, die Symptome fallen weg und mit ihnen leider auch die Warnsignale. Denn der Östrogenmangel bleibt weiterhin bestehen und mit ihm das Risiko degenerativer Organveränderungen und anderer Krankheitsrisiken.

Östriolmangel

- Trockene Vaginalschleimhäute bis hin zur irreparablen Schleimhautatrophie (!)
- Trockene Lippen, Nase und Augen
- Trockene, rissige Blasenschleimhaut, die zu häufigen Blasenentzündungen führen kann

Diagnose

Keine Therapie vor der Diagnose heißt es zu Recht. Das ist aber nicht immer ganz einfach, weil sich viele Ärzte aufgrund enger Budgets weigern, die Blutwerte bestimmen zu lassen. Auf Kassenkosten bekommt man die weiblichen Hormone wenn überhaupt beim Gynäkologen oder noch eher beim Endokrinologen. Ein bestimmtes Auftreten hilft oft dabei, den Arzt zu überzeugen.

Alternativ kann man sich auch privat einen einfachen Speicheltest oder umfangreichen Speicheltest besorgen und ihn in Ruhe zuhause durchführen. Der Speichel misst die freien, also nicht an Eiweiß gebundenen Moleküle, die zwar nur 1-3% der Sexualhormone ausmachen, aber dafür die aktiven Moleküle darstellen.

Im Serum misst man die Sexualhormone, die an SHBG und Albumin gebunden sind, weswegen einige Therapeuten diese dann auch mitbestimmen. Welche Methode letztendlich die bessere ist, darüber scheiden sich leider die Geister. Ich

kann für mich sagen, dass meine Blutwerte sehr gut mit meinem Befinden korrelieren.

Man bestimmt die Hormone im Blut oder im Speichel 5-8 Tage nach dem Eisprung, das ist bei normal langem Zyklus zwischen dem 19. – 21. Zyklustag. Hat man keinen Eisprung mehr, ist der Zeitpunkt egal.

Bei einer Blutuntersuchung sind die folgenden Werte spannend:

Geschlechtshormone

- Progesteron
- 17-ß-Estradiol (das ist der englische Begriff für Östradiol)
- Estriol (englisch für Östriol)
- FSH
- LH
- DHEA-S
- Testosteron
- SHBG und Albumin

Wenn man sich aus Kostengründen beschränken muss, sind das Progesteron und 17-ß-Estradiol am wichtigsten.

Schilddrüse

- TSH (nur zusammen mit fT3 und fT4 aussagekräftig)
- fT3
- fT4
- ggf. auch TPO-AK, TG-AK und TRAK

Sonstige

- Vitamin D 25 OH
- Cortisol, am Besten als Cortisol-Tagesprofil im Speichel (bei chronischer Erschöpfung)

Therapie

Da das Progesteron bereits bis zu 10 Jahre vor den Östrogenen beginnt abzusinken, ist dessen Spiegel in den Wechseljahren natürlich noch niedriger als der der Östrogene. Und da es nicht nur um die absoluten Werten, sondern auch um das Verhältnis der Hormone zu einander geht, beginnt man in der bioidentischen Hormonersatztherapie auch immer erst mit dem Progesteron, um eine Östrogendominanz zu verhindern. Die kann man nämlich auch bei sehr niedrigen Östrogenspiegeln bekommen, weil sie allein von dem Verhältnis Östrogenen zu Progesteron abhängt. Dies sollte optimaler Weise bei 1:100 liegen.

Wer jedoch später anfängt, wenn das Östrogen bereis sehr abgesunken ist, kann man mit höheren Dosen bioidentischen Östrogens beginnen, um die Rezeptoren zu wecken. In dem Fall würde man das Progesteron dann später dazu einschleichen.

Heutzutage substituiert man Sexualhormone am besten nur noch mit bioidentischen Hormonen, da sich die rein synthetischen Gestagene in der Vergangenheit leider als brustkrebserregend und herzinfarktauslösend herausgestellt haben. Anti-Aging-Experten sind sich weitestgehend einige, dass dies für bioidentische Hormone nicht gilt, da sie vom Körper als vollständig naturidentisch angesehen werden. Diese Hormone werden aus dem Stoff Diosgenin herstellt, der aus der mexikanischen Yamswurzel gewonnen wird. Im Labor können aus Diosgenin und z.T. aus Soja dann Progesteron, Östradiol, Testosteron und anderen Hormone teilsynthetisch hergestellt werden.

Progesteron

Keine Therapie mit bioidentischen Östrogenen ohne Progesteron, ansonsten erhöht sich das Gebärmutterkrebsrisiko! Römmler rät dazu, bioidentisches Progesteron unabhängig davon zu geben, ob eine Frau noch einen Uterus hat oder nicht, da es systemisch wirkt und vielfältige positive gesundheitliche Wirkungen auf den gesamten Körper hat.

Progesteron gibt es als Kapseln oder auch als Cremes. Kassenpräparate sind z.B. Famenita, Utrogest, Progestan oder in Österreich Arefam. Es wird nicht so gut über die Haut aufgenommen. Wenn man es transdermal anwendet, dann am besten über die Schleimhäute im Mund oder auch vaginal oder anal. Man kann

die Kapseln auch schlucken, vor allem abends, da sie evtl. müde machen. Da es nach 12 Stunden bereits abgebaut ist, verwendet man es morgens und abends. Solange man noch seine Menstruation bekommt verwendet man es i.d.R. nur in der 2. Zyklushälfte nach dem Eisprung.

Östradiol

Dieses Hauptöstrogen ist bei den meisten Frauen in den Wechseljahren für die schlimmsten Symptome verantwortlich. Daher steigert man es üblicherweise so lange, bis die Symptome weg sind und steigert das Progesteron entsprechend mit. Östradiol wird normalerweise über die Haut appliziert, da es bei der oralen Einnahme unnötig die Leber belastet. Man bekommt es daher meist als Gel, Spray oder Pflaster, auf Kassenrezept z.B. als Gynokadin, Estreva oder Lenzetto. Da es wach macht und sich der Spiegel langsam über Wochen aufbaut, reicht es, es einmal täglich morgens zu applizieren.

Östriol

Dies ist das Hormon, was die Schleimhäute befeuchtet. Man bekommt es i.d.R. als Creme auf Kassenrezept, z.B. Ovestin, Oekolp oder Estriol-Creme von Wolff. Bei einem guten Östradiolspiegel, der zellaktiv wirkt, reguliert sich auch das Östriol. Aber da Östriol auch lokal dort wirkt, wo man die Creme appliziert, wird es gerne ergänzend bei trockener Vagina, Blase (am Harnröhrenausgang), unter den Augen, in der Nase oder auf den Lippen eingesetzt.

Fazit

In meinen Augen sind bioidentische Hormone ein Segen, der es uns Frauen erlaubt, auch nach den Wechseljahren ein erfülltes Sexualleben zu haben und gesund älter zu werden. Weder der Sex, noch das hohe Alter sind entwicklungsgeschichtlich vorgesehen, da es dabei ja vor allem um die Reproduktion ging. Aber nicht umsonst wird die bioidentische Hormontherapie auch Anti-Aging-Medizin genannt.

Übrigens kommen auch Männer in abgeschwächter Form in die Adrenopause bzw. Gonadopause und können bei Symptomen von bioidentischem Testosteron und/oder DHEA profitieren.

Von der Schulmedizin wird man bioidentische Hormone in der Regel nicht angeboten bekommen. Wer sich aber informiert und weiß was er will, bekommt von seinem Gynäkologen in der Regel die entsprechenden Rezepte, da sie problemlos auf Kasse verschrieben werden können. Wer dabei beratende Unterstützung braucht, kann mich gerne im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung hinzuziehen.

Quellen

Hormone – Leitfaden für die Anti-Aging-Sprechstunde, Dr. Alexander Römmler, 2014

Die Hormon Revolution, Dr. Michael Platt, 2007

Woman on Fire, Dr. Sheila de Liz, 2020

Bildrechte: Jess Foami @ Pixabay

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Reinkarnationshypnose – die Reise in frühere Leben

Die Frage hat sich bestimmt jeder spirituell interessierte Mensch schon einmal gefragt: Was habe ich wohl schon alles in früheren Leben erlebt? Für uns spannend sind dabei natürlich primär die Erfahrungen, die sich auf unser heutiges Leben auswirken – vor allem wenn es dabei um Dinge geht, die uns heute begrenzen. Das kann z.B. eine unerklärliche Angst vor bestimmten Situationen sein, das können chronische Schmerzen ohne erkennbare medizinische Ursache sein oder auch eine unerklärliche Antipathie gegen Personen, Orte oder Dinge.*

Natürlich gibt es auch viele schöne Erinnerungen und Fähigkeiten aus vergangenen Leben. Diese behindern uns jedoch in der Regel nicht in diesem Leben. Meistens haftet sich nur das in unserem Energiekörper an, was in früheren Leben traumatisch war. Und über den Energiekörper kommt es auch mit in neue Leben.

Nicht für jeden ist das jedoch in diesem Leben ein Thema, was aufgelöst werden möchte. Ich habe festgestellt, dass die Seele einem deutlich zeigt, wenn sie soweit

ist.

Wer vor allem mit seiner Kindheit und Jugend beschäftigt ist und Glaubenssätze, abgespaltene innere Anteile, innere Saboteure und Traumata aus dieser Zeit mit sich herumschleppt, dessen Lebensaufgabe scheint mehr im Bereich der Psyche zu liegen, die gesehen werden möchte und mit analytischer Hypnose behutsam geheilt werden kann. Die Seele hat dann mit der Auswahl der Eltern und anderer Bezugspersonen Lebensumstände gewählt, die genau dem Wachstumsthema entsprechen, welches man sich für dieses Leben vorgenommen hat. Dann stattdessen in früheren Leben zu suchen, hieße wegzuschauen und vor seinen aktuell relevanten Themen zu flüchten.

Wenn die Seele das Ego jedoch auf den spirituellen Pfad schickt, der mit viel Bewusstseinsarbeit einher geht, dann möchten irgendwann auch die „Altlasten" aus früheren Inkarnationen gesehen werden. Meist macht sich das auch bemerkbar, indem man Hellsinne entwickelt. Manche spüren dabei schon als Kind, wie sie Dinge hellsehen, hellfühlen, hellhören oder hellwissen können. Oft wurden diese Fähigkeiten von den Eltern unterbunden und kommen dann erst wieder in der zweiten Lebenshälfte zum Vorschein. Aber nichts passiert ohne Grund und alles passiert genau zum richtigen Zeitpunkt.

