



Deutsche Gesellschaft für Präventivmedizin und Präventionsmanagement e.V.

c/o Dr.med. K. Schnack
Hirschweg 15 • 78476 Allensbach/Bodensee
Tel.: 07533 935222 • E-Mail: info@dgppev.de • www.dgppev.de

Mitteilung des Vorstandes

Wir wünschen allen Mitgliedern und Lesern ein schönes 2019 mit hoffentlich viel Zeit für die eigene Gesundheit.

Liebe Mitglieder/-innen der DGPP e.V.,

dank der sehr guten Organisation unserer Schatzmeisterin Dr. med. Kirsten Schnack können wir unsere diesjährige ordentliche **Mitgliederversammlung am Sonntag, 17. März 2019, von 10.00-13.00 Uhr im Hotel St. Elisabeth, Clubraum, Kloster Hegne Konradinstraße 1, 78476 Allensbach-Hegne, Tel.: 07533 / 9366-2000** durchführen.

Am Samstag 16.03.2019, 18.30 Uhr, findet auf Einladung der DGPP ein gemeinsames Abendessen im Hotel St. Elisabeth statt. Die Mitgliederversammlung findet anlässlich der **Gesundheitstage Konstanz** (16.-17.03.2019, Bodensee-forum Konstanz, Reichenaustrasse 21, 78467 Konstanz) statt. **Prof. Dr. med. Gerd Schnack**, Ehrenpräsident der DGPP, wird dort am 16.03. um 16.00 Uhr einen Vortrag

zum Thema **„Die richtige Stressantwort heute für ein Leben in Gesundheit morgen“** halten und an der anschließenden Podiumsdiskussion, die von SWR4 übertragen wird, teilnehmen. Unsere Mitglieder erhalten kostenlosen Zugang zur Messe und dem Vortrag von Prof. Schnack. An den Infotischen der DGPP (Eingangsbereich und vor dem Vortragsraum) können Flyer unserer Mitglieder ausgelegt werden. Bitte mit Dr. Kirsten Schnack absprechen.

Wir wünschen allen Mitgliedern eine gute Anreise.

Eine offizielle Einladung (einschl. Tagesordnung) wird termingerecht an alle Mitglieder versandt.

Leser/-innen, welche Mitglied in der DGPP e.V. werden möchten, bitte ich einen Blick auf unsere Website zu werfen und mit unserer Geschäftsstelle Kontakt aufzunehmen.

Dr. Dieter Riebe, Präsident der DGPP e.V.

Neues aus der Wissenschaft

Kinder in Deutschland bewegen sich weniger als Gleichaltrige in anderen Ländern

Bewegungs-Zeugnis 2018 zur körperlichen Aktivität von Kindern und Jugendlichen (Quelle: www.stiftung-gesundarbeiter.de)

2018 stellte die weltweite Untersuchung der „Active Healthy Kids Global Alliance“ ein „Bewegungszeugnis“ für Kinder und Jugendliche aus und ermöglichte einen Vergleich zu 49 Staaten auf 6 Kontinenten. Deutsche Kinder und Jugendliche bewegen sich laut dieser Studie deutlich weniger als Gleichaltrige in vielen anderen Ländern.

9 Forschungseinrichtungen unter der Leitung von Yolanda Demetriou, Professorin für Sport- und Gesundheitspädagogik an der Technischen Universität München (TUM), werteten im Rahmen „Active Healthy Kids Germany“ wissenschaftliche Studien und weitere Quellen wie Berichte von Ministerien aus.

Deutschland erhielt für die Kriterien „Körperliche Aktivität insgesamt“, „Sitzendes Verhalten“ und „Aktives Spielen“ lediglich die Note 4-.

Nur 22% der Mädchen und 29% der Jungen im Alter von 3-17 Jahren erreichen die Empfehlungen zur körperlichen Aktivität der WHO (Weltgesundheitsorganisation). Die

WHO empfiehlt für Kinder und Jugendliche täglich 60 Minuten moderate bis intensive körperliche Aktivität und mehrere Stunden leichte körperliche Aktivität.

