Schwerer Unfall meines Sohnes

Am 17.11.23 hatte mein 17-jähriger Sohn Keanu einen schweren Unfall. Er ist von einem Balkon aus 8,40 Metern Höhe auf Beton gestürzt, und hat danach wochenlang im Koma und auf der Intensivstation um sein Leben gekämpft. Er hat ein schweres Schädelhirntrauma, seine rechte Großhirnhälfte ist zerstört, die Sehnerven geschädigt und er ist linksseitig gelähmt. 12 OPs hat er hinter sich, 7 davon im Gehirn.

Wunder Gehirn

Danach hat er sich mit mir in einer Reha in Süddeutschland 7,5 Monate lang wieder ins Leben zurückgearbeitet und es ist unfassbar, was er bisher erreicht hat. Unser Gehirn ist wirklich ein Wunderwerk und die Funktionen der zerstörten Gehirnbereiche werden nach und nach mit sehr viel Training, Fleiß und Tränen von anderen Bereichen im Gehirn übernommen! Er lernt wieder zu laufen, er spricht wieder, liest und ein ganz kleines bisschen kann er auch schon seinen linken Arm bewegen (er ist Linkshänder). Jeden Tag hat er bis nachmittags Therapien in der Reha und macht danach mit mir noch ein umfangreiches Lauf- oder Handtraining. Keanu ist ein Kämpfer, er will sein altes Leben zurück und spendet anderen damit Mut und Zuversicht.

Ich bin die ganze Zeit bei ihm, denn natürlich ist er schwer traumatisierte, wie ich selbst natürlich auch. Neben dem wirklich sehr guten Training in der Reha machen wir privat noch ganz viele andere hilfreiche Dinge wie gezielte Nährstoffe für das Gehirn, Low Level Lasertherapie, Traumatherapie uvm. – ich werde hier zu gegebener Zeit davon berichten.

Wieder nach Hause

Nach genau einem Jahr in Kliniken sind wir im November 2024 wieder nach Hause zurückgekehrt und er macht hier in einer ambulanten Reha weiter.

Damit er nach Hause zurückkehren konnte, musste ich es barrierefrei umbauen und das ist das, was mich neben den ganzen Anträgen für Ämter und der Hilfsmittelbeschaffung etc. immer noch umtreibt.

Mit viel Glück kann ich irgendwann wieder anfangen zu arbeiten, wenn sich zuhause alles eingespielt hat. Keanu hat eine 100%ige Schwerbehinderung und einen Pflegegrad 4 und ich werde versuchen, mir für zuhause Hilfe zu organisieren. Bis dahin bin ich seine Pflegerin.

Ich werde an alle, die angefragt haben, eine eMail schreiben, wenn es wieder soweit ist. Außerdem wird es natürlich auch auf dieser Webseite stehen.

Wer uns unterstützen möchte

Durch diesen Unfall sind Keanu und ich in eine finanzielle Notlage geraten. Denn die Zuschüsse von Pflegeversicherung und KfW decken dabei leider nur einen sehr kleinen Anteil der Umbaukosten und meines Verdienstausfalls ab. Wenn Du Keanu mit einem kleinen Beitrag unterstützen möchtest, danken wir Dir von Herzen □ □ □. Du hilfst ihm damit, zuhause leben zu können!

Paypay: paypal.me/KristineNickie
(oder an kristine@fredriksson.de)

- Konto: Kristine Fredriksson
  Bank: Commerzbank AG
  IBAN: DE92 3708 0040 0340 8851 00

P.S. Bitte schreibe im Betreff: Geschenk

(nicht: Spende)

Frequenztropfen als Schutz gegen Umwelteinflüsse

Die **Auswirkungen von elektromagnetischen Strahlen** wie z.B. Handys, W-LAN, Mobilfunk und DECT auf unser Nervensystem sind massiv. Sie bewirken in unserem Körper ein ständiges Auf und Ab der eigenen Frequenzen, so dass wir quasi dauerhaft im Kampf-oder-Flucht-Modus sind. Schwingungsmediziner gehen davon aus, dass viele Krankheiten von schädlichen Frequenzen in unserem Umfeld verursacht werden.

Optimale Zellschwingung wiedererlangen

Die **Schwingung der gesunden Zelle** liegt im Idealfall zwischen 62 – 65 Hz. Um diesen Zustand trotz massiver Umwelteinflüsse wieder herzustellen, gibt es eine Vielzahl von Ansätzen zur Entstörung, was dann aber oft nur im häuslichen Umfeld wirkt. Nun ist es einem Hersteller nach jahrelanger Forschung im Bereich der Sportmedizin gelungen, diese optimale Frequenz von 65 Hz stabil auf Frequenztropfen zu spielen.