Und das ist dann oft auch das Leben und der Zeitpunkt, an dem wir Themen bearbeiten dürfen, die sich über mehrere Inkarnationen hinweg ziehen. So kann es sein, dass jemand in mehreren Inkarnationen Erfahrungen mit dem Thema Alleinsein oder Verlassen werden sammeln wollte. Das Thema kann aber auch Macht, oder Angst oder Missbrauch oder etwas ganz anderes sein. Wenn man sich dann nur die Trigger in diesem Leben anschaut, ohne die Ursachen in früheren Leben zu sehen, dann löst man das Ur-Thema auch nur für diese Inkarnation auf. Wie gesagt, die Seele entscheidet, ob es an der Zeit ist, an die ganz alten Themen zu gehen – und sie wird auch Wege finden, uns das wissen zu lassen.

In meinen Hypnosen unterscheide ich gar nicht groß zwischen den Erlebnissen in diesem Leben oder in früheren Leben – das überlasse ich dem Unbewussten meines Klienten. Aber wenn ich merke, dass sich bei einem Klienten eine Blockade aus einem früheren Leben zeigt, dann führe ich ihn mit seinem Einverständnis in dieses oder diese früheren Leben. Das passiert genauso in Wachtrance, wie die Hypnosen, die sich auf dieses Leben beziehen. Der Vorteil

dabei ist, dass die Dinge direkt ins Bewusstsein dringen können und man sich hinterher auch an alles erinnert.

Denn eine erfolgreiche Reinkarnationshypnose lässt einen ja nicht nur nacherleben, was man damals erlebte. Dadurch könnte man zwar die gespeicherten Emotionen aus dem Emotionalkörper lösen und so auch Symptome auflösen. Damit kann man jedoch nicht das grundsätzliche Lernthema über mehrere Inkarnationen beenden. Das kann nur abgeschlossen werden, wenn man alle gewünschten Erkenntnisse daraus gewonnen hat und dafür braucht man neben dem Unbewussten auch einen gewissen Zugang zu seinem Bewusstsein, wie das in der Wachtrance üblich ist.

Und so führe ich meine Klienten in der Regel durch den Tod des jeweiligen Lebens und in das Leben zwischen den Inkarnationen. Denn dort erfährt man, warum man seine Lebensumstände so wählte, wie sie eingetroffen sind und was man daraus lernen wollte. Und dort kann man auch Schwüre, Eide, Glaubenssätze und andere Dinge auflösen, die man in einem traumatischen Moment gebildet hat ohne absehen zu können, was das für Auswirkungen auf spätere Leben haben würde.

Auf das heutige Leben hat das nicht selten spannende Auswirkungen. So kann man z.B. plötzlich gar nicht mehr die Antipathie gegen eine Person empfinden, mit der man jahrelang verfeindet war. Oder eine unerklärliche Angst gegen Hunde / vor Höhe / vor Menschenansammlungen / vor dem Alleinsein usw. löst sich ganz sanft in Wohlgefallen auf.

Bei mir ist es mittlerweile so, dass ich auch in Alltagssituationen an Szenen aus früheren Leben erinnert werde. Ich gehe dafür dann natürlich auch immer noch in Trance, um das Thema dahinter zu erkennen und abzuschließen. Aber die Schleier zu anderen Dimensionen werden mit der Übung durchsichtiger. Für mich hat sich dadurch eine komplett neue Welt eröffnet, die so schön und faszinierend ist, dass ich es nicht mehr missen möchte.

Wenn Dich das Thema interessiert und Du gerne mal eine Hypnose ausprobieren möchtest, dann schreib mich gerne an, ich rufe Dich dann für ein Vorgespräch zurück. Ich mache alle Hypnose online und in Wachtrance, auch die Reinkarnationshypnosen.

Weitere Informationen zu meiner Hypnose findest Du hier.

Termine für eine Hypnose kannst Du hier buchen.

---

* Streng genommen gibt es außerhalb der Dualität unseres Lebens weder Raum noch Zeit. Alles passiert parallel, sowohl zeitlich, als auch räumlich. Ich spreche trotzdem von „früheren“ Leben, weil für uns die Illusion von Raum und Zeit ja nun mal Gültigkeit hat und wir es daher als Zeitstrahl erleben.

Bildrechte: @Pixabay

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Rauchentwöhnung ohne Rückfall – auf der Suche nach den Ursachen

Ich glaube jeder Raucher kennt die wohlmeinenden, aber auch nervigen Ermahnungen aus seinem Umfeld, doch endlich aufzuhören zu Rauchen. Als wenn man bisher nicht gewusst hätte, dass es gesundheitsschädlich ist. Ich bin dann irgendwann echt zynisch geworden und habe geantwortet, dass ich natürlich sofort aufhören würde, ich hätte bis zu diesem Gespräch nur einfach nicht gewusst, dass es etwas Schlechtes sei.

Viele Raucher haben es auch schon ein paarmal geschafft mehr oder weniger lange nicht zu rauchen und sind dann irgendwann doch wieder rückfällig geworden.

Die suggestive Methode

Und dann gibt es da immer wieder die tollen Erfolgsmeldungen von Menschen, die sich in Hypnose haben suggerieren lassen, dass sie gar keine Lust mehr auf Zigaretten hätten und ihnen ab sofort davon schlecht würde. Und das funktioniert auch tatsächlich bei den Menschen, die einfach nur aus reiner Gewohnheit rauchen. Die suggestive Hypnose ist eine klasse Methode in der Motivation für selbst gesteckte Ziele. Das setzt jedoch voraus, dass das Unbewusste

einverstanden mit diesem Ziel ist! Das ist aber in sehr vielen Fällen gerade nicht der Fall. Vielen Raucher spüren daher schon unterbewusst, dass dies für sie nicht der richtige erste Schritt sein kann.

Die analytische Methode

Denn wenn das Rauchen irgendeine wichtige Funktion erfüllt, wird sich das Unbewusste nicht einfach austricksen lassen. Es arbeitet da recht subtil und es können Gründe wie der Wunsch sich zu schaden, Buße zu tun, sich von etwas ganz anderem abzulenken oder eine gegen sich selbst gerichtete Wut dahinterstehen – oder auch etwas ganz anderes, die Gründe sind in der Regel immer ganz individuell.

Und wenn man sich dann das Rauchen „ausreden lässt“, bleibt dem Unbewussten keine andere Möglichkeit als entweder zu einem Rückfall oder zu einer Symptomverschiebung zu greifen. Dann kann sich stattdessen auch ein Schmerz oder eine Krankheit manifestieren, der oder die diese Funktion nun übernimmt.

Das Schöne ist, dass das Unbewusste ja möchte, dass man zu diesem Problem schaut. Das heißt, es arbeitet auch mit einem zusammen, wenn man es in Hypnose nach den Ursachen des Rauchens fragt. In meinen Augen sollte jede Rauchentwöhnung in Hypnose daher immer mit einer Funktionsanalyse der eigentlichen Ursachen für das Rauchen beginnen.

Ist es eine reine Gewohnheit, die man auch einfach aufgeben könnte, kann man tatsächlich mit einfachen Suggestionen arbeiten, die es mittlerweile ja auch als Standardprodukte in Hypnose-Apps gibt.

Steckt mehr dahinter, würde man sich in Hypnose die Ursprungssituation ansehen, in der der Grund für das Rauchen entstanden ist. Das kann viel früher als der Beginn des Rauchens gewesen sein. Manchmal reicht es schon, die damit verbundenen Gefühle einfach noch einmal nachzuempfinden und den Schutz zu würdigen, den das Unbewusste mit dem Rauchen aufgebaut hat. Manchmal kann auch die Methode der Heilung des inneren Kindes hilfreich sein. Manchmal steckt ein Trauma dahinter oder noch etwas ganz anderes. Das Ziel besteht darin, den inneren Konflikt in einem Dialog zwischen Bewusstsein und Unbewusstem behutsam auflösen, so dass beide Bewusstseinsebenen künftig das gleiche Ziel verfolgen. Hierfür eignet sich besonders die Wachtrance.

Erfolgsmanifestation & Rückfallprophylaxe

Und wenn die eigentlichen Ursachen für das Rauchen aufgelöst sind, dann kann man auch wunderbar mit Suggestion und Motivation in Hypnose arbeiten. Außerdem kann man sich in Hypnose die rauchfreie Zukunft ausmalen und das damit verbundene Gefühl schon einmal vorweg mit allen Sinnen genießen – eine wunderbare Möglichkeit, das Unbewusste auf ein Ziel einzustimmen.

Nicht vergessen sollte man dabei jedoch auch die Rückfallprophylaxe. Bei welchen Gelegenheiten ist das Risiko des Rückfalls besonders hoch? Hat man die volle Unterstützung der wichtigsten Menschen aus seinem Umfeld für die Rauchentwöhnung? Auch hier hat das Unbewusste in den allermeisten Fällen wertvolle und manchmal wirklich kreative Konfliktlösungen auf Lager.
Es lohnt sich wirklich, mit dem Unbewussten zusammen zu arbeiten – nicht nur bei der Rauchentwöhnung. Denn Schutzmechanismen, die das Unbewusste aufgebaut hat, kann man mit reiner Willenskraft nicht auflösen.

Dauer und Ablauf

Und wie lange dauert sowas dann? Das hängt davon ab, wie vielfältig die Probleme hinter dem Rauchen sind. In der Mehrheit der Fälle steht nur ein einziger innerer Konflikt hinter dem Rauchen, den man dann auch meistens in einem Termin auflösen kann. Aber auch wenn mehr dahintersteckt, so profitiert man ja nicht nur durch die Rauchentwöhnung davon. Denn diese inneren Konflikte stehen auch unserer Selbstverwirklichung im Wege und sabotieren uns an verschiedenen Stellen im Leben. Der Weg nach innen lohnt sich daher immer.