80% der Kinder und Jugendlichen sitzen täglich mehr als zwei Stunden vor Fernseher, Computer oder Handy. 70% ihrer Zeit verbringen Kinder und Jugendliche im Sitzen.

Deutlich aktiver sind Kinder und Jugendliche in afrikanischen Staaten. Aber auch in anderen europäischen Ländern wie England und den Niederlanden sind Kinder und Jugendliche aktiver.

„Gerade für Kinder ist Bewegung unheimlich wichtig. Wer sich als Kind zu wenig bewegt, bei dem besteht ein hohes Risiko, dass er dies auch als Erwachsener tut. Das wiederum begünstigt die Entstehung von Zivilisationskrankheiten wie Adipositas, Herzinfarkt oder Schlaganfall“, sagte die Studienleiterin Yolanda Demetriou.

Dr. Dieter Riebe, Präsident der DGPP e.V.

Schwermetalle und Umweltgifte

Stressbewältigung mit
einer Stoffwechsellkur beginnen





Claudia Rutenkolk

Beginnen möchte ich mit Untersuchungen aus meiner Praxis. Es kamen immer mehr Patienten mit diffusen Beschwerden wie Schlaflosigkeit, Migräne, Erschöpfung, Infektanfälligkeit, Allergien, Magen-Darm-Beschwerden oder Muskel-Gelenk-Beschwerden in meine Praxis. Die Ausprägung der Symptome war für eine eindeutige Diagnose jedoch oft zu gering. Eine große Hilfe war mir die ganzheitliche Analyse mit meinem Bioresonanzgerät¹. Nach einer Messung hatte ich folgende Werte des Patienten vor Augen: Vitalstoffversorgung, Säure-Basen-Haushalt, Belastung durch Schwermetalle und Pestizide sowie Organfunktionszustände (Niere, Leber, Herz-Kreislauf, Lymphsystem, Knochenstoffwechsel etc.). Ein erhöhter Zeit- und Kostenaufwand durch weitere umfassende Laboruntersuchung blieb mir und meinen Patienten erspart.

Bei fast allen gemessenen Patienten lag eine mehr oder weniger ausgeprägte Belastung durch Schwermetalle (insbesondere Blei und Quecksilber), Elektrosmog sowie Pestizide vor. Des Weiteren ergab die Anamnese häufig Hinweise auf eine längerfristige Stressbelastung, in den meisten Fällen durch erhöhten Leistungs- und Termindruck im Alltag oder Beziehungsprobleme bei oftmals fehlendem Ausgleich durch Sport oder Entspannungsverfahren.