Die Idee der **Frequenztropfen** ist es, durch Einnahme die Zellschwingung wieder in den optimalen Schwingungsbereich von 65 Hz zu bringen, was ca. 12 Stunden vorhalten soll. Viele merken dies in der Regel auch unmittelbar, indem negative Auswirkungen von Umweltbelastungen verschwinden.

So berichten Anwender in Testimonials von Verbesserungen im Bereich Erschöpfung, Stressempfinden, Gleichgewichtsprobleme, Bewegungseinschränkungen, Gelenkschmerzen, Wortfindungsschwierigkeiten,

Tremor, Schmerzen, Schlafprobleme etc.

Wichtig ist zu wissen, dass die Tropfen selbst kein Heilmittel sind und kein Heilversprechen geben können. Sie gleichen lediglich die Zellkommunikation wieder aus, so dass das Nervensystem in der Lage ist wieder so zu funktionieren, wie es vorgesehen ist.

Fazit

Ich beschäftige mich seit 10 Jahren mit den gesundheitlichen Auswirkungen von eSmog und dessen Entstörung. Zuhause habe ich ein Entstörungsmodul im Einsatz, meide Mikrowellen, Induktionsherde uvm. und halte das auch nach wie vor für sinnvoll. Aber die Entdeckung der Frequenztropfen war für mich noch einmal **ein echtes Aha-Erlebnis**. Ich habe durch sie ein deutliches Mehr an Kraft und Energie und meine jahrzehntelangen Rücken- und Nackenschmerzen sind weg! Die krassesten Auswirkungen haben die Tropfen jedoch auf meinen Sohn. Er hatte einen schweren Unfall und muss nach einer Halbseitenlähmung u.a. wieder Laufen lernen. Ohne die Tropfen muss er sich dabei noch stark auf mich oder einen therapeutischen Stock stützen. Mit den Tropfen hält er selbst sein Gleichgewicht

Also von meiner Seite eine klare Empfehlung aus eigener Erfahrung.

>Sprich mich einfach per eMail an (Betreff: Frequenztropfen), dann schicke ich Dir einen Link.<<

P.S. Nach unseren guten Erfahrungen mit den Tropfen und weil ich sie guten Gewissens empfehlen kann, habe ich mich übrigens als Vertriebspartner angemeldet und bekomme eine Provision, wenn Du über meinen Link bestellst.

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

Hypnose: Auf der Suche nach den Ursachen einer Erkrankung

Kennen Sie das: Beim Grübeln über ein Problem schweifen Sie irgendwie ab. Der Blick ist auf etwas Unwichtiges gerichtet, aber Sie sehen es gar nicht, Sie sind in Wirklichkeit ganz woanders. Und dann „erwachen" Sie wieder und haben eine gute Idee. Sie hatten einen Tagtraum und waren ganz automatisch in einer Wachtrance, in einem hypnotischen Zustand.

Zugriff auf das Unbewusste

Durch die Wachtrance haben Sie den Teil des Gehirns, der für unser Denken zuständig ist, den Präfrontalkortex, zu einem großen Teil ausgeschaltet. Dadurch hatten Sie einen besseren Zugriff auf das limbische System, den ältesten Teil unseres Gehirns, der unser Unbewusstes repräsentiert.

Unser Unbewusstes ist nicht nur der Entstehungsort unserer Kreativität, sondern es kennt auch unsere inneren Vorgänge. Es war bei all unseren schönen und weniger schönen Erlebnissen dabei. Und es steuert all unsere vegetativen Vorgänge wie die Verdauung, das Hormongleichgewicht und unser Immunsystem. Warum also nicht das Unbewusste fragen, wenn etwas in diesen Systemen nicht stimmt?

Symptome zeigen innere Konflikte

Symptome entstehen oft daraus, dass das Unbewusste Selbstschutzmechanismen installiert, die in der Kindheit hilfreich waren, einen erwachsenen Menschen jedoch zunehmend an seiner Selbstverwirklichung hindern. Denn mit zunehmender Reife benötigen wir diese Schutzmechanismen nicht mehr. Wenn sie sich nicht von allein in der Pubertät auflösen, merkt man im Laufe seines Lebens immer stärker, dass etwas nicht stimmt. Das kann sich darin äußern, dass man das Gefühl hat sich selbst im Weg zu stehen, immer an die falschen Menschen zu geraten oder eben immer mehr Symptome wie chronische oder wiederkehrende Schmerzen oder andere chronische Erkrankungen entwickelt.

Widerstände gegen Veränderung

Dummerweise lassen sich diese Schutzmechanismen und die daraus resultierenden Verhaltensmuster nicht mit dem Bewusstsein auflösen, da sie tief im unbewussten, limbischen System gespeichert sind. Im Gegenteil, versucht man

dann sich auf eine Veränderung zu programmieren, zeigen sich oft innere Widerstände, die die Veränderung zu verhindern suchen. Das fühlt sich dann wie ein innerer Nebel an und die gewünschte Veränderung verkehrt sich ins Gegenteil.