Wer Unterstützung bei der ursachenorientierten Rauchentwöhnung mit den hier genannten Methoden braucht, dem stehe ich gerne mit einer Online-Hypnose zur Verfügung. Die Hypnose eignet sich hervorragend, um sie online per Zoom oder Skype durchzuführen. Man sitzt dabei entspannt vorm Bildschirm, geht unter Anleitung in eine leichte Wachtrance und lässt sich von mir sanft zu einem inneren Dialog mit dem Unbewussten anleiten. So muss man nach der Hypnose auch nicht mit dem Auto fahren und kann es entspannt zuhause nachklingen lassen.

Bildrechte: roegger @ Pixabay

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Online Histamin-Kongress 6. – 15. Mai 2022

Wusstest Du, dass Unverträglichkeiten gegen natürliche Stoffe in den letzten Jahren massiv zugenommen haben? Über die Gründe sind sich viele Wissenschaftler uneins – was bedeutet, dass wir die Folgen dieser Tatsachen oft selbst bewältigen müssen.

Wichtig ist tatsächlich zu wissen, dass Müdigkeit, Verdauungsprobleme, Hautprobleme und viele andere Symptome nicht immer eine unmittelbare Krankheit begleiten müssen, sondern oft auch nur eine allergische Reaktion auf Nahrung darstellen.

Im Histaminkongress klärt Moderation Melina Neumann mit Unterstützung von 25 Experten über die Probleme einer Histaminintoleranz auf und liefert durch das Expertenwissen viele praktische Testmethoden und Therapieansätze mit denen die Teilnehmer schnell Erfolge erzielen können.

Meinen Vortrag zum Thema „Chronisch krank – Welche Auswirkungen der Ebstein-Barr-Virus auf den Histaminstoffwechsel und Entzündungsprozesse im Körper haben kann“ kannst Du Dir am Samstag den 14.05.22 kostenfrei ansehen.

Dies könnte der jahrelang unentdeckte Faktor bei deiner Suche nach der Ursache Deiner Probleme sein!

>> Hier kostenfrei anmelden und online teilnehmen

Was man im Histamin-Kongress lernen kann:

- **Aufgaben und Funktionen von Histamin** in unserem Körper und wie man einen Histamin-Überschuss erkennt sowie vermeidet
- Zusammenhänge zwischen Histamin und unserem **Darm**
- **Ursachen** einer Histamin-Intoleranz und wie man diese aktiv angehen kann
- **Maßnahmen und Lebensmittel** für eine bessere hormonelle Balance
- Unterstützenden **Nährstoffe** für einen positiven Histamin-Stoffwechsel
- Unterschied zwischen einer **Histamin-Intoleranz** und einer **Mastzellenerkrankung**
- Warum **Stress** die Histaminausschüttung im Körper triggert und Entspannung einen positiven Einfluss auf den Histaminspiegel haben kann
- Einfluss einer **Schwermetallbelastungen** auf Stoffwechsel und Gesundheit.

>> Hier kostenfrei anmelden und online teilnehmen

Und so einfach funktioniert der "Histaminkongress"

Melde Dich einfach zum kostenfreien Kongress mit Deiner E-Mail-Adresse an.

Ab dem 06.05.2022 bekommst Du jeden Tag eine E-Mail mit den wichtigsten Informationen und Links zu den Experten-Interviews des Tages.

Zum Anschauen brauchst Du nur Deinen PC, ein Tablet oder Dein Smartphone – ganz einfach, ohne zusätzliche Software.

>> Ich bin dabei und möchte das geballte Wissen um endlich die mögliche Ursache meiner Probleme zu erkennen und mit Medumio's Hilfe anzugehen!

Ich bin nicht Veranstalter dieses Kongresses. Ich wurde für diesen Kongress vom Veranstalter interviewt und bewerbe ihn im Rahmen einer Affiliate-Partnerschaft.

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Herpes Zoster Virus auf dem Vormarsch – was tun bei Gürtelrose?

Wenn mir jemand in meiner Gesundheitsberatung von starken Brennschmerzen oder schießenden Schmerzen auf der Haut berichtet, die einseitig auftreten, denke ich zuallererst an ein reaktiviertes Herpes Zoster Virus (Varizella Zoster

Virus / VZV). Und in sehr vielen Fällen liege ich damit auch richtig, wie die serologische und immunologische Untersuchung beim Arzt dann oft zeigt.

Erstinfektion und Reaktivierung

Aber wie kommt es, dass diese Infektion immer häufiger Auftritt? Normalerweise erfolgt die Erstinfektion mit dem Varizella Zoster Virus in der Kindheit in Form von Windpocken. Danach persistiert das Virus ein Leben lang im Körper, wobei die Durchseuchung bei den über 30-Jährigen bei ca. 95% weltweit liegt. Da es sich bei diesen Erregern um DNA-Viren handelt, kommt es bei einer Infektion nicht nur zu einem vorübergehenden Befall mit dem Virus und einer nachfolgenden Immunität, sondern zu einer lebenslangen Auseinandersetzung des Immunsystems mit dem Erreger.

Normalerweise müsste ein intaktes Immunsystem in der Lage sein, dieses Virus mit seinen angeborenen und erworbenen Fähigkeiten in Schach zu halten. Unglücklicherweise hat das Varizella Zoster Virus jedoch Strategien entwickelt, um unsere Immunantwort zu umgehen, wie z.B. die Herunterregulation der Interferon Produktion. Außerdem ist es in der Lage, Immunzellen wie dendritische Zellen und T-Zellen zu infizieren und dadurch ihre Funktionen zu beeinträchtigen.

Das passiert aber lange nicht bei jedem. Es scheint die Kombination aus bestehendem Stress & Erschöpfung mit einer zusätzlichen Belastung der immunitären Situation zu sein, die hier den Ausschlag gibt. Diese immunitäre Belastung kann ein starker Infekt oder eine Impfung sein, bei der das Immunsystem zeitweise so stark geschwächt wird, dass andere Infektionen im Körper wiederaufleben können.

Dabei vermehrt sich dann das Virus und wandert entlang der betroffenen Nervenbahnen in die von diesen versorgten Hautareale und verursacht eine Entzündung des Nervengewebes.

Symptome

Diese Virusreaktivierung kann entweder symptomlos verlaufen oder sich in Form einer Gürtelrose manifestieren. Zunächst kommt es dadurch meistens (aber nicht

immer!) zu krankhaften und infektiösen Hautveränderungen. Zusätzlich treten meist heftige Schmerzen im betroffenen Hautsegment und gegebenenfalls ein allgemeines Krankheitsgefühl mit Abgeschlagenheit und Müdigkeit auf.

Da häufig das Gebiet am Rumpf und das in der Regel einseitig betroffen ist, wird die Erkrankung auch Gürtelrose genannt. In circa 15% der Fälle kann der Augen- oder Ohrbereich betroffen sein. Aber auch an den Extremitäten können infektiöse Hautveränderungen auftreten.

Tatsächlich handelt es sich bei diesem Krankheitsbild um ein Scheitern des Immunsystems in der Viruskontrolle, bei dem jede Abwehr auf lokaler oder systemischer Ebene eine Entzündung in verschiedenen Bereichen des Körpers (wie z.B. dem sympathischen Nervensystem) erzeugen kann.

Diagnose

Bei einer Reaktivierung zeigen sich in der Serologie i.d.R. positive VZV IgA Antikörper und um mindestens das Fünffache erhöhte VZV IgG Antikörper (z.B.: wenn der Refenzwert bei 1:20 liegt, gilt er sicher als reaktiviert ab 1:640). Die VZV IgM Antikörper, die bei einer Varizellenerstinfektion positiv sind, müssen bei einer Reaktivierung nicht auffällig sein.

Therapie

Schulmedizinisch wird in der Regel für maximal 8 Tage ein Virustatikum gegeben, evtl. ergänzt um eine Zinksalbe. Hier muss man mit dem Arzt Risiko und Nutzen abwägen. Bei Gefahr in Verzug können Virustatika wirklich hilfreich sein, können allerdings auf Dauer auch Nieren und Leber schädigen.

Da die Reaktivierung des Herpes Zoster Virus mit Fehlregulationen des Organismus auf unterschiedlichen Ebenen einher geht (insbesondere Störungen in den Regelkreisen des vegetativen Nervensystems und des Immunsystems), macht ein therapeutischer Ansatz auch auf dieser Ebene Sinn.

Für das Nervensystem bieten sich Regulationstherapien wie die Neuraltherapie an. Dies kann ergänzt werden durch die Gabe von Vitamin B12 oder/und einen Vitamin B-Komplex.

Für das Immunsystem gibt es bei reaktivierten Herpesviren spannende Ansätze aus der Mikroimmuntherapie. Die Mikroimmuntherapie ist eine Low-Dose-Immuntherapie, die sanft, zielgerichtet und regulierend auf das immunologische System einwirkt. Dabei werden Zytokine und andere immunregulierende Substanzen in niedrigen Dosierungen (low doses) verabreicht, um die korrekte Funktionsweise der körpereigenen Abwehrkräfte wieder herzustellen.

Mit einer antientzündlichen Ernährung und einer begleitenden Entgiftung kann man das Immunsystem nachhaltig stärken.

Außerdem profitiert das Immunsystem bei Befall mit Herpesviren neben den oben genannten B-Vitaminen von L-Lysin, Vitamin C, Zink und Katzenkralle.

Fazit

Ein reaktiviertes Herpes Zoster Virus ist wirklich richtig schlimm, ich spreche da aus eigener Erfahrung. Wenn es auf das Nervensystem geht, sind die Schmerzen zum Teil unerträglich. Bei mir führte es zeitweise sogar zu einer halbseitigen Gesichtslähmung. Nachdem ich es nach Monaten schließlich selbst diagnostiziert hatte, habe ich es (ohne Virustatika) recht schnell in den Griff bekommen und es ist in den bisher vergangenen 8 Jahren auch nicht wieder aufgetreten.

Heute berate ich Menschen weltweit mit ähnlichen Erkrankungen im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung, helfe ihnen, die Befunde zu interpretieren, den richtigen Arzt zu finden und wie sie sich selbst wieder auf Vordermann bringen können.

Quellen

Freer G, Pistello M. Varicellazoster virus infection: natural history, clinical manifestations, immunity and current and future vaccination strategies. New Microbiol. 2018

Abendroth A, Kinchington PR, Slobedman B. Varicella zoster virus immune evasion strategies. Curr Top Microbiol Immunol. 2010.