Foto: ©Kaspars Grinvalds - Fotolia.com

¹ vieva pro von der Firma Vitaltuning

Industrielle Emissionen durch Erzhütten (Kohle-/Müllverbrennungsanlagen, Metallverhüttung)	Blei, Cadmium, Quecksilber, Arsen, Thallium
Elektroindustrie	Cadmium, Aluminium, Kupfer, Silber, Molybdän, Mangan
Stahlproduktion	Chrom, Cadmium, Kobalt, Molybdän, Mangan
Bautechnik	Blei, Aluminium
Verpackungsindustrie	Aluminium
Petrochemie	Cadmium, Blei, Chrom
Glasproduktion	Chrom, Arsen, Cadmium, Kobalt
Textilindustrie	Aluminium, Chrom
Kunststoffindustrie	Blei, Chrom, Antimon, Nickel
Legierungen	Blei, Aluminium, Arsen, Chrom, Kupfer, Antimon, Kobalt, Palladium, Zink, Zinn
Keramikindustrie	Blei, Chrom, Cadmium, Kobalt
Farben, Grundierungen	Chrom, Blei, Cadmium, Antimon, Kobalt, Nickel
Holzschutzmittel	Quecksilber, Arsen, Kupfer, Zinn
Pestizide	Arsen, Quecksilber
Düngemittel	Cadmium
Trinkwasserleitungen	Kupfer, Aluminium, Blei (Altbauten)
Zahnmaterialien	Quecksilber, Kupfer, Chrom, Gold, Palladium, Silber
Kosmetika	Aluminium
Tabak	Cadmium
Schmuck, Münzen	Nickel, Kupfer, Platin, Zinn, Gold
PVC	Arsen, Cadmium, Kupfer, Nickel, Quecksilber
Fisch, Meeresfrüchte	Quecksilber, Arsen, Kupfer, Zink, Zinn
Lebensmittelzusatzstoffe (Farbstoffe, Konservierungsstoffe)	Aluminium, Silber, Kupfer, Titan
Konserven, Fertigwaren	Aluminium, Blei, Zinn
Wurzelgemüse	Cadmium
Hülsenfrüchte	Blei, Aluminium, Mangan, Molybdän
Nüsse	Aluminium, Chrom, Kupfer, Kobalt, Nickel, Mangan
Innereien	Cadmium, Chrom, Kobalt, Molybdän
Fleisch	Kupfer, Zink
Gewürze	Chrom
Kakao	Kupfer, Nickel

1 Belastungsquellen Schwermetalle (Quelle: Fachinformation 0095: Schwermetallbelastungen, Ganzimmun Diagnostics AG)

Mein Bioresonanzgerät hat noch einen besonderen Vorteil: neben den bereits oben erwähnten Biofeedback-Daten misst es gleichzeitig die Herzratenvariabilität (HRV). Als HRV wird die Fähigkeit des

vegetativen Nervensystems bezeichnet, die Frequenz des Herzschlags ständig an die aktuellen Erfordernisse anzupassen. Die HRV ist ein Spiegelbild der unbewusst ablaufenden Vorgänge im Körperinne-

ren und reagiert auf innere sowie äußere (Stress-)Belastungen.

Prof. Dr. Thomas Mengden beschreibt die Bedeutung einer großen HRV wie folgt: „Eine große Herzratenvariabilität deutet auf ein gut funktionierendes Nervensystem sowie auf einen gesunden und leistungsfähigen Körper hin.“ Bei einer großen HRV befinden sich die Aktivitäten der Antagonisten Sympathikus – Parasympathikus in unserem Vegetativum im Gleichgewicht. Das eigene Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder für Erschöpfungszustände kann anhand der HRV frühzeitig erkannt werden. Eine gezielte Stärkung des Parasympathikus rückt dann in den Fokus der Behandlung, wenn der Körper durch Dauerstress eine erhöhte sympathikotone Aktivität aufweist (niedrige HRV).

In meiner Praxis setzte ich diesbezüglich u.a. folgende Verfahren ein: Verbesserung der Schlafqualität z.B. durch Schlafplatzsanierung (Abschirmung von Elektrosmog) und Klopfakkupressur (Mentalfeldtechniken nach Dr. D. Klinghardt), Atmung aus dem Bauchraum, Gedankenhygiene durch Achtsamkeitstraining, Glaubenssatzarbeit. Bioresonanz dient in meiner Praxis durch ihre Biofeedback- und HRV-Werte auf effiziente Weise zur Burnout-Prävention.

Der Stoffwechsel leidet bei Dauerstress zuerst

Häufig traten laut meinen Messungen Schwermetall- und Pestizidbelastungen zusammen mit einer Neigung zu Fettleber, Harnsäureüberschuss, Knochenstoffwechselstörungen, Übersäuerung des Extrazellulärraumes oder Störungen des Lymphsystems auf. Zu meinem Erstaunen zeigten viele der unter 20-jährigen Patienten Tendenzen zu einer verminderten Knochensubstanz. Durch die Bioresonanz-Messungen konnte ich Stoffwechselblockaden teilweise gekoppelt mit Überlastung der Entgiftungsorgane Leber und Niere rasch erkennen.