Hypnose für den Dialog mit dem Unbewussten

In der analytischen Hypnose haben wir im Rahmen einer Wachtrance die Möglichkeit, das Unbewusste mit dem Bewusstsein kommunizieren zu lassen. Das kann über eine innere Reise auf die Zauberwiese geschehen, bei der man Anteile der eigenen Persönlichkeit in Form von bildhaften Gestalten trifft und mit ihnen verhandelt. So kann einen die weise Instanz stärken und den Weg zur Lösung seiner Probleme weisen. Der innere Freund & Helfer unterstützt einen auf seinem Weg innere Widerstände, innere Saboteure, Problemteile oder Lösungsteile zu treffen und mit ihnen zu verhandeln. Auch andere Anteile wie der kreative Teil, der innere Heiler, der gute Geist der Familie und andere innere Ressourcen stehen einem auf der Zauberwiese und darüber hinaus zur Verfügung.

Oder man erfragt direkt die Funktion hinter den Symptomen, um so an die Ursachen zu kommen. Auch Glaubenssätze, innere Verbote, Gebote, Hemmungen, Abspaltungen von inneren Anteilen und Traumata – selbst aus dem Familiensystem und von den Ahnen – lassen sich systematisch mit der Autosystemhypnose auffinden und lösen.

Es ist eine selbstorganisatorische und daher sehr sanfte, trotzdem sehr wirkungsvolle Methode bei jeder Art von psychosomatischen oder psychischen Problemen (sofern keine akute Psychose, Schizophrenie oder Demenz vorliegt). Und es ist eine Hilfe zur Selbsthilfe, die übrigens auch wunderbar per Skype oder Zoom funktioniert. Sie werden erstaunt sein, welche Themen Sie hinter Ihren Symptomen finden. Denn schon in alten Zeiten wusste man, dass die Seele den Körper sprechen lässt, wenn der Mensch nicht auf sie hört.

Belastungen aus verschiedenen Bereichen

Christina von Dreien sagte einmal, dass es verschiedene Schichten um uns herum

gibt, die uns von unserem wahren Selbst und dem göttlichen Teil in uns abhalten. Diese Schichten würden aus psychischen Belastungen aus unserem eigenen Leben, von unseren Ahnen übernommenen Belastungen und aus Belastungen aus früheren Leben bestehen. Mit der Hypnose können wir Schicht für Schicht um uns herum abtragen und so immer mehr zu unserem wahren Selbst durchdringen.

Ich unterscheide in meinem Hypnose-Setting nicht zwischen Dingen aus diesem und Dingen aus früheren Leben. Man kann auch in der Wachtrance zu Ursachen aus früheren Leben reisen. Wenn jemand dafür offen ist, dann machen wir es situativ, so wie es sich vom Unterbewussten zeigt, ganz selbstorganisatorisch. Mehr dazu finden Sie in meinem Beitrag zur Reinkarnationshypnose.

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.

Links

Einbei eine kleine Videoeinführung über den Ablauf einer Hypnose:

https://natuerliche-therapie.de/wp-content/uploads/2021/08/Hypnose-Einleitu

ng_480.mp4
(Anbei der Link: https://natuerliche-therapie.de/wp-content/uploads/2021/08/Hypnose-Einleitung_480.mp4)

In einem Interview mit Britta Trachsel für den Podcast Higher Love habe ich von meinem Weg zur Hypnose erzählt und am Ende eine kleine Live-Hypnose angeleitet.

Feedback von Kunden

Wie hast Du die Hypnose selbst empfunden? *Ich fand die Hypnose angenehm und schön. Bin mit meinem inneren Kind in Kontakt gekommen. War in Gedanken an schönen Orten. Und obwohl ich etwas Angst hatte, die Kontrolle über mich zu verlieren, wie ich Hypnose sonst aus dem Fernsehen kenne, war dies überhaupt nicht der Fall. Ich hätte jederzeit „eingreifen" und die Hypnose beenden können. So konnte ich mich besser darauf einlassen.*

War die Hypnose per Zoom für Dich in Ordnung? *Ja, absolut. Zu Hause fühlte ich mich eh geborgen..*

Gab es nach der Hypnose positive Veränderungen in Deinem Leben? *Ich hatte glaube ich nur eine Sitzung, und doch erinnere ich mich gerne daran.*

Haben sich körperliche Symptome nach der Hypnose verbessert oder aufgelöst? *Ja, ich bin weiter auf dem Weg der Besserung, unter anderem Dank deinen Tipps.*

Würdest Du nochmal mit Hypnose arbeiten oder es Deinen Freunden weiterempfehlen? *Ja, das würde ich.*

Was hätte besser sein können? *Keine Idee*

Orsolya, Juli 2022

Diese Hypnosemethode basiert auf der Autosystemhypnose®, der Zauberwiesenstrategie®, der SILERLEK-Methode® und der hypnotischen Traumatherapie nach Götz Renartz vom Zentrum für Angewandte Hypnose.