Dr. med. Johanna Pfusterschmid, Wien

Dr. med. Petra Blum, Dr. med. Rainer Wander

www.megemit.org

Bildrechte: Bru-nO @pixabay

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Abspaltung innerer Anteile mit Hypnose finden & re-integrieren

Kennen Sie das Gefühl, manchmal von sich selbst abgeschnitten zu sein oder auf einen Teil seiner Gefühle keinen Zugriff zu haben? Oder fühlen Sie sich manchmal nicht komplett, als würde ein Teil von Ihnen fehlen?

Dann kann es sein, dass Sie diesen inneren Anteil irgendwann einmal in Sicherheit gebracht haben. Dies passiert in Situationen, in denen man die eigene Individualität als existenziell bedroht empfunden hat. Hinzu kommt dann noch die Angst, so nicht weiter leben zu können, wenn man weiter der bleibt, der man ist. Die – meist noch ziemlich kleine – Persönlichkeit sieht dann keinen anderen Ausweg mehr, als diesen inneren Anteil abzuspalten und ganz tief zu vergraben, so dass er einen nicht mehr in Schwierigkeiten bringen kann. Dann muss man auch keine Angst mehr davor haben, dass der innere Anteil auf Ablehnung stößt oder verletzt werden kann.

Dieser abgespaltene innere Anteil kann die innere Verletzlichkeit, die Stärke, die Lebensfreude, die Traurigkeit, der Mut, die Angst, die Wut uvm. sein. Eben das, was von seiner Umwelt oder den Bezugspersonen nicht gewünscht war.

Spaltung in Oberflächen- und Tiefenperson

Es kommt dann zu einer Spaltung in eine bewusste Oberflächen- und eine unbewusste Tiefenpersönlichkeit. Die Tiefenperson repräsentiert dabei das „wahre Selbst“, während die Oberflächenperson den Teil von uns repräsentiert, den wir nach außen zeigen wollen, weil wir glauben, dass wir so von unserer Umgebung gewünscht werden. In Wirklichkeit ist es aber ein falsches Selbst, welches wir konstruiert haben, um besser überleben zu können. Götz Renartz nennt dies auch die Papa-Mama-Lehrer-Persönlichkeit.

Es handelt sich also um eine Schutzfunktion unseres Unbewussten, was uns in der Ursprungssituation sicher auch geholfen hat. Der Preis dafür ist allerdings hoch, da man sich in weiten Bereichen nicht selbst lebt, sondern wichtige Persönlichkeitsanteile abspalten musste.

So ein abgespaltener Teil existiert natürlich in einem weiter und kommuniziert über das Unbewusste mit uns. Dummerweise haben wir selbst aber mit unserem Bewusstsein keinen Zugriff auf diesen abgespaltenen Anteil. Und das, obwohl diese unterdrückte Selbstindividuation mit zunehmendem Lebensalter immer mehr gesehen und befreit werden möchte. Daher schickt das Unbewusste uns dann Hinweise und Symptome, damit wir genauer dort hinschauen. Und das führt zu den oben genannten Gefühlen des von sich abgetrennt seins.

Die Spaltung auflösen & wieder ganz werden

Mit der Autosystemhypnose kann man auf wunderbare Weise diesen abgespaltenen inneren Anteil finden, sich ihm nähern, ihn würdigen und schließlich auf liebevolle Weise re-integrieren. Denn in dieser analytischen Hypnose kann man das Unbewusste bitten, einem die Tiefenperson und ihre Entstehungsgeschichte zu zeigen. Und dann kann der Hypnotiseur einen konstruktiven Dialog zwischen dem Bewusstsein und dem Unbewussten anleitet, um zu klären, ob diese Schutzmaßnahmen heute noch gebraucht werden. Denn wenn das Unbewusste zu dem Schluß kommt, dass diese Abspaltung einen damals zwar gerettet hat, heute aber gar nicht mehr notwendig ist, ist es auch bereit, sie

von sich aus aufzulösen. Dieser Prozess muss in der Hypnose nur angestoßen werden und läuft dann automatisch über Wochen und Monate weiter, bis die Tiefenperson am Ende ganz in einem aufgegangen ist und sich die konstruierte Oberflächenperson wieder auflösen kann.

Es ist als Hypnotiseur immer sehr berührend, mitzuerleben, wie eine Persönlichkeit wieder „ganz wird“, wenn der fehlende Persönlichkeitsanteil wieder zu einem gehören möchte.

Wenn Sie mehr über diese Hypnosemethode erfahren möchten, finden Sie hier einen Artikel von mir dazu.

Hypnose-Coaching

Wenn Sie mit mir Ihren Symptomen & Erkrankungen und den dahinter liegenden inneren Konflikten auf den Grund gehen wollen, schreiben Sie mich gerne an und geben dabei an, wann wie ich Sie am Besten telefonisch erreichen kann, dann erkläre ich Ihnen den Ablauf in einem kurzen Vorgespräch. So können Sie auch einen Eindruck gewinnen, ob zwischen uns die Chemie stimmt. Wenn Sie möchten, vereinbaren wir dann einen Termin für eine Online-Hypnose via Skype oder Zoom. Sie sitzen dabei ganz normal vor Ihrem Bildschirm und lassen sich von mir in eine leichte Wachtrance führen, bei der Ihr Bewusstsein jederzeit zugänglich ist. Sie können die gesamte Hypnose selbst steuern und sich hinterher auch an alles erinnern. Ich leite Sie lediglich dabei an, in einen inneren Dialog zwischen Ihrem Unbewussten und Ihrem Bewusstsein zu gehen, helfe Ihnen die inneren Konflikte zu erkennen und zeige Ihnen Wege auf, diese liebevoll aufzulösen. Diese Methode ist gar nicht suggestiv.

Freie Termine können Sie hier einsehen.

Diese Hypnosemethode basiert auf der Autosystemhypnose® nach Götz Renartz

---

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen

medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinischen Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt oder Psychotherapeuten.

Bildrechte: Alexas_Fotos @ Pixabay

Wasserfilter und Wasserbelebung

Wer eine chronische Erkrankung hat, macht sich irgendwann über Gifte in seinem Umfeld Gedanken und kommt dabei auch zu dem Punkt, sich mit dem Trinkwasser auseinander zu setzen. Darin finden sich nicht selten Schadstoffe wie

Schwermetalle, Keime, Hormone, Medikamentenrückstände und Chlor. Unser Leitungswasser besteht meistens aus Grundwasser und ist dadurch oft auch noch durch Nitrate, Fungizide, Pestizide und Schimmelsporen aus der Landwirtschaft belastet. Quellwasser kann diesbezüglich ähnlich belastet sein wie das Grundwasser.

Ich lebe seit einige Jahren nach der Idee des Paleo. Dabei geht es nicht nur um eine möglichst artgerechte Ernährung, sondern auch um den entsprechenden Lebensstil. Lebendiges Trinkwasser hat dabei einen sehr hohen Stellenwert.

Für mich war daher irgendwann klar, dass ich mein Wasser selber filtern möchte, um sicher zu sein, dass es unbelastet ist. Doch welcher Wasserfilter ist der Richtige? Ein undurchsichtiger Markt, aber irgendwann hat sich herauskristallisiert, auf welche Kriterien es mir ankommt.

Anforderungen an den Wasserfilter

- **Filter:** Da die Belastungen im Wasser so vielfältig sind, wird ein mehrstufiger Filter benötigt, der mit verschiedenen Substanzen möglichst viele Schadstoffe herausfiltert.
- **Wasserstruktur:** Das Trinkwasser soll möglichst natürlich sein. Durch Druck in der Leitung ist die natürliche Struktur unseres Leitungswassers bereits zerstört, es ist quasi tot. Dem wollte ich durch eine Wiederbelebung entgegen wirken.
- **ph-Wert:** Wasser soll darüber hinaus dem natürlichen basischen Niveau des Körpers entsprechen.
- **Mineralien:** In meinem Wasser sollen Mineralien sein.
- **Wasserstoff**: Im Wasser angereicherter Wasserstoff wirkt antioxidativ und unterstützt die Mitochondrien.

Verschiedene Systeme im Überblick

Um ein wenig mehr Transparenz zu schaffen, sollte man zwischen **Schadstoffbeseitigung** und **Wiederbelebung oder Anreicherung** des Wassers unterscheiden. Beides macht in meinen Augen Sinn, muss aber nicht zwingend in einem System erfolgen. Es ist aber wichtig zu verstehen, dass viele Systeme nur in einem Segment wirken.

Reine Schadstoffbeseitigung

Aktivkohlefilter

Aktivkohlefilter kennt jeder, der einen Brita-Filter zuhause hat. Es filtert kleine Partikel, Blei- und Kupferpartikel aus dem Wasser und reduziert den Kalkgehalt. Schwermetalle, Nitrate, Keime, Medikamentenrückstände etc. filtert es nicht. Aktivkohlefilter werden oft anderen Filtern vorgeschaltet, damit diese kleine Partikel filtern, die andere Filter beschädigen könnten.

In meinen Augen ist es daher als Ergänzung zu anderen Filtern super, für sich alleine aber nicht ausreichend.

Umkehrosmose

Osmoseanlagen filtern mit ihrer mehrstufigen Membran so gut wie alle im Wasser befindlichen Stoffe heraus – egal ob erwünscht oder unerwünscht. Die Schadstoffe werden in der Regel mit einem Teil des Wassers als Abwasser abgeführt. Das gefilterte Wasser ist hochohmig mit einem extrem niedrigen Leit- und ppm-Wert. Es eignet sich damit hervorragend zur Entschlackung und Entgiftung und ähnelt dabei hoch reinem Regenwasser (Destillat), welches schon durch Hildegard von Bingen angepriesen wurde. Da es frei von Mineralien und daher ungesättigt ist, verbindet es sich mit Schlacken und Giften im Körper und scheidet diese aus.

Allerdings bindet es auch lebenswichtige Mineralien im Körper und leitet diese aus. Daher eignet es sich meiner Meinung nach nur zeitlich begrenzt zu Kurzwecken. Hinzu kommt, dass Mineralien ein Wasser basisch machen und Osmosewassers aufgrund der Armut an Mineralien sauer ist!

Osmoseanlagen arbeiten mit Strom und Druck. Der Vorteil ist, dass sie dadurch Hormone aus dem Wasser filtern können. Der Nachteil ist, dass die Sauerstoffmolekularstruktur zerstört wird und das Wasser tod ist.

