Anzeige

Anzeige

NWZ-Ärztespezial: Der Arzt in Ihrer Nähe

Hier finden Sie Ärzte bzw. Arztpraxen sortiert nach fachlichen Schwerpunkten. Weitere Schwerpunkte können jederzeit ergänzt werden

NWZ WISSEN: DIE GESUNDHEITSREIHE

> Ayurveda

Das Leben strebt immer nach Gleichgewicht. In unserem Leben und Empfinden wird die fragile Balance fortwährend bedroht: sei es im Business. Privatleben oder durch die maßlose Erlebnisdichte, der wir permanent ausgesetzt sind. In seinem Vortrag entführt Dr. med. Ulrich Bauhofer uns in eine spannende Welt voller Antworten. Durch das filigrane Gewebe des Lebens hinein in ein wundersam komplexes Unternehmen: den Mensch. "Eine leise Medizin für eine laute Zeit" nennt der Arzt. Experte für Stress- und Energiemanagement und Bestsellerautor die traditionelle indische Heilkunst, die für mehr Gleichgewicht sorgen soll.

→ @ Mehr Infos unter www.NWZ-Wissen.de www.sprecherhaus.de

Privilegiertes Leben kann auch krank machen

GEHIRN-ERKRANKUNGEN Die Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin und der Naturheilverfahren

OLDENBURG - Depressionen. Alzheimererkrankung, Parkinson und multiple Sklerose sowie das Aufmerksamkeitsdefizitsvndrom sind Erkrankungen, die das Gehirn betreffen. Merkwürdigerweise befinden sich diese Erkrankungen in den Industrieländern auf dem Vormarsch. Wir dürfen also schlussfolgern, dass uns Teile der Errungenschaften, die uns gegenüber der "dritten Welt" und den Schwellenländern als privilegiert auszeichnen, zugleich krank machen.

Unsere moderne Medizin leistet Unfassbares in Bezug auf Untersuchung und Diagnose, und doch sind ihre Möglichkeiten bezüglich der Behandlung dieser "Volksleiden" in der Summe wenig befriedigend. Erkrankte und deren Angehörige wissen in aller Regel, wie die Diagnose lautet, sind aber meist ratlos, was sie selbst tun können, um den Verlauf der Erkrankung mit natürlichen Mitteln günstig zu beeinflussen. In der Chinesi-

schen Medizin und in der Naturheilkunde werden die Erkrankungen des Geistes und der Seele dem "Inneren" zugerechnet, sie treffen "ins Mark". Damit sind sie chronisch und bedürfen der Kräftigung und Nährung mit wertvollen "Essenzen".

Zu diesen Essenzen gehören – neben ausreichend Wasser – zu gleichen Teilen Eiweiß und Fett, denn daraus besteht das Gehirn, das zudem den höchsten Cholesteringehalt aller Gewebe aufweist.

Die Ächtung von Eiweiß, Fetten und besonders von Cholesterin als schädliche Lebensmittel geht an der Realität unseres Körpers und unseres Gehirns vorbei. Eiweiß, Fett und Cholesterin sind die Baustoffe für das Hochleistungsorgan Gehirn.

Dieses ca. 1,25 kg schwere Organ leistet auf seinen 5,8 Millionen Kilometern Streckennetz, auf dem jeder "Bahnhof" mit höchstens vier Mal Umsteigen zu erreichen ist, das, wozu modernste Rechner auf absehbare Zeit nicht annähernd fähig sein werden und stellt dafür bis zu 25 Prozent der Gesamtenergie des Körpers bereit.

Eine eiweiß- und fettarme Ernährung mit hohem Kohlenhydratanteil führt zu einem Mangel an lebenswichtigen Körperbaustoffen und in der Folge zu Funktionsstörungen des Gehirns!

Zudem sollten ganzheitliche Aspekte Berücksichtigung finden. Gehirngerechte Ernährung und gehirngerechtes Verhalten bilden einen gemeinsamen Fokus bei einer medizinischen Betreuung, die den Menschen nicht als wandelndes Chemielabor begreift, sondern als das, was er ist: ein höchst individuelles, fein verwobenes Körper/Geist/Seele-Gefüge mit uralten Bedürfnissen und Erfahrungen.

Die Annahme, dass unser Verstand, das Großhirn, der Herr unseres Tuns und Lassens ist, wurde längst wissenschaftlich widerlegt. Es ist lediglich der imposante, jüngste



AUTOR DIESES BEITRAGS:
Ralph Reck
Arzt für Naturheilkunde
und Chinesische Medizin
Gartenstraße 4
26122 Oldenburg
Tel.: 0441 / 25 8 44

Spross von vier Gehirnen. Das Stammhirn und das Zwischenhirn sind älter und mächtiger. Sie funktionieren reflexartig unbewusst. Zusammen mit der Chemie der Körperbotenstoffe steuern sie uns weitgehend instinktiv und automatisch mit höchster Präzision und lassen das Großhirn und damit auch uns im Glauben, wir hätten wirklich etwas zu melden.

Wenn diese alten Gehirnzentren mit dem Nesthäkchen uneins werden, wenn "Herz" und Verstand auseinander driften, dann herrscht Dissonanz. Im Zweifelsfall erkranken Menschen in solchen Spannungsfeldern. Die moderne Gehirnforschung ist eine der faszinierendsten medizinischen Disziplinen. Wen dieses Wissen kalt lässt, der schläft auch bei Hitchcock ein

■Patientenvortrag am Donnerstag, 10. November, um 18 Uhr; Praxis Gartenstraße 4, 26122 Oldenburg; Referent: Ralph Reck; Thema: "Erkrankungen des Gehirns – das können Sie tun. Aktuelle naturheilkundliche Erkenntnisse, hilfreiche Maßnahmen." Um Anmeldung wird gebeten unter der Telefonnummer: 0441 / 25 8 44. Unkostenbeitrag: 8 Euro.