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: Kristine Fredriksson

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.

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

Gesundheitsberatung

Ob Themen wie Hashimoto & andere Schilddrüsenerkrankungen, Erreger (Borreliose, EBV & Co.), Entgiftung, Ernährung, Nebennierenschwäche, HPU, Zahnstörfelder, geopathische Störfelder, Nährstoffe, Darmgesundheit, Hochsensibilität, psychischen Therapieblockaden – ich berate Sie gerne.

Buchen Sie einfach oben einen Termin. Wir können uns übrigens Duzen oder Siezen, beides ist mir lieb.

Interviews auf Online-Kongressen

Auszug aus dem Interview „Wie Du EBV & Co. in den Griff bekommst“

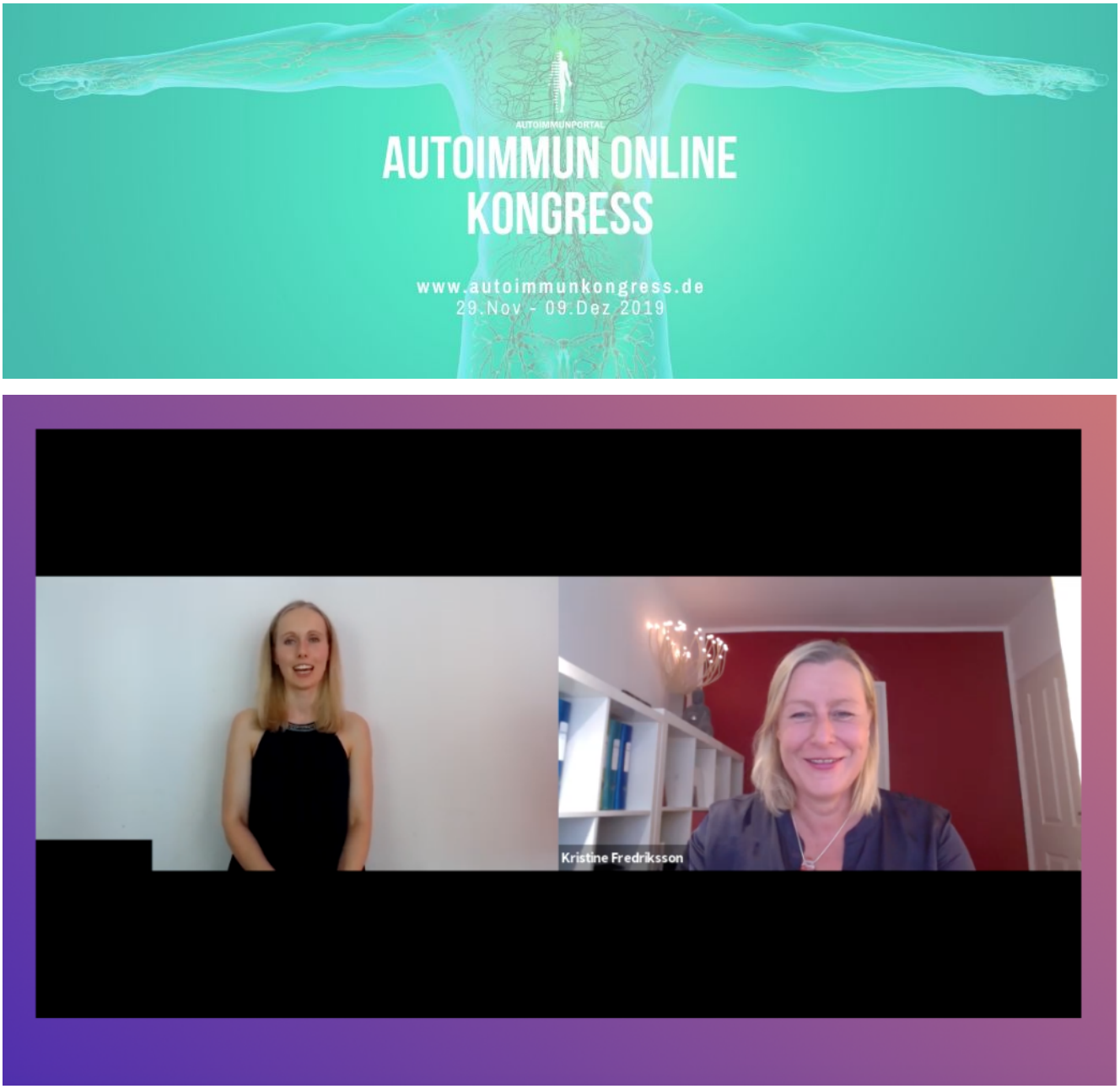
Auszug aus dem Interview „Nutze Deine Intuition im Alltag“