Reine Wiederbelebung & Anreicherung

Re-Mineralisierung

Die Anreicherung mit Mineralien kann über verschiedene Arten von und

Gesteinen erfolgen. Am bekanntesten sind Wasseredelsteine zur Remineralisierung.

Re-Strukturierung

Daneben sind EM-Pipes zur Restrukturierung des Wassers immer beliebter geworden. Es handelt sich dabei um Effektive Mikroorganismen, die in Abwesenheit von Sauerstoff in feinstes Keramikpulver eingebrannt wurden. Die Mikroorganismen können so ihre langwellige Infrarotstrahlung beibehalten und sie auf das Wasser übertragen. Dadurch wird die Clusterstruktur von belastetem und durch große Molekülhaufen verklebtem Wasser wieder feiner, es kann Belastungen lösen und seine ursprüngliche Schwingung wieder annehmen. Effektive Mikroorganismen arbeiten nach dem Prinzip der Fermentierung mit energetischen, regenerativen, antioxidativen und symbioselenkenden Eigenschaften.

Wasserstoffanreicherung

Zusätzlich kann man sein Wasser mit Wasserstoff anreichern, um seine antioxidativen Eigenschaften zu stärken und die Mitochondrien zu reinigen. Dafür haben sich zwei Technologien etabliert:

- Ionisierer, die mit Elektrolyse arbeiten und basisches Wasserstoffwasser erzeugen. Nachteil ist, dass der abgespaltete Sauerstoff dabei entweder im Wasser verbleibt und sich leicht wieder mit dem Wasserstoff verbinden kann oder als Abfall abgespalten wird, wobei auf 1/2 Liter ionisiertes Wasser 1/2 Liter Abwasser entsteht. Ionisierer können meist kein Umkehrosmosewasser verarbeiten, weil die Mineralien für die Elektrolyse fehlen. Allerdings sollte das Wasser dem natürlichen, basischen Niveau des Körpers entsprechen und nicht weit über das Ziel hinaus schießen. Denn unser Magen braucht seine Säure und sollte durch zu basisches Wasser nicht belastet werden. Ich habe mich gegen einen Ionisierer entschieden, da man ein natürliches basisches Niveau auch mit einem guten Filter erreichen kann (s.u.).
- Wasserstoff-Generatoren, die aus jeder Art von Wasser Wasserstoffwasser erzeugen und den Sauerstoff dabei an die Umluft abgeben.

Ich habe zur Anreicherung mit Wasserstoff einen gesonderten Beitrag geschrieben.

All diese Systeme sind gute Ergänzungen für gefiltertes Wasser. Sie reinigen jedoch das Wasser nicht oder nur indirekt und stellen keinen Ersatz zur Filterung dar. Das wird von einigen Herstellern manchmal anders dargestellt.

Natürliche Systeme mit einer Kombination aus Schadstoffbeseitigung, Wiederbelebung & Anreicherung

Ein sensationelle Methode sein Trinkwasser zu filtern und wiederzubeleben sind in meinen Augen die Systeme, die sich an der Natur orientieren. Sie arbeiten mit mehrstufigen Filtersystemen, welche Schadstoffe aus dem Wasser filtern und die Mineralien des Wassers erhalten. Dabei werden Keime, Bakterien, Schwermetalle, Nitrate, Hormone und Medikamentenrückstände aus dem Wasser gefiltert und der Gehalt an Kalk und Chlor reduziert. Danach wird das Wasser umfangreich energetisiert und belebt. Das Wasser folgt dabei der Schwerkraft und rieselt langsam durch verschiedene Stufen der **Filterung (**gegen Keime, Bakterien, Sediment, Kalk, Schadstoffe und Ablagerungen jeglicher Art), der **Ionisierung, der Energetisierung & Mineralisierung** (für basisches, weiches und süßes Wasser) und der **Magnetisierung** (gibt dem Wasser seine natürliche, hexagonale Struktur zurück).

Natürlich gefiltertes und wiederbelebtes Wasser ist lebendiges Wasser, welches unserem Zellwasser sehr ähnlich ist und deshalb die Zellverfügbarkeit und die Zellkommunikation optimiert.

Das Wasser aus natürlichen Wasserfiltern reduziert die Gesamthärte und die elektrische Leitfähigkeit des Leitungswassers. Da es ohne Druck arbeitet, dauert es allerdings lange Hormone aus dem Wasser zu filtern. Manche Systeme arbeiten daher mit einem vorgelagerten Osmosefilter. Ich halte diese Kombination nicht für sinnvoll, weil zwei gegensätzliche Systeme miteinander gekoppelt werden. Dabei bleibt das Wasser übersäuert und die Sauerstoffmolekularstruktur bleibt weitgehend zerstört. Man sollte sich also entweder für das Eine oder für das Andere entschließen.

Mein Wasserfilter

Ich persönlich habe mich für einen Yve-Bio Wasserfilter als Auftischgerät mit Glaswassertank entschieden, der eine solche Kombination aus Schadstoffbeseitigung, Wiederbelebung & Anreicherung wie oben beschrieben darstellt und in dem das Wasser der Schwerkraft folgen kann.

Auftischgeräte sind nicht an die Leitung angeschlossen, da sie ja ohne Druck arbeiten. Ich habe aber einen ausziehbaren Wasserhahn, mit dem ich den oberen Tank befüllen kann, was man ja mehrmals täglich macht. Der untere Wassertank enthält nach der Filterung keimfreies Wasser. Dieses wird noch zusätzlich mit Mineralien angereichert. Optional kann man auch noch EM-Pipes in den unteren Tank einsetzen. Ich fange das Wasser in einer Karaffe auf, in der ich ab und zu auch noch Wasseredelsteine liegen habe.

Yve-Bio ist ein deutsches Unternehmen, welches die japanische Technologie auf deutsche Gegebenheiten anpasst. Der Vertrieb erfolgt direkt über den deutschen Anbieter und ist frei von fragwürdigen Vertriebsmodellen, wie es leider bei anderen Herstellern manchmal der Fall ist. Es ist einfach ein sympathisches, Familienunternehmen mit Spaß an der Sache und direktem Kontakt zur Forschung. Die Schadstoffbeseitigung wird zudem von unabhängigen Labors überprüft, wobei nicht (wie sonst oft) nur bereits gefiltertes Wasser zum Test eingeschickt wurde. Stattdessen wurde das Labor mit einem Wasserfilter beliefert, so dass es verschiedene, selbst gefilterte Leitungswasser testen konnte. Sogar kontaminiertes Wasser lieferte dabei eindrucksvolle Testergebnisse. Die neueste Entwicklung ist der Ultimative Wasserfilter, der auch Hormone eindrucksvoll filtert.

Und so wird das Wasser im Yve-Bio Ultimative Wasserfilter aufbereitet:

- Der DOME-FILTER® befreit das Leitungswasser durch Silberionen, Keramik, Aktivkohle und Reduktionsmedien zu über 99% von Pestiziden wie Glyphosat, Medikamentenrückständen, Hormonen, Schwermetallen,

PCB’s uvm.:

- Eine mit Silberionen imprägnierte Keramik wirkt stark bakteriostatisch und selbststerilisierend. Diese Silberionen sind toxisch für Bakterien und verhindern, dass sich Schimmel und Algen auf der Oberfläche des Filters bilden.
- Ein Keramikfilter mit einer Porengröße von 0,2 – 0,8 Mikron (also kleiner als alle Viren und Bakterien) fängt Verunreinigungen ab, während das Wasser durch ihn hindurchfließt. Das Innere der Keramik ist ein verschlungenes Labyrinth aus scharfen Winkeln, das dazu dient, alle Partikel aufzufangen, die in die Außenfläche eingedrungen sind. Dieses Filtersystem imitiert einen Teil des natürlichen Wasserreinigungsprozesses der Erde. So wie das Wasser auf seinem Weg durch Gesteinsschichten in die Tiefe sickert, durchdringt das Wasser in einem Keramikfilter natürliche Medien, um sich von Verunreinigungen zu befreien.
- Ein Aktivkohlekern aus Kokosnussschalen dient zur Erhöhung der Adsorptionsfähigkeit des Filters.
- Schwermetall-Reduktionsmedien filtern giftiges Blei heraus.So wie das Regenwasser in den Boden sickert und teilweise jahrzehntelang durch die unterschiedlichen Gesteinschichten läuft, die es reinigen und mit Mineralien und Spurenelementen anreichern, benötigt auch der DOME-FILTER® ausreichend Zeit, um das Wasser in reines, strukturiertes Wasser zu verwandeln (lt. Herstellerangaben bis zu 1,2 l pro Stunde). Es kann 4-6 Wochen dauern, bis alle Luft aus dem Filter ausgetreten ist, was die Filtergeschwindigkeit anfangs noch verringert.

- Die Energy-Vitality Kartusche energetisiert das Wasser mit einem Mix aus Turmalin, Germanium, Jade und Phlogopit und macht es wieder lebendig.
  - **Turmalin** ist das einzige Mineral welches permanent „Strom“ erzeugt. Es ist eine natürliche Quelle welche negative Ionen und ferne Infrarot (FIR)-Strahlen absondert. Die Wellenlänge entspricht der von H^2O, wodurch es vom Körper sehr gut aufgenommen wird. Turmalin gibt Strom in Höhe von 0,06 mA ab. Dies entspricht der Stromstärke mit der unser Nervensystem arbeitet. Durch Turmalin wird eine Normalisierung des Nervensystems herbeigeführt.
  - **Germanium** reichert das Wasser mit Sauerstoff an. Es ist

dadurch hilfreich bei der Vorbeugung diverser Krankheiten, denn aufgrund dieser Funktionen werden die Köperzellen mit zusätzlichem Sauerstoff versorgt. Wenn Zellen nicht mit ausreichend Sauerstoff versorgt werden, können sie ihre normalen Stoffwechselfunktionen nicht umsetzen. Zudem wird vermutet, dass Germanium aufgrund einer stimulativen Wirkung auf das Immunsystem auch eine krebshemmende Wirkung haben soll.

- Der hauptsächlich aus Grönland stammende Edelstein **Phlogopite** soll helfen, die eigene Identität zu bewahren. Phlogopite besteht aus Mineralien des menschlichen Körpers wie zum Beispiel Kalzium, Magnesium und Chlorophyll. Darüber hinaus soll Phlogopite unserem Gehirn helfen, ein optimales Temperaturniveau zu erhalten.
- **Jade** ist natürlicher alkalischer Heilstein, der die Durchblutung der Nebenniere und die Nierentätigkeit anregen soll. Weiterhin soll Jade eine positive Wirkung auf die Kreativität und Aktivität des menschlichen Geistes haben. Die Weiße Jade soll außerdem vor allem das Immunsystem und die weißen Blutkörperchen stärken.

