

Jetzt auch alle Ausgaben online lesen! www.alsterrundschau.de

ALSTER RUNDSCHAU

April/Mai 2012

Hamburger



Monatszeitung

Wir haben es:
ein Herz
für Ersthelfer!



Erste-Hilfe-jeden-Tag.de

(040) 38 66 51 47

Vitalmedizin

Moderne Labortests beweisen:

Der Darm entscheidet über Gewicht und Gesundheit

Institut
AllergoSan
www.allergosan.at

Mit Stuhlprofilen werden u.a. getestet: Verdauungsleistung + Darmbakterien, die zu Übergewicht führen können + Entzündungsmarker + Mikroflora + Immunkapazität + Pilze + Schleimhautbarriere + Histamin + Stress-Indikatoren

www.vitalmed-praxis-prassler.de

Telefon 040 - 45 000 897



Heilpraktikerin
Dagmar Praßler
Praxis für Vitalmedizin
www.vitalmed-praxis-prassler.de

Bericht Seite 3

Hilfe kommt aus dem Darm

Leistungskurve im Keller? Allergien, Übergewicht, Rheuma? Viele Erkrankungen sind auf eine gestörte Mikroflora im Darm zurückzuführen. Neue, spezielle Laboruntersuchungen geben hierüber Aufschluss und zeigen auf, welche Probiotika individuell für den Patienten hilfreich sind. Führend in Forschung und Herstellung dieser neuartigen Probiotika ist das Institut Allergosan.

Viele haben schon einmal den Begriff „Darmhirn“ gehört bzw., dass wir auf unseren „Bauch“ hören sollen. Aber ist der Darm auch zuständig für unsere Psyche, Konzentrationsfähigkeit, Gewicht oder Schmerzen? Sind wir ständig erkältet, weil die Darmflora nicht stimmt, und wären wir mit einer gesunden Darmflora Stress-resistenter? Neueste Studien bestätigen dies: Darmschleimhaut und -bakterien bilden wichtige Barrieren gegen krankmachende Mikroorganismen wie Bakterien, Viren oder Pilze, und auch Allergene und Giftstoffe werden hier daran gehindert, in den Körper einzudringen. Die Gesundheit beginnt also im Darm!

Probiotika fürs Immunsystem

Fehlen aber wichtige Darmbakterien, oder ist die Darmschleimhaut aufgrund von Entzündungen zu durchlässig, gelangen krankmachende Stoffe in unseren Körper. Das kann chronische Erkältungen und Allergien auslösen, aber auch altersassoziierte Erkrankungen wie Arthritis, Alzheimer, Arteriosklerose, Osteoporose und Diabetes. Da alle Schleimhäute des Körpers zusammenhängen, ist z.B. der Auslöser für eine rezidivierende Sinusitis meistens eine gestörte Darmflora. Wird jetzt mit Antibiotika behandelt, verschlimmert sich die Situation langfristig. Sind Antibiotika unausweichlich, müs-

sen von Beginn an entsprechende Probiotika (probio = für das Leben) dazu eingenommen werden, sonst werden Darmbakterien vernichtet, die für das Immunsystem wichtig sind.

Darm und Hirn sind immer im Gespräch

Forschungsergebnisse aus dem Institut Allergosan beweisen: Auch unser Gewicht wird wesentlich über den Darm gesteuert. Zum einen verstoffwechseln bestimmte Bakterien Ballaststoffe und sorgen so dafür, dass der Körper mehr Kalorien erhält, als er über die Nahrung aufnimmt. Chronisch Übergewichtige haben eine größere Zahl dieser Firmicuten-Bakterien im Darm als Normalgewichtige (dies lässt sich über eine Stuhldiagnose bestimmen). Zum anderen informieren bestimmte Impulse aus dem Darm das Gehirn über Hunger- und Sättigungsgefühl. Denn unser Darm steuert nicht nur das Immunsystem, sondern mit rund 100 Millionen Nervenzellen auch sämtliche Verdauungsvorgänge.

Laut Allergosan kann der Darm über seine Nervenzellen auch mit dem Gehirn kommunizieren und so etwa Schmerz und Übelkeit hervorrufen oder die emotionale Stimmungslage beeinflussen. Gehirn und enterales Nervensystem verwenden ähnliche Botenstoffe. Zuviel Stress setzt das Immunsystem in Alarmbereitschaft, was wiederum zu einer Veränderung der Darmflora führt, mit allen genannten Konsequenzen. Andersherum sorgen bestimmte Nervenzellen im Darm für eine gestresste Stimmungslage, die in eine Depression übergehen kann.

Gibt es Hilfe?

Ja! Heute können genaue Stuhluntersuchungen detailliert Aufschluss über alle relevanten Fakto-



Dagmar Praßler ist u.a. spezialisiert auf Vitalstofftherapien, die das körpereigene Immunsystem unterstützen.

ren geben, die Ursache sein können für Krankheiten, Übergewicht oder psychische Beschwerden. Allergosan hat auf Basis dieser Stuhlprofile erstmals Probiotika mit exakt den Bakterien und weiteren Stoffen entwickelt, die der Darm und somit der Körper zu seiner Regeneration benötigt. So gibt es das jeweils passende Probiotikum bei Übergewicht, stressgeschädigtem Darm, geschädigtem Immunsystem, chronischen Entzündungen und für Kinder (Neurodermitis, ADHS!) Welches Mittel der Patient benötigt, ergibt sich aus seiner Stuhlprobe. Untersuchungen und Behandlungen finden in der Praxis für Vitalmedizin in Harvestehude statt (Termine nach telefonischer Anmeldung unter 45000897).



Heilpraktikerin

Dagmar Praßler

Praxis für Vitalmedizin

www.vitalmed-praxis-prassler.de

Alsterchausee 25
20149 Hamburg
Tel. 040 - 45 000 897
Fax 040 - 45 000 896