Auszug aus dem Interview „Saftentgiftung: Praktikable Anleitung für Detox im Alltag“

Interview „Erst eine Erkrankung machte mich wach für meine wahre Berufung“

Auszug aus dem Video „Hashimoto Thyreoditis – Ursachen, Symptome, Diagnostik, Therapie – Interview mit Kristine Fredriksson“

ENTGIFTUNGS KONGRESS



Interview „Das Epstein-Barr-Virus und Hashimoto – ein bisher übersehener Zusammenhang“

Corona-Virus – Ansteckung, Symptome und natürliche Therapie

Das Corona-Virus mit der medizinischen Bezeichnung SARS-CoV-2 kann die Erkrankung COVID-19 pneumonina verursachen. Die Viren sehen aus wie Tennisbälle mit Spikes, die an Lungenzellen anknüpfen können, um sich mit deren Hilfe zu reproduzieren. Damit Ihr Euch von den vielen Medienberichten nicht verrückt machen lasst, anbei ein paar Fakten.

Eigenschaften

Laut Dr. Peter Li, Director am Canadian Heart Research Centre, ist es für unser Immunsystem deshalb so schwer, eine schnelle Abwehrstrategie zu finden, da es sich um ein neues Virus handelt, das wir vorher nie gesehen haben. Es müssen zunächst Antikörper produziert werden, die das Virus dann in der Regel gut in den Griff bekommen. Jedoch sind Menschen über 80 und Menschen mit Vorerkrankungen wie Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes, chronischen Atemwegserkrankungen oder Bluthochdruck aufgrund ihres schwächeren Immunsystems benachteiligt, wodurch Komplikationen entstehen können.

Ansteckung

Corona-Viren leben meisten in Tieren. Es ist noch nicht bekannt, wie sie auf den Menschen übergegriffen haben, jedoch weiß man, dass es sich nun auch von Mensch zu Mensch verbreiten kann. Es wird per Tröpfcheninfektion übertragen und hat eine Inkubationszeit von 3 – 14 Tagen.

Damit es sich verbreiten kann, ist es auf den Menschen angewiesen, denn es kann nicht über die Haut aufgenommen werden. Erst wenn es über Mund, Nase oder Augenbindehaut in den Körper gelangt, kann man infiziert werden. Dies geschieht entweder durch die direkte Tröpfcheninfektion, wenn ein Kranker z.B. niest, spricht oder hustet und man dies einatmet oder indem man mit seinen Händen Viren aufnimmt und sich damit ins Gesicht fasst! Die Viren sollen sich auf Oberflächen bis zu mehrere Tage halten.

Die beste Prävention ist daher, sich nicht mit den Händen ins Gesicht zu fassen und seine Hände oft zu waschen! Gesichtsmasken schützen vor allem dann, wenn sie durch infizierte Menschen getragen werden!

Symptome

Laut einer von den chinesichen Gesundheitsbehörden veröffentlichten Analyse von Februar 2020 führt der Erreger bei über 80% der infizierten Menschen lediglich zu erkältungsähnlichen Symptomen. Dazu gehören:

- langsamer Beginn
- Frösteln
- mäßiges Fieber
- Starke Erschöpfung, Müdigkeit, Schwäche, schwere Augenlider und Gliederschmerzen während des Fiebers
- mäßiger Husten
- Bei schwerem Verlauf: Atemproblemen oder Lungenentzündung

Prävention & Therapie

Schulmedizinisch gibt es keine spezifische Corona-Virus-Therapie. Schwer erkrankte Patienten werden symptomatisch behandelt: mit fiebersenkenden Mitteln, der Therapie etwaiger bakterieller Zusatzinfektionen und mitunter künstlicher Beatmung (die jedoch immer die Gefahr einer Lungenentzündung birgt). In Einzelfällen werden auch antivirale Medikamente getestet.

Die Ärzte des Orthomolecular Medicine News Service und der International Society for Orthomolecular Medicine weisen darauf hin, dass der Einsatz von **Vitamin C als Hochdosis** bei der Prävention und Behandlung von

Atemwegsinfektionen gut etabliert ist. Es gibt keine Studie, die belegt, dass es gegen das Coronavirus hilft, weil das Virus dafür einfach zu neu ist. Allerdings gibt es haufenweise Nachweise, dass die Vitamin C-Hochdosistherapie gegen jedes einzelne Virus wirksam ist, egal ob Influenza, Lungenentzündung, Kinderlähmung oder ähnliche virale Erkrankungen.

Daher wird nun auch in China die Vitamin C-Hochdosistherapie per Infusion gegen die Coronaepidemie eingesetzt und von der Regierung offiziell empfohlen. Dabei variiert die Dosis zwischen 50 – 200 mg pro kg Körpergewicht. Es gibt in China bereits zahlreiche geheilte Fälle von Corona-Lungenentzündung durch Vitamin C-Infusionen.