Ich hatte erst jahrelang den Yve-Bio Wasserfilter 500 (vergleichbar mit dem Wasserfilter 3000, nur kleiner), der mir schon super gefallen hat. Jetzt bin ich auf den Yve-Bio Ultimative Wasserfilter umgestiegen, der noch sehr viel mehr bedenkliche Dinge wie Hormone aus dem Wasser filtert. Allerdings dauert es leider auch sehr viel länger, das Wasser zu filtern. Insofern muss man abwägen, ob man weniger und dafür erstklassig gut gefiltertes Wasser oder mehr aber dafür „nur“ sehr gut gefiltertes Wasser braucht.

Ergänzende Geräte

Einen handlichen Reisefilter für unterwegs gibt es z.B. von Maunawai, die auch schon jahrelang im Geschäft sind und mit einer ähnlichen Filtertechnologie arbeiten. Bei Kannenfiltern muss man bezüglich der Filterleistung natürlich deutliche Abstriche machen und es besteht immer ein gewisses Risiko der Selbstverkeimung, welches die großen Auftischgeräte aufgrund ihres keimfreien unteren Wassertanks nicht haben.

Den Wasserstoff-Generator habe ich gesondert angeschafft, da ich ja zum Kochen zwar gefiltertes, aber kein Wasserstoffwasser benötige.

Fazit

Als das Gerät 2017 bei uns eintraf, waren die Erwartungen meiner Familie nicht besonders hoch. Meine Männer tranken eh nur Mineralwasser mit Kohlensäure und wollten mit meinem „Sumpfwasser“ nichts zu tun haben. Das Aufstellen und Einweichen des Filters dauert eine Weile und zu Anfang läuft das Wasser auch noch ziemlich langsam durch den Filter. Als dann die erste Karaffe auf dem Tisch stand, waren dann doch alle neugierig. Und welch Überraschung, es hat allen super geschmeckt. Wir haben zu dritt echt direkt 3 Liter davon getrunken und sind mittlerweile alle zu Fans geworden. Unsere Trinkmenge hat sich deutlich erhöht – es muss ja jetzt auch keiner mehr Wasserkästen schleppen . Das Wasser schmeckt wirklich richtig lecker, weich und süß. Das hat sich seit 2017 auch noch nicht geändert.

Die Natur versorgt Menschen, Pflanzen und Tiere durch ihr Wasser mit Energie. Quellwasser sind von Natur aus reich an Mineralien. Das ist besonders in der heutigen Zeit wichtig, in denen uns unsere Ernährung nicht mehr ausreichend mit Mineralien versorgen kann. Jedoch wird unser Trinkwasser in Kläranlagen und durch Verunreinigung aus der Landwirtschaft seiner natürlichen Kraft beraubt. Mit natürlich arbeitenden Filtersystemen wird aus Leitungswasser wieder ein natürliches, reines und energetisierendes Element. Sie nehmen die Natur als Vorbild und in meinen Augen gibt es nichts besseres als Mutter Natur.

Im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung unterstütze ich Menschen dabei, zu einer gesunden Lebensweise auf vielen Ebenen zu finden und chronische Krankheiten in den Griff zu bekommen. Ihr könnt mich gerne kontaktieren, ich berate per Zoom, Skype oder Telefon weltweit.

Exkurs: Die Natur als Vorbild

Der japanische Physik-Nobelpreisträger Professor Yoshiaki Goto und sein Kollege Dr. Schoji Yamashita entdeckten in den 60er Jahren bei Studien in der Natur durch Zufall ein Tal, dessen Pflanzen sich durch besondere Leuchtkraft und Wachstum auszeichneten. Es wirkte, als würde die gesamte Pflanzenwelt eine besondere Energie ausstrahlen und über enorme Widerstandsfähigkeit verfügen.

Sie untersuchten die Pflanzen und stellten fest, dass es das besondere, lebendige Wasser in ihren Zellen war, was ihnen diese Kräfte verlieh. Das Wasser hatte völlig andere Eigenschaften als Brunnen- oder Leitungswasser und ist dem körpereigenen Zellwasser sehr ähnlich. Es zeichnet sich durch eine geringe Zahl von Eisenionen aus, die sich in einem hoch energetisierten Zustand befinden und wurde von ihnen Wasser des Lebens genannt.

In den folgenden 20 Jahre untersuchten sie die natürlichen Gegebenheiten dieses Tals und arbeiteten daran, seine Wasserreinigung und Wasserbelebung mit natürlichen Materialien und Prozessen nachzubauen. Das Ergebnis ist das Pi-Wasser, welches dem lebendigen Wasser aus der Natur fast völlig entspricht. Dabei wird das Wasser zuerst von Schadstoffen gereinigt, dann werden schädliche Informationen neutralisiert und schließlich wird es neu strukturiert. In Studien an der Nagoya Universität konnten erstaunliche positive Effekte auf Pflanzen, Tiere und Menschen gezeigt werden. Dazu gehören Qualitäts- und Wachstumssteigerung von Pflanzen sowie Tieren und Leistungssteigerung sowie Gesundungen bei Menschen.

Quellen

The Miracle of Pi-Water: A Gift from the Cosmos: The Revolutionary Technology of Water That Will Save our Planet and its People, Shinji Makino, 1999

http://yve-bio.com/Labortests-und-Gebrauchsanweisunge
http://www.quellwasseroase.de/Pi-Wasser

http://www.nikkenwellbeing.at/s/product-technologies/pimag-water.html

http://www.brita.de/brita/de-de/cms/cpd.grid

Chronische Borreliose – ein Überblick

Die chronische Borreliose ist eine Langzeiterkrankung, zu der es in Einzelfällen kommen kann, wenn das Immunsystem des Körpers mit einer akuten Borreliose nicht klar kommt. Die chronische Borreliose ist eine Multisystemerkrankung, die Organe, Nervenzellen, Knochen, Gelenke und Muskeln befallen kann. Je nach persönlicher Ausgangssituation nimmt sie unterschiedliche Züge an und kann bis zu 200 verschiedene Krankheiten imitieren.

Sie ist schwer zu diagnostizieren und noch schwerer zu therapieren. Sie kommt meist mit diversen Co-Infektionen, geht eine gefährliche Synergie mit Schwermetallen und Umweltgiften ein, reaktiviert latente Viren und verschlimmert bestehende Infektionen im Körper. Sie schüttet Toxine aus und führt zu starken Schmerzen.

Borrelien sind – ähnlich der Syphilis – Spirochäten, die ihre Form verändern, sich verkapseln sowie intrazellulär oder in Biofilmen verstecken können und selbst zellwandlos sind. Damit sind sie im chronischen Stadium für die meisten Antibiotika unerreichbar.

Infektion

Ansteckung

Die Ansteckung erfolgt nicht nur über Zeckenbisse, sondern vermutlich auch über Pferdebremsen und Spinnentieren oder von der Mutter auf ihr Kind durch den Mutterkuchen oder die Muttermilch.

Daher macht es auch keinen Sinn, einen Zeckenbiss als Ausschlusskriterium für die Diagnose einer Borreliose voraus zu setzen. Laut einer tschechischen Studie sind in Europa 12 Prozent aller Stechmücken mit Borrelien infiziert sind. Auch viele Spinnen, Flöhe, Läuse und andere stechende Insekten sind Träger von Borrelien.

Akutinfektion

Wer eine festgesaugte Zecke an sich entdeckt, sollte sie so schnell wie möglich mit einer an der Spitze leicht gebogenen Pinzette oder mit einer Zeckenkarte entfernen.

Alternativmedizinisch empfehlen Therapeuten, die Bißstelle zunächst mit viren- und bakterienabtötenden Mitteln gegen eine Infektion zu behandeln. Denn Zecken übertragen nicht nur Borrelien, sondern ein Potpourri an Co-Infektionen. Dafür bieten sich z.B. die homöopathischen Sanum-Mittel Quentakehl (gegen Viren) und Notakehl (gegen Bakterien und damit auch Spirochäten) im Wechsel an.

Kommt es dennoch zur Sommergrippe und/oder Erythema Migrans, ist der Körper tatsächlich von Borrelien infiziert und wehrt sich dagegen. Diesen Prozess kann man Alternativmedizinisch z.B. mit Nosoden unterstützen. Wichtig dafür ist die genaue Diagnose, welche Erreger die Zecke übertragen hat.

Schulmedizinisch würde man bei Nachweis einer Infektion Antibiotika geben. Zecken kann man zur Untersuchung in ein spezialisiertes Labor wie z.B. das Medizinische Labor Bremen einschicken, aber ich würde das ehrlich gesagt nicht machen, da es ja noch lange nichts darüber aussagt, was davon im Körper gelandet ist. Dr. Hopf-Seidel rät sogar zu einer prophylaktischen Behandlung mit Antibiotika (auch ohne Wanderröte / Erythema migrans) für 10 Tag, wenn die Zecke infiziert war und mindestens 8 Stunden Zeit hatte, sich mit ihren Erregern in dem Wirt zu entleeren. Stellen sich in dieser Zeit die typischen Symptome einer Frühborreliose ein oder ist der Borrelien-LTT positiv, rät sie zur Fortführung der Antibiose für insgesamt 30 Tage.

Allerdings muss man bei einer Antibiose immer mit starken Nebenwirkungen für das Immunsystem rechnen. Außerdem werden durch eine Borreliose meist auch latente Viren im Körper reaktiviert, die unter einer Antibiose aufleben können.

Epidemische Borreliose

Der Verlauf der Borreliose scheint offenbar davon abzuhängen, ob man von einer Zecke infiziert (Lyme disease) oder von einem Menschen angesteckt (Epidemic borreliosis) wurde. Das veröffentlichten W. T. Harvey, P. Salvato in ihrem Artikel ‘Lyme disease’: ancient engine of an unrecognized borreliosis pandemic?.

Nur diejenigen, die von einer Zecke infiziert wurden, weisen ein Erythema migrans auf und erkranken an der akuten Infektion, die man gut heilen kann.