Stoffwechsel-bezogene Messungen im extrazellulären Raum sind mit der Bioresonanztechnik sehr empfehlenswert, da dort die Werte nach dem Stoffwechselprozess gemessen werden, quasi nach

→ Claudia Rutenkolk

Die Deutsch-Japanerin, Jahrgang 1977, ist Heilpraktikerin und legt in ihrer Naturheilpraxis den Schwerpunkt auf Stressbewältigung mithilfe (Psycho-)Kinesiologie und Infusionstherapie. Nachdem Sie die Zusammenhänge zwischen Dauerstress, Schwermetallen, Umweltgiften und Stoffwechselstörungen erkannte, arbeitet sie derzeit bei Dauerstress überwiegend nach dem Konzept der zielgerichteten Prävention: nach der Bioresonanz-Messung mit dem viera pro (Vitaltuning) erfolgt die Ausleitungs- bzw. Aufbaukur ganz gezielt. Die natürlichen Arzneimittel testet sie mithilfe der Kinesiologie bei jedem Patienten individuell auf deren Effizienz und Verträglichkeit. Mit dem viera pro können Therapien durch Vergleichsmessungen auf deren Wirksamkeit überprüft werden. Sie hält Vorträge zum Thema Metabolische Stress-Regulation und führt in Apotheken Gesundheits-Messaktionen durch.



Kontakt: rutenkolk@ansoku.de

dem Motto: „Was kommt nach den Stoffwechselforgängen überhaupt bei der Zelle an?“. Der britische Aluminium-Experte, Prof. Christopher Exley, rät explizit dazu, Aluminiumwerte im extrazellulären Raum zu messen, um einen Langzeit-Diagnose-Wert zu bestimmen.

Prof. Dr. Dr. J. Schole und Dr. W. Lutz beschreiben in ihrer fachübergreifenden Analyse „Regulationskrankheiten“ u.a. folgende Ursache von Stoffwechselstörungen:

- ▶ Bewegungsmangel und
- ▶ dauerhafter Stress.

Schole und Lutz erkannten, dass die Stoffwechsellage von der Konzentration der drei Komponenten Corticosteroide, Schilddrüsenhormone (T3/T4-Thyroxin) und anabole Peptide (u.a. das Hormon STH) abhängt. Die Bildung der drei Komponenten wiederum unterliegt prinzipiell der jeweiligen Aktivität des Energie- und Synthesestoffwechsels im Zellkern. Schadstoffbelastungen aus der Umwelt (Toxine), Zigarettenrauch, Alkoholkonsum oder durch übermäßigen Verzehr von Kohlenhydraten gekennzeichnete Ernährungsgewohnheiten erhöhen grundsätzlich die Gefahr einer anabolen bzw. katabolen Stoffwechsellage im Organismus. Arteriosklerose, Magengeschwür oder Tumoren sind nur einige Beispiele von den vielen möglichen Krankheitsbildern.

Allein die heutzutage weit verbreitete ständige Hektik und Reizüberflutung im Alltag, Schole und Lutz sprechen von „Psycho-Stress“, können katabole Stoffwechsellagen begünstigen; und diese werden umso wahrscheinlicher, je mehr Belastungsfaktoren (Bewegungsmangel, Noxen) hinzukommen: eine katabole Entgleisung bedeutet, dass eine übermäßige Radikalbildung des Energiestoffwechsels zum Zusammenbruch des Synthesestoffwechsels (anabole Peptide) führt. Mögliche Symptome sind dann Anergie (Burnout-Depression) oder degenerative Erkrankungen wie Arthrose oder Osteoporose.

In anderen Fällen kann eine anabole Entgleisung als Folge einer ständigen Überforderung des Organismus (z.B. durch STH-Überschuss und Mangel an Corticosteroiden/Adrenalin/Tyroxin) vordergründig auftreten. In einer solchen anabolen Stoffwechsellage können sich akute Allergieschübe, generelle Entzündungsneigung (z.B. Darmentzündungen) oder autoimmune Erkrankungen wie Multiple Sklerose oder Hashimoto-Thyreoiditis häufen.