Zur Prävention kann Vitamin C auch oral eingenommen werden, wenn man unter der Durchfallgrenze bleibt. Einen breiigen Stuhl muss man dabei aber in Kauf nehmen.

Die Ärzte des Orthomolecular Medicine News Service und der International Society for Orthomolecular Medicine empfehlen die folgende **nährstoffbasierte Methode** zur Prävention gegen das Coronavirus:

- Vitamin C: 3.000 mg (oder mehr) täglich, aufgeteilt auf mehrere Dosen
- Vitamin D3: erst 5.000 IE für 2 Wochen, später 2.000 IE täglich
- Magnesium: 400 mg täglich
- Zink: 20 mg täglich
- Selen: 100 mcg täglich

Bei (vermuteter) Infektion erhöht man demnach einfach die Vitamin C Dosis auf 4.000 – 5.000 mg alle 3-4 Stunden während der gesamten Erkrankung. Vitamin D, Magnesium, Zink und Selen werden dabei beibehalten. Für Kinder werden die Angaben im Verhältnis zum Körpergewicht reduziert.

Darüber hinaus haben über 30 homöopathische Ärzte in China folgende **homöopathische Mittel** als wirksam ermittelt:

- Gelsemium C30 täglich für 7 Tage nehmen, wenn eine große Ansteckungsgefahr besteht; danach nur noch 2x die Woche
- Bryonia passt mehr bei Patienten mit stärkerem Husten und Schmerzen in Brust und Kopf. Sie müssen sich beim Husten die Brust und den Kopf mit den Händen halten.

- Eupatorium perfoliatum, wenn die Patienten mehr Knochenschmerzen haben und weniger unter Schwere und Schwäche leiden.

Ein in Homöopathie ausgebildeter Therapeut hat noch viele weitere Kriterien, mit denen er das richtige Mittel für einen persönlich auswählen kann. Im Akutfall würde ich einfach fragen, ob er das auch per Telefon machen würde.

Da sich die Viren auch im Rachen befinden, ist außerdem das regelmäßige Gurgeln mit einer **Jodlösung** sinnvoll. In einer In-vitro-Untersuchung konnte belegt werden, dass Krankheitserreger wie das Klebsiella pneumonia, Streptocuccus pneumonia, Influenzavirus A, Rotaviren und auch MERS-CoV sowie das neue Coronavirus SARS-CoV durch das Gurgeln mit einer Jodlösung zu 99,99% wirksam bekämpft wurden! So läßt sich auch die Ansteckung via Tröpfcheninfektion wirksam unterbinden. In der Untersuchung wurde ein 7%ige Povidon-Jodlösung 1:30 mit Wasser auf eine Konzentration von 0,23% verdünnt. Der Einfachheit halber empfiehlt Jodexpertin Kyra Kauffmann zur Prävention 2 Minuten lang mit dem Betaisodona Mund-Antiseptikum zu gurgeln. Wer einen Arzt hat, der einem die 2%ige Lugolsche-Jodlösung verschreibt, kann davon 10 Tropfen auf ein Glas Wasser (150 ml) geben und damit gurgeln. Aber Vorsicht bei akuter Schilddrüsenüberfunktion, Morbus Basedow, Schwangerschaft und Stillzeit: Jod kurbelt die Schilddrüse ordentlich an und entgiftet stark. Mehr zu Jod findet Ihr hier.

Ich persönlich würde das Gesundheitsprogramm in jedem Fall auch durch Zitronenwasser (½ Zitrone in ½ Liter Wasser), Thymiantee mit Ingwer & Honig sowie das Kauen von Ingwerscheiben ergänzen. Auch Artemisia annua Tee oder Cistus Tee sind empfehlenswert.

Ganz wichtig ist es, keine Eier zu essen, denn Eier füttern Erreger! Aus diesem Grund werden in Labors auch Virenkulturen mit Eiern angefüttert. Sollten solche Viren einmal versehentlich ein Labor verlassen, sind sie auf Eier spezialisiert!

