

DR. MED. TIM ANDRE ORTH-TANNENBERG

Facharzt für Innere Medizin - Notfallmedizin

61449 Steinbach/Ts., Taunusstraße 1

Telefon: 06171-72144, Telefax: 06171-98 04 96, e-mail: Praxis@Dr-med-Orth.de

Liebe Patienten,

Sie haben sich für die Sauerstoff-Ionen-Therapie entschieden (Inhalationstherapie).

Die folgenden Informationen können für Sie hierzu interessant sein:

SAUERSTOFF-IONEN-THERAPIE

hilft bei vielen Krankheiten und Beschwerden

Viele Menschen leiden an einer Sauerstoffunterversorgung der Körperzellen. Falsche Ernährung, Bewegungsmangel, Nikotin- und Alkoholmissbrauch, Arzneimittelkonsum und Stress sind nur einige Gründe die den Zellstoffwechsel erheblich beeinflussen. Hinzu kommt, dass die Atemluft in den Innenstädten und Industriezentren nicht oder nur gering negativ ionisiert ist und ist daher für unsere Gesundheit nahezu ungeeignet. Durch die vorgenannten Faktoren kommt es häufig zu einer Verengung der Blutgefäße. Das Blut kann nicht mehr genügend Sauerstoff, Nähr- und Vitalstoffe durch die Arterien in alle Bereiche des Körpers transportieren. So kann die Energiebereitstellung für die Körpertemperatur, Muskelkraft und das gesamte Immunsystem nicht mehr aufrechterhalten werden. Die Ioneninhalation kann als eigenständige Therapie zur Gesunderhaltung und Krankheitsvorbeugung sowie als begleitende Therapie bei der Bekämpfung von chronischen oder akuten Krankheiten eingesetzt werden.

Einsatzgebiete in der Prophylaxe:

- Förderung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit
- Erhöhung des Auffassungsvermögens und der Merkfähigkeit
- Steigerung der Konzentration
- Konditionierung bei beruflichem Stress (Aufbautraining für Manager)
- Verbesserung der Kreislaufstabilität
- Stabilisierung des Blutdruckes
- Stärkung der Immunabwehr (Krebsvorbeugung)
- Herabsetzung der Anfälligkeit gegenüber Krankheiten
- Beschleunigung der Genesung nach Krankheiten und Operationen
- Erhöhung der Leistungsfähigkeit bei Sportlern (Höhentraining)

In unserer Praxis wird die Sauerstofftherapie wie folgt durchgeführt: An 10 bis 18 aufeinanderfolgenden Tagen wird täglich 30 Minuten lang ionisierter Sauerstoff über eine Inhalationsmaske eingeatmet. Inhalationspausen am Wochenende sind zulässig. Während der Inhalation werden leichte Bewegungsübungen durchgeführt. Zuvor werden Vitalstoffe (Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Enzyme oder essentielle Amino- und Fettsäuren) zugeführt

Einsatzgebiete bei der Bekämpfung von Krankheiten

- Chronische Herzkrankheiten
- Nachbehandlung von Herzinfarkt
- Herz- und Kreislaufstörungen
- Niedriger und hoher Blutdruck
- Stoffwechselkrankheiten, Osteoporose
- Rheumatische Erkrankungen
- Durchblutungsstörungen
- Kopfschmerzen, Migräne
- Asthma, chronische Bronchitis
- Allergien, Hautausschlag, Neurodermitis, Ödeme
- Verminderte Hörleistung, Tinnitus
- Degenerative Augenerkrankungen, z.B. Maculadegeneration
- Nervenkrankheiten, Depressionen
- Multiple Sklerose, Parese
- Parkinsonsche Krankheit, Polyneuropathie
- Vor- und Nachsorge bei Krebs (OP, Strahlen- und Chemotherapie)

Negative Ionen haben eine hemmende Wirkung auf Viren und Bakterien. Sie sind antiseptisch, dies ermöglicht eine gezielte Behandlung der Atemwege und bietet die Möglichkeit der äußerlichen Hautbefeuchtung zu Wundversorgung nach operativen Eingriffen oder Verbrennungen. Negative Ionen stärken das Immunsystem und verbessern die Stoffwechselfunktion der Kapillaren um die Zellatmung in den Mitochondrien zu gewährleisten. In den Kapillaren findet ein ständiger Stoffwechsel statt. Nährstoffe werden dem Gewebe zugeführt und die Abfallstoffe wieder abtransportiert. Nur mit einem ausgeglichenen Sauerstoff-Ionen Haushalt ist dies möglich. Zudem wird die maximale Sauerstoffaufnahme des Körpers erhöht (vergleichbar mit Höhentraining bei Sportlern), und die Energieversorgung optimiert. Negative Ionen in der Atemluft sind von fundamentaler Bedeutung für alles Leben, sie entscheiden mit über Gesundheit oder Krankheit. Die Gesundheit lässt sich am besten erhalten, wenn man sie pflegt, bevor sie angegriffen wird. Als Prophylaxe wird daher empfohlen, 2mal im Jahr eine Sauerstoff-Ionen-Kur durchzuführen. Eine Kur besteht aus 10 Inhalations-Anwendungen mit je 20 Minuten.

Noch einige zusätzliche Hinweise:

Wichtig sind atemgymnastische Übungen während der Sauerstoff-Einatmung durch die Nase. Man sollte bewußt tief einatmen und etwas länger ausatmen!

Das Ziel: eine optimale Belüftung der gesamten Lunge.

Der nächste Schritt ist dadurch gekennzeichnet, daß der Kreislauf gefördert werden soll. Es geht darum, das man sich sofort im Anschluß an jede Sauerstoff-Sitzung 1/2 bis 1 Stunde aktiv körperlich fordern sollte. D.h., beim Weg zum Auto einmal zusätzlich um den Block laufen, oder wenn es geht, leichtes Joggen, Schwimmen oder den Weg nach Hause zu Fuß antreten. Sollten Sie Raucher /in sein, bitte so lange wie möglich jetzt nicht rauchen.

Machen Sie auch in den nächsten Wochen täglich mindestens einmal, besser zweimal einen Spaziergang von ca. 30 Minuten. Ein Spaziergang sollte alleine sein, der andere in Begleitung eines angenehmen Menschen.

AUSBLICK:

Wenn Sie diese Hinweise konsequent einhalten, ist mit einem nachhaltigen intensiven Erfolg zu rechnen, der 1 Jahr und länger anhalten kann.

Frischen Sie einmal jährlich Ihre Sauerstoff Kur auf!

Noch ein interessanter Hinweis:

In den Anfängen der Raumfahrt stellte der "Astronautenkoller" die Ärzte der NASA vor große Probleme. Erst eine Analyse der Luftverhältnisse in der Raumkapsel ergab einen stark reduzierten Anteil von Ionen. Nachdem der mitgeführte Sauerstoff bei den folgenden Flügen mit Ionen angereichert wurde, taumelten die Astronauten nicht mehr aus der Raumkapsel und konnten ohne fremde Hilfe den Erdboden betreten.