Stressbegriff

Viele meiner Patienten nehmen Stress nicht bewusst wahr und assoziieren ihre körperlichen Beschwerden nicht mit selbigem. Eine gängige Definition von Stress ist äußerst schwer, da das Stressempfinden einer jeden Person individuell unterschiedlich ist. Stress hat auch eine positive Seite, da man nur durch körperliche Anspannung auch eine gewisse Gefahrensituation bzw. Anforderung überwinden kann. Wenn nach der Anspannungsphase die Entspannungsphase erfolgt, sind Gesundheitsbelastungen unwahrscheinlich. Hier verdeutlicht das Bild unseres Vorfahren aus der Steinzeit, der auf die Bedrohung durch den Säbelzahniger entweder mit Flucht oder Angriff (Sympathikus-Aktivität) reagiert, den Wirkmechanismus von Stress. Ist die Gefahr vorüber, stellt sich im Körper wieder die Entspannung ein (Parasympathikus-Aktivität).

Doch heute gestaltet sich Stress meist auf andere Weise. Ein Beispiel: Die „Bedrohung“ durch den eigenen Chef kann man weder durch Flucht noch durch Angriff überwinden – mit der Folge, dass es bei fehlender Entspannung der Situation zu Dauerstress mit körperlichen Auswirkungen auf neuroendokriner Ebene kommt.

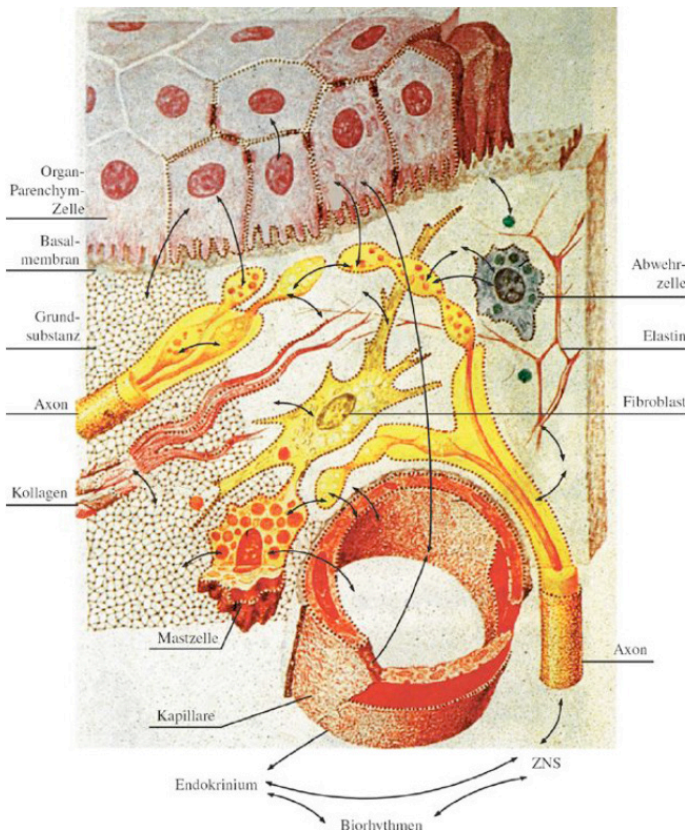
Dr. Wolfram Kersten, Spezialist für Stress-Medizin, definiert Stress als „Hyperaktivität des Zentralnervensystems“ verbunden mit einem neuronalen Energiemangel (ATP-Mangel). Als Folge können Entgleisungen auf der Ebene des sympathischen Nervensystems (z.B. Sympathikotonie) und der neuroendokrinen Regulation auftreten (z.B. Serotonin-Mangel).

Stressursachen

Es gibt viele unterschiedliche Stress-Quellen, so u.a.