Stattdessens geben einem viel frisches Obst, Gemüse und frische Kräuter alles, was ein gesundes Immunsystem braucht – am Besten roh. Wie immer sind auch hier die Ernährungs- und Entgiftungtipps von Anthony William Gold wert. Er empfiehlt viele gute Säfte zur Entgiftung und Rezepte zur Stärkung des Immunsystems wie z.B. diese Heilbrühe bei Virusinfekten, deren Bestandteile man einfach bei niedriger Hitze ca. 1 Stunde köcheln läßt:

- 4 zerkleinerte Karotten oder 1 gewürfelte Süßkartoffel
- 2 zerkleinerte Stangen Sellerie
- 2 Zwiebeln in Scheiben
- 1 Tasse gehackte Petersilie (Tasse = Cup ist eine amerikanische Mengeneinheit mit 236 ml)
- 1 Tasse Shiitake-Pilze (getrocknet oder frisch, die Pilze sind optional)
- 2 gehackte Tomaten (optional)
- 1 gehackte Knolle (!) Knoblauch
- 2,5 cm frischer Ingwer
- 2,5 cm frischer Kurkuma
- 8 Tassen Wasser

Fazit

Ist das Corona-Virus gefährlich? Ja und nein. Da es ein neues Virus war, hatten wir alle keine Antikörper dagegen. Daher konnte es sich als Pandemie ungeschützt ausbreiten. Man sagt, dass es ab einer Durchsuchung von 70% der Bevölkerung nicht mehr zu einer Pandemie kommen kann. Das Virus selbst hat auch keinen Mechanismus, seinen Wirt zu zerstören. Es ist ein einfaches Grippevirus. Nur wenn Vorerkrankungen oder Immunschwäche bestehen, kann es in der Kombination gefährlich werden, aber das ist bei jedem anderen Grippevirus auch so. Also ruhig Blut!

Wer sein Immunsystem stärken möchte oder mit Long Covid-Symptomen zu tun hat, den berate ich gerne im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung.

Quellen

Shanghai Government Officially Recommends Vitamin C for COVID-19

Antworten auf häufig gestellte Fragen zum Coronavirus SARS-CoV-2, Robert-Koch-Institut

Statement on the second meeting of the International Health Regulations (2005) Emergency Committee regarding the outbreak of novel coronavirus (2019-nCoV),

WHO

Pressemeldung des indischen Gesundheitsministeriums AYUSH

Pulmonary pathology of early phase 2019 novel coronavirus (COVID-19) pneumonia in two patients with lung cancer, Tian, Sufang, et al. (2020)

Vitamin C and COVID-19 Coronavirus, Orthomolecular Medicine News Service

Vitamin C Protects Against Coronavirus, Orthomolecular Medicine News Service

High dose vitamin C and influenza: A case report. Gonzalez MJ, Berdiel MJ, Duconge J, J Orthomol Med. June, 2018

Vitamin D supplementation to prevent acute respiratory tract infections: systematic review and meta-analysis of individual participant, Martineau AR, Jolliffe DA, Hooper RL et al. (2017)

Magnesium: Reversing Disease, Levy TE (2019), Medfox Pub.

The dynamic link between the integrity of the immune system and zinc status, Fraker PJ, King LE, Laakko T, Vollmer TL. (2000), J Nutr

Dietary selenium in adjuvant therapy of viral and bacterial infections, Steinbrenner H, Al-Quraishy S, Dkhil MA et al. (2015), Adv Nutr.

In Vitro Bactericidal and Virucidal Efficacy of Povidone-Iodine Gargle/Mouthwash Against Respiratory and Oral Tract Pathogens, Eggers, M. et al.

Influenza Virus Propagation in Embryonated Chicken Eggs, Brauer, R., pubmed, 2015

Dr. Peter Li

Dr. med. Jens Wurster

Was ist bei Virus-Verdacht zu tun?, n-tv

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: Gerd Altmann @ Pixabay

Seelenentwicklung

Körper, Psyche und Seele – sie alle hängen zusammen und beeinflussen sich gegenseitig. Die Schulmedizin hat uns gelehrt, unseren Körper auf Fachgebiete aufzuteilen. Bei Erkrankungen geht man erst zum Allgemeinarzt, der schickt dann für jedes Organ zu einem anderen Facharzt und wenn keiner etwas findet, wird man zum Psychiater geschickt. Irgendwann ist man so verzweifelt, dass man alles glaubt, Hauptsache man bekommt endlich eine Erklärung für seine Symptome. Selten kommt es dabei allerdings zur Heilung, wenn man an chronischen Erkrankungen leidet.

Das hat leider auch zur Folge, dass wir den Blick für das Gesamte verlieren. Wer weiß schon, ob einer Erkrankung oder Verhaltensweise eine körperliche, psychische oder andere Ursache zugrunde liegt. Daher wenden sich viele meiner Klienten mit der Bitte an mich, gemeinsam die einzelnen Symptome zuzuordnen und zu ergründen, wo die Ursachen liegen könnten. Danach schauen wir dann, welche Therapeuten zur Behandlung in Frage kommen könnten.

