

Dein Immunsystem...

Das körpereigene Abwehrsystem ist direkt gekoppelt an den inneren Zustand des Menschen.

Säuglinge werden i.R. mit einem perfekt ausgestatteten Abwehrsystem des Körpers geboren, welches ihnen hilft, durch die körpereigene Immunabwehr, krankmachende Keime zu zerstören. Entzündungen regen die körpereigene Abwehr an und sind ein sinnvoller, physiologischer Abwehrvorgang. Und viele Immunreaktionen laufen bei Fieber, also einer erhöhten Körpertemperatur des Organismus besser ab (Menche, 2020, S. 238).

Babys und Kleinkinder müssen sich zudem im Laufe ihrer Entwicklung mit fremden Keimen auseinandersetzen und mit Erregern in Kontakt kommen, um ihr Immunsystem zu trainieren. So sind häufige «banale» Infekte nicht ein Zeichen eines schlechten Immunsystems, sondern: «...in aller Regel Ausdruck der immunologischen Lernphase eines funktionierenden «trainierenden» Immunsystems» (Menche, 2020, S. 242).

Ein starkes Immunsystem kann sich normalerweise durch das In Kontakttreten und Auseinandersetzen mit Keimen, oder zum Beispiel einer Herdenimmunisierung herausbilden. Wird das unterdrückt, vermieden oder bekämpft, kann sich der Mensch nicht stärken. Problematisch ist, dass Keime die bekämpft werden, umso stärker werden. Das kann im Spital beobachtet werden (nosokomiale Infekte): wo die Bekämpfung von Keimen sehr stark ist, bilden sich resistenter Keime aus, die für den Menschen ernsthaft bedrohlich werden können.

Weiter bieten unsere körpereigenen Schutzbarrieren, zum Beispiel die Haut und Schleimhäute, einen guten Schutz vor krankmachenden Keimen – Händewaschen reicht völlig aus. Durch ständiges Desinfizieren zerstören wir z.B. den natürlichen Säureschutzmantel der Haut, die Hautflora und die Abwehrkräfte der Haut, zudem wird sie rissig und trocken, was das Eindringen von Keimen noch begünstigt...

Und als wichtigster Punkt: Angst, Stress, Kummer oder Sorgen und vieles mehr... haben einen grossen Einfluss auf unsere Gesundheit, sprich auf unsere Anfälligkeit für Krankheiten. Durch ein inneres Ungleichgewicht wird der Mensch in seiner Lebenskraft geschwächt. Weder Masken, Impfungen, noch das Vermeiden von Menschen kann dieses innere Ungleichgewicht ins Lot bringen (wohl aber verstärken...), oder die Ursache beheben... Und solange die Ursache vorhanden ist, solange wird der Mensch kontinuierlich geschwächt.

Was jetzt geschieht ist eine Schwächung im Inneren des Menschen (Ängste, Stress, Bedrohung, Distanz) und eine Schwächung seiner natürlichen Abwehrkräfte. Die zusätzliche Bekämpfung der Keime oder deren Vermeidung hat zur Folge, dass diese resistenter und für den Menschen noch bedrohlicher werden können. Besonders in Kombination mit einem inneren Ungleichgewicht wird der Mensch viel anfälliger für Krankheiten.

Für ein gesundes Immunsystem und demnach psychische und körperliche Gesundheit braucht es also die Stärkung von innen heraus – durch eine innere Balance: sprich die Auseinandersetzung mit dem was den Menschen innerlich ins Ungleichgewicht bringt und ein natürliches Auseinandersetzen mit Keimen und Dingen die von aussen an den Menschen heran kommen – äussere Störungen.

«Lass und über Gesundheit sprechen...»

Informiere dich und stelle deine Fragen... Was beschäftigt dich?

In den Kommentaren...

per Mail...

Telefonisch...

Oder Live...

Artgesundheit – eine Lebenskunst
Fachstelle zur Stärkung der Lebenskraft
Rathausgasse 15
3280 Murten
www.artgesundheit.ch
www.info@annina-frey.ch

Ein Angebot der Praxis für klassische Homöopathie
Rolf Aeppli
Alte Freiburgstrasse 5
3280 Murten
www.praxisaeppli.ch
www.praxis.aeppli@bluewin.ch

Quelle: Menche, Nicole (Hrsg.), Biologie, Anatomie, Physiologie. 9. Auflage. 2020. Verlag: Urban & Fischer