- ▶ Termin- und Leistungsdruck
- ▶ Sozialer Stress: u.a. Beziehung, Mobbing
- ▶ Äußere Stressoren: u.a. Lärm, Umweltgifte, Schwermetalle, Elektrosmog
- ▶ Unbewusste Stressoren: u.a. Perfektionismus, Antizipierter Stress
- ▶ Traumatische Erfahrung: u.a. Krieg, Missbrauch

Die Konstellation von Stressursachen und die Stress-Resistenz sind individuell ebenfalls sehr unterschiedlich. Gerade die unbewussten Stressoren, die bis zu 70% aller Stressursachen ausmachen können, sind ein wichtiger Fokus der Therapie in meiner Praxis. Deren Ursprung können in der Kindheit bis hin zur pränatalen Phase des eigenen Lebens liegen. Der Nachteil: Un-



1 Das System der Grundregulation (Quelle: Heine et. al)

bewusster Stress ist nicht sofort und unter Umständen nur mit Hilfe eines Therapeuten erkennbar. Dennoch wird der Körper unentwegt durch unbewusste Stressoren belastet.

Einige konkrete Beispiele: Perfektionismus entsteht vorwiegend bei demjenigen, der als Kind nur durch die Erbringung von Leistung Anerkennung von den Eltern bekommen hat. Antizipierter Stress bedeutet, dass eine Person bereits Angst vor Jobverlust hat, obwohl der Job noch nicht verloren ist oder die Angst vor Trennung besteht, obwohl es noch keine Trennung gab. Bestehen unbewusste Stressoren, arbeite ich mithilfe der Kinesiologie an den Glaubenssätzen der Patienten und bearbeite Traumata z.B. anhand von Psychokinesiologie oder Mentalfeldtechnik.

Metabolische Stress-Regulation

Umweltschadstoffe setzen sich bevorzugt im Bindegewebe ab, im sog. Pischinger-Raum, zu dem sie über das Kapillarsystem gelangen. Neben Schwermetallen und Pestiziden werden vorwiegend Säuren, Agrargifte sowie Chemikalien aus der (Nahrungsmittel)Industrie im Pischinger-Raum abgelagert. Der Pischinger-Raum umfasst laut Heine et. al. in „Das System der Grundregulation“ Endstrombahn (Kapillaren, Lymphgefäße), Grundsubstanz, terminale vegetative Axonen, Bindegewebszellen (Mastzellen, Abwehrzellen, Fibroblasten usw.) und Organparenchymzellen. Das „Grundgewebe“ ist laut Heine et al. bei

Krankheitsgeschehen primär belastet und spielt bei Heilungsvorgängen eine wesentliche Rolle.

Je mehr Ablagerungen im Pischinger Raum vorhanden sind, desto größer sind die Störungen von Zellprozessen. Ein Therapieverfahren, um die Ablagerungen aus dem Pischinger-Raum zu lösen, ist das Stoffwechselregulationskonzept der Firma Pflüger. Die herausragende Effizienz dieser Therapiemaßnahme ließ sich sehr zur Freude meiner Patienten nach der Therapie anhand des Bioresonanzgeräts nachmessen.

Dabei werden Rechtsmilchsäure und Derivatio als Basismittel eingesetzt, die bestenfalls als Infusion verabreicht werden, um die größtmögliche Wirkung erzielen zu können.

Im Körper fungiert die Milchsäure als ein Zwischenprodukt des Kohlenhydratstoffwechsels. Es gibt die rechts- und die linksdrehende Milchsäure.