Die Mensch zu Mensch Ansteckung hat zumindest in den USA wohl Ausmaße einer Epidemie, weist einen chronischen Verlauf auf, wird zunächst nicht bemerkt und erst später aktiviert. Allerdings dürften hier auch reaktivierte Viren wie das Epstein Barr Virus eine große Rolle an der chronischen Erkrankung spielen.

Es gibt jedoch auch chronische Fälle der Lyme disease, die sich mit der Epidemic borreliosis überschneiden. Beide chronische Formen haben dann die typischen Symptome wie Chronic Fatigue Syndrome, Fibromyalgie, Multiple Chemikaliensensitivitiäten, Reizdarmsyndrom, Post-Gehirnerschütterung-Syndrom, Reizblase, Spannungskopfschmerzen, Kieferstörung und Golfkriegsyndrom.

Co-Infektionen

Mit dem Zeckenbiss kommt eine Vielzahl anderer Erreger in den Körper und belastet die Organe. Jeder hat seinen individuellen Cocktail an Co-Infektionen, zu denen die folgenden Erreger gehören können: Babesia microtii, Ehrlichia, Rickettsia, Chlamydia pneumoniae, Mycoplasma pneumoniae, Bartonella henselae, Nanobacteria, Borna Virus und einige andere.

Außerdem können bisher schlafende Erreger im Körper durch den Ausbruch der Borreliose geweckt werden. Dazu gehören laut Klinghardt die acht Herpesviren wie insbesondere das Epstein Barr Virus, das Varizella Zoster Virus, die Cytomegalie oder das HHV-6 Virus, Parasiten, die Candida-Infektion und immer wiederkehrende grippale Infekte durch Streptokokken oder Coxsackieviren.

Vor allem das Epstein Barr Virus (EBV) und die Toxoplasmose (ein Parasit) werden oft durch Borrelien reaktiviert und können für einen Großteil der Symptome verantwortlich sein. Gibt man in so einem Fall Antibiotika, können diese Erreger sogar noch aufleben. Auch gegen EBV und Toxoplasmose gibt es Nosoden.

Die Co-Infektionen und opportunistischen Erkrankungen sind leichter zu diagnostizieren als die Borreliose und sollten als Hinweise verstanden werden, genauer hin zu schauen.

Ausbreitung

Verbreitung im Körper

Wird ein Mensch mit Borrelien infiziert, muss es nicht zu einem Ausbruch der Krankheit kommen. Völlig gesunde Menschen bilden in der Regel Antikörper und erkranken nicht an der „Borreliosegrippe“. Allerdings zeigen klinische Langzeit-Beobachtungen von Dr. Hassler, dass Patienten, die eine gesicherte Borrelieninfektion hatten und seropositiv wurden, aber beschwerdefrei waren, noch bis zu 8 Jahren nach ihrer Borrelieninfektion daran erkranken konnten. Auch hierbei dürfte das Epstein Barr Virus einen Anteil haben.

Borrelien können ihre Form verändern und als voll ausgereifte Spirocheten, als zellwandarme L-Form oder als zystische Form existieren. Sie können innerhalb

und außerhalb der Zelle leben.

Frisch infiziert kommen sie als Spirochäten in den Körper, die wie winzige Korkenzieher aussehen und sich drehend fortbewegen. Werden sie vom Immunsystem nicht daran gehindert, breiten sie sich sehr schnell aus und vermehrt sich durch Querteilung alle 12-24 Stunden.

Spirochäten wandern zügig aus dem Blutplasma in die Zellen (z. B. in Endothelzellen, Gliazellen, Fibroblasten oder Erythrocyten) und konnten in Tierstudien innerhalb von 21 Tagen sowohl im Gehirn, in der Niere und in der Darmwand nachgewiesen werden. Intrazellulär nehmen sie andere Lebensformen (Granula, Blebs oder Cysten) an und sind so für alle extrazellulär wirkenden Antibiotika nicht mehr erreichbar, da diese an der Zellwand ansetzen und die zellwandlosen Borrelien nicht tangieren.

Außerdem nutzen Borrelien Biofilmnetze als Verstecke und werden durch diese wirksam auch gegen intrazellulär wirkende Antibiotika oder das Immunsystem abgeschirmt. Leider tragen nach Untersuchungen von Prof. Dr. Sievers von der Hochschule Wädenswil und Beobachtungen von Alan B. MacDonald zur Biofilmmatrix die üblichen Antibiotikatherapien auf Penicillinbasis nachweislich zur Bildung der später nur sehr schwer behandelbaren Persisterformen (Granula, Blebs, Cysten) bei.

Symptome

Die Erstinfektion mit einer Borreliose äußert sich meist in Form einer Sommergrippe mit Fieber, Schwäche, Kopf-, Muskel- & Gelenkschmerzen, Lymphknotenschwellungen, Bindehautentzündung und in 30% der Fälle einem Erythema migrans: einer kreis- oder ringförmigen Hautrötung zwischen dem 3. – 30. Tag nach der Infektion, die nicht juckt oder schmerzt und zwischen 8 – 65 cm groß ist.

In späteren Stadien kommen meist weitere Symptome wie Herzbeschwerden und Herzrhythmusstörungen, Entzündungen der Augen, Hautschwellung oder neurologische Symptome (Neuroborreliose) hinzu.

Das Stadium III setzt Monate bis Jahre nach dem Zeckenbiss ein, ist zumeist chronisch und tritt in wiederholten Schüben auf. Dieses sehr schwere Stadium der Borreliose ist vor allem anhand der sog. Lyme-Arthritis und der zusätzlichen

Beteiligung des Nervensystems zu erkennen.

Lesen Sie hier mehr…

Aber auch hier ist es schwierig, die Symptome der Borreliose von den Symptomen der Co-Infektionen und opportunistischen Erkrankungen zu unterscheiden. Insofern sollte am Anfang der Behandlung immer eine sorgfältige Diagnose stehen.

Zellschäden

Wird eine Borreliose chronisch, kann sie die folgenden Zellschäden verursachen:

- Nervenzellen: Gehirn, Nervenbahnen
- Organe: Herz, Nieren, Leber, Darm (Leaky Gut)
- Knochen- und Gelenkschäden: Reaktive Arthritis
- Muskeln und Sehnen: Fibromyalgie

Chronifizierung

Ob es zur Chronifizierung der Infektion durch Persistenz der Borrelien kommt, hängt in der Regel von der Stärke des Immunsystems ab.

Aber auch **Umwelttoxine** wie z. B. Lösemittel, Weichmacher, Schimmelpilze und **Schwermetalle** spielen dabei offenbar eine wichtige Rolle. Dazu gehören laut Hopf-Seidel die Metalle Blei (alte Wasserrohre), Cadmium (Gülledüngung, Zigarettenrauch, Müllverbrennung), Nickel (Schmuck, Nahrung) und Aluminium (Folien, Deo, Antacida und als Stabilisator in Impfseren). Noch schwerer wiegen zahnärztlichen Materialien für Zahninlays (Amalgam) und Zahnkronen-Legierungen (Gold, Palladium) sowie die dazugehörigen Kleber (z. B. Methylmethacrylat). Daneben waren laut Hopf-Seidel auch viele Impfungen toxisch für diejenigen, die genetisch eine gestörte Entgiftungsfunktion für Schwermetalle haben. Es gibt auch Vermutungen, dass Borrelien bei bestehender Schwermetallvergiftung dazu neigen, einen Biofilm zum Schutz gegen Metalle zu bilden.

Genetische Entgiftungsstörung

Häufig zeigt sich bei Menschen mit chronischer Borreliose eine angeborene

Ausscheidungsstörung (Detoxifikationsstörung). Dadurch steigt über die Jahre die Belastung mit Schadstoffen und schwächt somit das Immunsystem, mit neu hinzukommenden Erregern fertig zu werden.

Schwermetalle haben außerdem die verstärkte Bildung von freien Radikalen zur Folge, was den nitrosativen Stress im Körper verstärkt und das Immunsystem weiter schwächt.

Diagnose

Bluttests

Borrelien leben vorwiegend intrazellulär und infizieren unter anderem die B-Lymphozyten und andere Komponenten des Immunsystems, die verantwortlich für die Erzeugung von Antikörpern sind. Antikörpertests wie der **ELISA** sind daher oft falsch negativ, da die Antikörperproduktion bei infizieren Patienten stark vermindert ist.

Etwas aussagekräftiger ist der **Immuno- oder Westernblot**, der durch seine Bandenmuster zwischen einer frischen und einer alten Infektion unterscheiden kann. Aber auch hier kann es zu falsch-negativen Ergebnissen kommen.

Der **EliSpot-Test** (T-Cellspot Borrelien) kann nach bisherigen Erkenntnissen nicht zwischen einer aktiven und einer latenten Borrelieninfektion ohne Symptome unterscheiden.

Eine **Liquoruntersuchung** des Nervenwassers ist im Spätstadium der Borreliose laut Hopf-Seidel diagnostisch meist nicht weiterführend, da zu diesem Zeitpunkt kaum mehr mit massiv erhöhten Antikörpern oder einer Zellzahlvermehrung zu rechnen sei. Hinzu kommt, dass sie riskant ist.

Wesentlich aussagekräftiger ist der **Lymphozytentransformationstest** (LTT Borrelien) einiger weniger, darauf spezialisierter Labore, wie des IMD Berlin. Der kann auch die z.T. schwer zu diagnostizierenden Co-Infektionen wie die Toxoplasmose gut nachweisen.

Auch die **Dunkelfeldmikroskopie** ist eine interessante Alternative, die bei einer frischen Infektion die Borrelien im Blutplasma darstellt und bei einer chronischen

Infektionen zeigt, wie die Borrelien nach Stunden oder Tagen aus den Erythrocyten und Makrophagen herausschlüpfen.

Energetische Testverfahren

Daneben gibt es eine Reihe von alternativen Testverfahren wie die Bioresonanz, Elektroakupunktur nach Dr. Voll, IST-Diagnostik nach Dr. Fonk, Oberon, Prognos usw., die sehr viel mehr Bakterien, Viren und Parasiten als klassische Laboruntersuchungen aufzeigen können.