Die Psyche als Verdauungsorgan von Emotionen

Die Psyche ist dabei ein genauso wichtiges Organ wie alle anderen Organe. Immer öfter erzählten mir die Menschen auch von ihrer Kindheit, ihrem bisweilen traumatischen Lebensweg und den Themen, die durch die Erkrankung in ihnen gesehen werden wollen. Auf dem Weg aus meiner eigenen Erkrankung habe ich selbst auch viele psychische Dinge aufgearbeitet. Und wenn sich innere Blockaden, innere Saboteure, Verbote, Gebote oder Hemmungen bei meinen Klienten zeigen, unterstütze ich sie per Skype mit analytischer Hypnose dabei, ihre Schutzmechanismen aus der Kindheit oder auch aus früheren Leben aufzulösen und so ihre Selbstverwirklichung zu unterstützen. Denn in einer leichten Wachtrance kann man sehr elegant das Unbewusste mit dem Bewusstsein kommunizieren lassen, um so innere Konflikte aufzudecken und zu lösen. Auch viele körperliche Symptome wie Schmerzen, Allergien und chronische Erkrankungen können so wieder verschwinden.

Die Seele als Bewohner des Körpers

Aber das ist nicht alles. Denn in unserem Körper wohnt auch unsere Seele! Und die Seele ist nicht nur unsterblich, sondern reicht auch weit über den Körper hinaus. So ist sie auch mit anderen Seelen verbunden und das spüren wir auch ganz oft unterbewusst. Viele Menschen, die (online) zu mir kommen, sind hochsensibel. Und meine Vermutung ist, dass hinter einer Hochsensibilität oft auch Hellsinne stehen, die einen mehr Dinge zwischen Himmel und Erde wahrnehmen lassen, als andere Menschen. Aber viele Menschen haben damit auch Probleme. Vielfach haben sie schon in der Kindheit gelernt, dass das etwas Schlechtes sei, die Eltern davor Angst haben oder die Nachbarn reden könnten. Und so haben viele Menschen ihre Fähigkeiten unter einem dicken Panzer

versteckt und vergessen.

Aber die Seele vergisst nicht. Und mit zunehmender Reife drängt sie auf Selbstverwirklichung. Und wenn man dann an diesem Panzer festhält, kann es sein, dass sich diese Hellsinne plötzlich über Panikattacken Bahn brechen. Ich höre es tatsächlich in letzter Zeit sehr oft. In meinen Augen kann der Weg zur Heilung dabei nur nach innen gehen.

Nur leider ist es gar nicht so einfach, von diesem inneren Schutz abzulassen. Denn würde man sich einfach nur öffnen, wäre man in beide Richtungen durchlässiger, als Hochsensibler würde man gute und schädigende Energien aufnehmen. Man braucht vielmehr eine selektive Öffnung, die einen gegen Fremdenergie schützt und dabei erlaubt, seine feinen Sinne zu verwenden. Auch dies war im Rahmen meiner eigenen Gesundwerdung ein wichtiger Schritt. Bis zu diesem Zeitpunkt war ich jedoch gar kein spiritueller Mensch und ich wusste nicht, wie ich zu diesem Thema Zugang finden soll. Ich war auch da ein Suchender, habe sehr viel gelesen, mich zeitweise auch ziemlich eingeigelt und nach und nach gelernt, mich auf meinen Instinkt zu verlassen.

Und dann bin ich wie durch ein Wunder auf die wunderbare Britta Trachsel gestoßen bzw. sie auf mich. Sie ist Diplom-Psychologin und mediale Begleiterin und hilft Menschen dabei, ihre Spiritualität und Berufung zu entdecken. Ich habe schon einige sehr bewegende Online-Reisen per Skype mit ihr erlebt und empfinde es als Geschenk, mit ihrer Hilfe Dinge aus früheren Leben und auf Seelenebene bearbeiten zu dürfen. Sie erkennt und löst Verstrickungen, Flüche und andere Anhaftungen, die aus früheren Leben bis in unser heutiges Leben hinein reichen. Denn sie hat die besondere Fähigkeit, Fremdenergien zu finden und aufzulösen, an die ich mich nicht einmal herantrauen würde.

Higher Love Podcast

Sie hat auch einen wunderbaren Higher Love-Podcast ins Leben gerufen, um Menschen dabei zu helfen ihre eigene Spiritualität und Berufung zu finden. Mit dem Podcast möchte sie uns und unsere Seele berühren. Wer Teil der Transformationsreise sein möchte, die unsere Welt wieder zu mehr Einheit bringt, abonniert am Besten direkt den Podcast auf ihrer Seite.

Neben vielen spannenden Interviewpartnern hat sie mich auch für diesen Podcast zu meinem eigenen spirituellen Weg und meiner Hypnoseausbildung interviewt. Das Interview mit mir könnt Ihr ab Montag den 29.06.20. in Ihrem Podcast hören.

Reinkarnationshypnose

Heute habe ich meine Hypnosen ausgeweitet und unterstütze meine Klienten dabei, auch selbst in Wachtrance Themen aus früheren Leben anzuschauen und aufzulösen. Weitere Informationen dazu findest Du in einem gesonderten Beitrag über die Reinkarnationshypnose.

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.