Die rechtsdrehende Milchsäure ist die für den Menschen physiologische Milchsäure, die vor allem bei der Glykolyse entsteht. Nur sie kann für den Energiestoffwechsel im menschlichen Organismus sinnvoll verwendet werden. Sie wird weiterverarbeitet, d.h. entweder zu Zucker oder zu Glykogen umgewandelt oder über die Atmung zu Kohlensäure und Wasser abgebaut. Rechtsmilchsäure wirkt durchblutungsfördernd, entgiftend und schmerzstillend. Vor allem sorgt sie u.a. für die Normalisierung des pH-Wertes des Blutes und trägt damit auch zur Normalisierung der Enzym- und Hormonaktivität bei. Sie verbessert die Fließgeschwindigkeit in den Blut-, Lymph- und Liquorsystemen und unterstützt die Auflösung von Stauungen, Verhärtungen, Ablagerungen im Bindegewebe. Eine große Aufgabe hat die Rechtsmilchsäure in der Neutralisierung der Linksmilchsäure.

Die linksdrehende Milchsäure entsteht bei Gärungs- und Fäulnisprozessen im Körper und kann nur schwer verstoffwechselt werden. Fehlt die rechtsdrehende Milchsäure zur Racemisierung (Neutralisierung), kann es verstärkt zu Ablagerungen im Gewebe oder zu Erhöhung von Harnsäure- sowie Cholesterin-Werten kommen. Linksmilchsäure kann degenerative Veränderungen vor allem im Bindegewebe begünstigen. Auch eine Gerinnung des Fibrinogens in den Blut-, Lymph- und Liquorsystemen kann mit einem dauerhaften Überschuss an Linksmilchsäure einhergehen.

Das Komplexmittel Derivatio wird neben der Rechtsmilchsäure eingesetzt, um die Ausleitungsorgane Haut, Blase, Niere, Lunge, Magen, Darm, Leber, Galle und Lymphsystem bei ihrer ausleitenden Tätigkeit zu unterstützen, denn sind diese Ausscheidungsorgane überlastet, kann es während der Therapie zu unerwünschten Beschwerden als Nebenwirkung kommen. Derivatio wirkt außerdem Schwermetall-ausleitend. Je nach individuellem Bedarf können weitere Mittel kombiniert werden: hat ein Patient z.B. Bedarf zur zusätzlichen Leber-, Nieren- oder Nerven-Stärkung, können der Infusion weitere Komplexmittel wie Hepar Hom, Calculi oder Nervoregin hinzugefügt werden.

Eine Heilreaktion kann nach der Infusion prinzipiell auftreten, sollte aber nicht länger als drei Tage andauern und im erträglichen Maße stattfinden. In den meisten Fällen kommt es zu

vermehrter Ausscheidung über Niere und Darm, aber auch Kopfschmerzen sind möglich. Es ist während der Therapie unbedingt ratsam, die Trinkmenge (idealerweise stilles Wasser) zu steigern auf 2-3 Liter pro Tag, um die Ausscheidungsreaktion zu unterstützen. Bei Neigung zu Gichtanfällen sollte vor der metabolischen Stoffwechselregulation die Nierenfunktion z.B. über spezifische Laborwerte überprüft werden. In speziellen Fällen hat sich die zusätzliche Einnahme von Chlorella bewährt. Eine Nebenwirkung wegen Überdosierung von Rechtsmilchsäure ist bisher nicht bekannt, da jede freie rechtsdrehende Milchsäure in der Leber zu Glykogen umgebaut wird.

Fazit

Schwermetalle und Umweltgifte belasten den menschlichen Körper grundsätzlich als äußere Stressfaktoren und können zu Stoffwechselentgleisungen führen. Aufgrund der mangelhaften Kennzeichnung der Lebensmittel durch die Nahrungsmittelhersteller oder der erhöhten Verwertung von Chemikalien sowie Schwermetallen in der Industrie kann sich aktuell kaum mehr jemand dieser äußeren Stressoren entziehen. Insbesondere bei Stressbewältigungsmaßnahmen sollte eine Schwermetallausleitung nebst Stoffwechselkur daher nicht fehlen. Idealerweise in der Stress-Resistenz-Phase, aber auch beim manifesten Krankheitsbild (u.a. Burnout, Fibromyalgie), sind eine Schwermetallausleitung und Stoffwechselkur besonders ratsam.