Differentialdiagnostik

Klinghardt weist auf die Wichtigkeit einer Differentialdiagnostik der Neurotoxin-bedingten Erkrankungen hin. Es gibt seiner Erfahrung nach vier grundsätzlich unterschiedliche Ursachen, die zu den gleichen komplexen Symptomen und chronischen Schmerzen führen:

- **Chronisch bakterielle und virale Infektionen:** Borreliose und Co-Erkrankungen
- **Mycotoxin bedingte Erkrankungen:** Pilzbelastung der Wohnung oder des Körpers durch z.B. Aspergillus, Mucor oder Penicillinpilze
- **Umwelterkrankungen:** Petrochemikalien am Arbeitsplatz oder das Ausgasen von Giften in der Wohnung, von Teppichböden und Möbeln
- **Schwermetallvergiftungen** (Hg, Cad, Blei, Alu) und **Infektionen im Kieferknochen**

Weist der Patient jedoch einen Zeckenstich, ein Erythema migrans, Muskel- und Gelenkschmerzen, Hautsymptome wie Sensibilitätsstörungen, Wortfindungsstörungen, neurologische Symptome sowie das schubweise Auftreten der Schmerzen mit wechselnden Lokalisationen auf, muss von einer chronischen Borreliose ausgegangen werden, auch wenn das Labor dies nicht nachweisen kann.

Meist hat man im Rahmen einer chronischen Borreliose mit mindestens 3 der oben genannten Erkrankungen zu tun.

Behandlungsalternativen

Die Therapie sollte meiner Ansicht nach ganzheitlich erfolgen, um der Multisystemerkrankung an allen Ansatzpunkten zu begegnen, derer sie sich im Körper bedient. Eine bestehende oder durchlebte Borreliose schützt nicht vor Neuinfektion und der wichtigste Schutz neben der Prävention ist es, den Körper so zu stärken, dass er mit den Erregern selbst fertig wird.

Laut Klinghardt erfordert die Behandlung der Borreliose die folgenden 4 Schritte:

1. **Entgiftung** von Schwermetallen, Umweltgiften und sonstigen Biotoxinen und **Beseitigung von Störfeldern** wie Elektrosmog, allergenen Triggern, emotionalen malignen Faktoren sowie strukturelle Blockaden (Zähne, HWS).
2. **Ausgleich von Mängeln** an Spurenelementen (Magnesium, Jod, Eisen) und anderen Mikronährstoffen (Kupfer, Zink) **sowie mangelhafter Hormonproduktion** in Ovarien, Nebennieren, Hypothalamus, Hoden und Hypophyse. Es wird zudem eine gluten- und caseinfreie **Ernährung** oder SCD (Specific Carbohydrate Diet), Metabolic Typing, Blutgruppendiät, Wolf-Funfack-Diät oder RD-basierte Diät empfohlen.
3. **Antimikrobielle Therapie** durch Reduktion der pathogenen Keime
4. **Immunmodulation**

Bei den Themen Diagnose, Erreger, Darmsanierung, Ernährung, Entsäuerung, Nährstoffe, Entgiftung, Hormone, Zahnstörfelder, Elektrosmog, geoapathische Störfelder uvm. berate ich meine Kunden seit 2016 im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung. Falls gewünscht gehört dazu auch, den Lebensstil genauer zu betrachten und nach emotionalen Ursachen der Erkrankung zu schauen.

Für die Amalgamentfernung bietet sich ein **Umweltzahnarzt** an, der dies mit Kofferdamm und Sauerstoffmaske (für den Patienten) vornimmt und sich mit der Überempfindlichkeit von Borreliosepatienten auf Zahnmaterialien auskennt. Auch wurzelbehandelte Zähne, andere Metalle und Kunststoffe können bei Menschen mit Multisystemerkrankung ein riesengroßes Störfeld darstellen. Zudem befinden sich im Kiefer (z.B. in den Höhlen der Weisheitszähne) auch oft unerkannte Störfelder, in denen sich mitunter toxische Leichengifte bilden und die z.B. mit der DentalReflex-Methode diagnostiziert werden können. Dr. Fonk schreibt in Ihrem Werk Krankheit ist messbar – auch wenn das Labor schweigt, dass sich

Zahnstörfelder wie ein Vorhang verhalten, der dem Behandler den Blick auf die eigentliche, körperliche Situation versperrt. Diese müssen behandelt werden, bevor man sinnvoll Erreger eliminieren kann.

Parasiten spielen innerhalb der Therapie eine wichtige Rolle, da sie selbst oft mit den Erregern infiziert sind und durch ihre Eier immer wieder zu einer Re-Infektion führen können.

Für die **antimikrobielle Therapie** und die **Immunmodulation** gibt es eine Vielzahl von Naturheilverfahren aus Homöopathie, Isopathie, Spagyrik, Phytotherapie, orthomolekularer Medizin u.v.m., die mit wenig Nebenwirkungen bisweilen verblüffende Ergebnisse erzielen. Während dieser Zeit sollte die Entgiftung weiter geführt werden, denn die sterbenden Erreger erzeugen Toxine, die sehr schmerzhaft sein können und schnell ausgeleitet werden sollten.

Falls man lieber den schulmedizinischen Weg gehen möchte, kann man sich bei bei Frau Dr. Hopf-Seidel umfangreich über die Antibiose informieren, die vor allem im akuten Stadium gute Heilungschancen verspricht. Die bei chronischer Borreliose mitunter empfohlene monate- oder jahrelange Antibiotikaeinnahme schwächt laut Dr. Klinghardt jedoch das Immunsystem und somit den Schutz vor Neuinfektion. Insbesondere intravenöse Antibiotika können zu verschiedenen Nebenwirkungen führen, wie z.B. einer verminderten Leukozyten-Zahl, leichter bis schwerer Diarrhöe, Nierenschäden, Pilzinfektionen usw. Manchen Menschen hilft die Antibiose auch im chronischen Stadium, bei manchen verschlimmert sie die Symptomatik jedoch nachhaltig, vermutlich aufgrund der oben beschriebenen Biofilmproblematik. Hier ist es wirklich wichtig, sorgsam abzuwägen. Wenn die Borrelien sowieso schon chronisch sind, spricht ja nichts dagegen zunächst den nebenwirkungsarmen alternativmedizinischen Weg auszuprobieren. Ganzheitliche Ärzte können dabei helfen, für jeden den individuell richtigen Weg zu finden.

Fazit

Oft dauert es Jahre, bis die Krankheit diagnostiziert wird. In unserer damaligen Selbsthilfegruppe (die wir nicht mehr führen) waren viele, die 20 Jahren lang fehldiagnostiziert darunter litten – bei mir hat es 14 Jahre bis zu Diagnose gedauert. Leider wird man von vielen Ärzten in die Psychoecke geschoben, wenn sie das Problem nicht benennen können. Auch Freunde, Familie, Kollegen und der

Arbeitgeber reagieren oft mit Unverständnis, weil man einem die Krankheit nicht ansieht. Dadurch gelangen viele in die Isolation.

Die richtige Diagnose ist da der erste Schritt auf dem Weg nach oben. Aber leider müssen viele dann realisieren, dass ein Großteil der Ärzte immer noch ratlos ist und die Krankenkassen einem in vielen Fällen die Leistung versagen. In meinen Augen hilft es nicht, sich zu beklagen und zu bedauern. Nur Eigeninitiative kann einen aus diesem Loch wieder herausholen.

An chronischer Borreliose zu erkranken bedeutet, sein Leben zu verändern. Umweltgifte und Elektrosmog müssen konsequent aus dem Leben verbannt werden, der Körper braucht ein basisches Milieu und viele gute Nährstoffe. Die meisten an Borreliose Erkrankten stellen ihre Ernährung komplett um, essen viel frisches Obst, Gemüse sowie Wildpflanzen und verzichten auf industriell erzeugte Lebensmittel.

Meist bringt die Entgiftung auch eine seelische Entgiftung mit sich und nicht selten ändert sich in diesem Zusammenhang auch der Freundeskreis.

Wenn man diese Krankheit hinter sich hat, ist man ein anderer Mensch. Ich habe mich gefühlt, als hätte ich die Welt in einer Badewanne umschifft und war ungeheuer stolz auf diese Leistung. Leider sieht das Umfeld oft nur, was man in dieser Zeit nicht geschafft hat. Auch damit fertig zu werden ist Teil des Lehrauftrags.

Kopf hoch, es ist hart, aber es ist zu schaffen. Ich habe mittlerweile eine Vielzahl von positiven Berichten in meiner Online-Gesundheitsberatung erlebt. Ich selbst war komplett arbeitsunfähig, fast schon dement und musste die meiste Zeit des Tages liegen, bevor ich diagnostiziert wurde. Das ist heute Geschichte. Meine Therapie hat mehr als 2 Jahre gedauert, aber heute sind die Borrelien und Co-Infektionen nicht mehr nachweisbar – übrigens komplett ohne Antibiotika.

Quellen

Die Lyme-Borreliose. Behandlungswege jenseits von Antibiotika, Dr. Med. Dietrich Klinghardt, 2009

Biologische Behandlung der Lyme-Borreliose und verwandter chronischer

Infektionen, Dietrich Klinghardt, 2008

Lyme-Borreliose, Dietrich Klinghardt, Naturheil Magazin

Wann ist eine Borreliose eine Neuroborreliose? Die Borreliose und ihre neuro-psychiatrischen Symptome, Martina Lorenz, Fachärztin für Neurologie und Psychiatrie

Die chronisch-persistierende Borreliose, Dr. Petra Hopf-Seide

'Lyme disease': ancient engine of an unrecognized borreliosis pandemi, W. T. Harvey, P. Salvato
Characterization of biofilm formation by Borrelia burgdorferi in vitro, Sapi E, Bastian SL, Mpoy CM, Scott S, Rattelle A, MacDonald A, et al., PLOS ONE, 2012

In vitro evaluation of antibacterial activity of phytochemicals and micronutrients against Borrelia burgdorferi and Borrelia garinii, Goc, A. Niedzwiecki, M. Rath, Journal of Applied Microbiology, 22 November 2015

Persisting atypical and cystic forms of Borrelia burgdorferi and local inflammation in Lyme Neuroborreliosis. Judith Miklossy, Sandor Kasas, Anne D Zurn, Sherman McCall, Sheng Yu1 and Patrick L McGeer, Journal of Neuroinflammation 2008

Krankheit ist messbar – auch wenn das Labor schweigt, Dr. Ingrid Fonk

Borreliosenetz Deutschland

Bildrechte: pixabay

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.