Patienten berichteten mir nach der metabolischen Stressregulation, dass sie sich als energievoller empfinden. Gleichzeitig fühlen sich viele motiviert, um Anforderungen in ihrem Alltag weiter anzupacken. Ein gestärkter Körper führt auch zu einem gestärkten Geist. Typische Stressbeschwerden wie Migräne, Erschöpfung, Allergien, Infektanfälligkeit, Schlaflosigkeit oder Muskel-Gelenk-Schmerzen verbesserten sich bei vielen Patienten durch eine metabolische Regulation erheblich. Keinesfalls möchte ich damit sagen, dass die Stresstherapie alleine auf der körperlichen Ebene langfristig wirkungsvoll ist. Idealerweise erfolgt eine Behandlung von Körper und Geist Hand in Hand.

healthstyle 

Lehr- und Lernmittel-Vertrieb Sieber

WARNKE-DVD-„Seminar-Bibliothek“

Dr. Warnke hat alle wichtigen und aktuellen Themen in verschiedenen Tages-Seminaren erschöpfend und wissenschaftlich fundiert dargestellt. Das jeweilige Seminar wurde komplett mit Bild und Ton aufgenommen, aufwändig bearbeitet und kann so als Lehr- und Lernhilfe alles zum Thema zeigen, wie wenn man dabei gewesen wäre. - Die Gesamt-Übersicht wird gerne auf Anfrage zugeschickt.



Die Themen sind:

- Nährstoffe
- Elektro/Magnetosmog und Kommunikationsfunk sind Krankheitstreiber
- Nahtod-Erfahrungen erfordern ein neues Weltbild
- Alchemie
- Interwelt - die Quelle aller Dinge
- Älter werden - jung bleiben
- Wie die natürliche Physiologie Tumorwachstum verhindert
- Wasser ist weit mehr als nur Lebensmittel
- Die Öffnung des 3. Auges (Auge des Horus)
- Intuition und Spontaneinfälle

Störfeld und Herd im Trigemusbereich - Ernesto Adler

Ihre Bedeutung für die ärztliche und zahnärztliche Praxis

VIII/376 Seiten, 278 Abb. (teilweise 4-farbig), kart., € 49,95 (ISBN 3-00-013678-9)

Als international bekannter und anerkannter Zahnarzt und Stomatologe, sowie Spezialist für Herdforschung, hat hier der Autor in einer neuen Auflage mit dem zusätzlichen und hochaktuellen „Anhang: Weisheitszahn...“ das lange vergriffene Werk wieder zugänglich gemacht.

Interessante Zusammenhänge über den „Oberen und unteren Weisheitszahn“ (III. Kapitel), außergewöhnliche Krankengeschichten im Kapitel V: Zysten und „verlagerte“ Zähne oder das spannende Kapitel VIII: Kieferhöhle – Ostitiden usw., bis hin zu dem aktuellen Kapitel XXII: Weisheitszahn – Unglückszahn, sind eine Fundgrube an Informationen, praktischen Erfahrungen und Aussagen, die heute aktueller denn je sind, und zusätzlich zum Nachdenken anregen werden.

In dem Buch kommt aber auch zum Ausdruck, dass auch der aufmerksame Zahnarzt in der Lage ist, klinische Beobachtungen über sein eigenes Fachgebiet hinaus zu machen und Zusammenhänge zu erkennen, die weit über sein unmittelbares Arbeitsgebiet hinausgehen.

Zusätzlich macht sich positiv bemerkbar, dass die Dramatik der behandelten Materie durch den flüssigen Stil, die elegante und z.T. humorvolle Stilistik des Verfassers so deutlich entspannt wird, dass es sich wie ein spannender Roman oder Krimi lesen lässt.

Zu bestellen über:

Lehr- und Lernmittel-Vertrieb Sieber
Dietmar Sieber, Franz-Liszt-Str. 18, 69214 Eppelheim,
Telefon 06221-75 95 631, Fax 06221-75 95 632,
Mail: d.sieber@t-online.de, www.seminarservicesieber.de

