

Entzündungen sind ein wichtiger Bestandteil unserer Immunantwort – also unseres Körpers. Der Körper heilt mit einer Entzündung (Heilungsprozess) nach einer Verletzung selber. Beschädigtes Gewebe repariert er und verteidigt sich gegen Krankheitserreger. Aber nur, wenn Sie ihn lassen und nicht mit Chemie eingreifen. Auf diese Weise ist eine Entzündung von Vorteil. Entzündungen können jedoch auch gesundheitsschädlich sein, vor allem wenn Sie zu brutal eingreifen und Ihren Körper nicht verstehen. Wenn Sie wissen, was eine Entzündung verursacht, können Sie sich und Ihren Körper schützen.

Es gibt zwei Arten von Entzündungen, akute und chronische. Eine akute Entzündung ist die natürliche Abwehr Ihres Körpers gegen beschädigte Zellen, Bakterien und andere schädliche Eindringlinge. Die Entzündung beginnt schnell, sofort nach dem Ereignis, und hilft dem Körper, sich selbst zu heilen.

Chronische Entzündungen sind systemische, «geringgradige» Entzündungen, die Monate oder Jahre andauern. Es ist die häufigste Ursache für viele gesundheitliche Probleme, auch bereits bevor die Entzündung sicht-, spür- und messbar ist. Tatsächlich können chronische Entzündungen mit fast allen wichtigen Gesundheitszuständen und Krankheiten in Verbindung gebracht werden. Dies ist teilweise auf eine übermässige Produktion von freien Radikalen zurückzuführen, die die Zellen schädigen können, wenn sie nicht kontrolliert werden.

Nicht nur eine Sache verursacht Entzündungen im Körper. Eine entzündliche oder generell ungesunde Ernährung, ein zu hoher Blutzucker und ein Leaky-Gut-Syndrom verursachen chronische Entzündungen. Schlafmangel, chronischer Stress, Umweltgifte und chronische Infektionen sind weitere Faktoren, die zu chronischen Entzündungen führen. Es ist wichtig, diese Faktoren zu verstehen und anzugehen, um eine optimale Gesundheit zu erreichen.

Was ist eine Entzündung?

Entzündungen sind der natürliche Abwehrmechanismus des Körpers. Es ist die Reaktion Ihres Immunsystems auf eine Zellschädigung durch erhöhten Blutfluss,

Kapillardilatation, Leukozyteninfiltration und die Produktion chemischer Mediatoren. (1) Im Wesentlichen ist es eine wahrgenommene Bedrohung oder Verletzung, die eine Entzündung verursacht.

Eine Entzündung ist ein komplexer Prozess, an dem die weissen Blutkörperchen und die von ihnen produzierten Chemikalien wie Antikörper und Zytokine beteiligt sind. Diese werden in das Blut oder in das betroffene Gewebe freigesetzt, um jede Art von fremden Eindringlingen zu bekämpfen. Entzündungen schützen Sie vor feindlichen Mikroben, indem sie Giftstoffe beseitigen und beschädigtes Gewebe reparieren.

Während Entzündungen für Ihren Körper notwendig und sogar nützlich sein können, können sie auch schädlich sein. Entzündungen fungieren je nach Art der Entzündung als „Freund und Feind“ im Körper. Der Freund ist eine akute Entzündung. Der Feind ist eine chronische, «geringgradige», systemische Entzündung. Wobei man das auch wieder nicht so sagen kann. Denn der Körper reagiert nur auf Probleme, die ihn plagen und will eigentlich nur etwas: **HEILEN!** Der Körper will ein Leben lang gesund bleiben oder wieder werden. Die Entzündung ist ein Hilfeschrei Ihres Körpers, damit das Gehirn beginnt zu überlegen und hoffentlich dementsprechend gut reagiert. Leider klappt das fast nie. Das Gehirn will das gesundheitliche Problem mit Chemikalien lösen und ruiniert sich so die ganze Gesundheit von Körper und Gehirn.

Akute Entzündung

Akute Entzündungen sind ein wichtiger Bestandteil Ihres Immunsystems. Es ist die überlebenswichtige Reaktion Ihres Körpers auf Krankheiten oder Verletzungen. Es schützt Sie vor geschädigten Zellen, Viren und Bakterien.

Akute Entzündungen beginnen schnell, normalerweise innerhalb von Minuten und verschwinden in der Regel innerhalb weniger Tage. Mögliche Symptome einer akuten Entzündung sind Schmerzen, Rötung, Schwellung, Hitze und möglicher Funktionsverlust, in schweren Fällen.

Chronische Entzündung

«Niedriggradige», chronische Entzündungen sind systemisch und können Monate oder Jahre andauern. Dieser entzündliche Zustand wird mit einer Vielzahl von Gesundheitszuständen in Verbindung gebracht, darunter metabolisches Syndrom, nicht-alkoholische Fettleber, Typ-2- oder Typ-3-Diabetes, Krebs, Alzheimer und Herzerkrankungen.

Ursachen für solche Entzündungen sind Dinge, die den Körper übermässig belasten. Dies kann körperlichen, emotionalen und chemischen Stress beinhalten. Dadurch werden im ganzen Körper Entzündungsmediatoren produziert, die das Immunsystem überfordern können.

Der anhaltende Entzündungsreiz führt zu einer stärkeren Rekrutierung der weissen Blutkörperchen, einer erhöhten Entzündung und zu Veränderungen der Zellen. Weisse Blutkörperchen greifen schliesslich innere Organe oder andere Gewebe und Zellen an. Diese Entzündungsreaktion setzt sich fort, bis der Faktor, der die Entzündung verursacht, angegangen wird.

Risiken einer chronischen Entzündung

Chronische Entzündungen können Ihrer Gesundheit extrem schaden. Die Forschung zeigt, dass es sich wahrscheinlich um eine ungelöste Entzündungsreaktion in den frühen Stadien der Krankheitsentwicklung handelt.

Chronische Entzündungen sind die zugrunde liegende Ursache für schwere degenerative Erkrankungen wie Herzerkrankungen, Diabetes, Krebs und amyotrophe Lateralsklerose (ALS) (2). Oft ist eine Fettleibigkeit verbunden, die Entzündungen verursachen kann.

Entzündungen können sich auf Ihrer Haut durch sichtbare Alterserscheinungen wie Falten und feine Linien widerspiegeln. Es trägt auch zu entzündlichen Erkrankungen wie [Psoriasis](#), Ekzemen und Akne bei.

Lungen, Nieren und Leber können von einer chronischen Entzündung betroffen sein. Entzündungen in der Lunge führen zu Flüssigkeitsansammlungen und Verengungen der Atemwege. Entzündliche Zytokine schränken den Blutfluss zu den Nieren ein und können zu einer Lebervergrößerung oder einer Fettlebererkrankung führen.

Die Probleme mit chronischer Entzündung

Ihre Knochen können von einer chronischen Entzündung betroffen sein. Entzündungsmarker im Blut unterbrechen den Knochenaufbau (Knochenstärke), den Prozess des Ersetzens von beschädigtem Knochen durch neuen Knochen. Es kann auch die Aufnahme von knochenbildenden Nährstoffen verhindern. Dies kann zu Knochenschwund und fehlendem Knochenwachstum führen, was das Risiko von Frakturen und Osteoporose erhöht.

Proinflammatorische Zytokine verursachen Autoimmunreaktionen im Gehirn. Dies kann zu Depressionen, Autismus, Gedächtnisschwäche und neurologischen Erkrankungen wie der Alzheimer-Krankheit führen (3).

Zahlreiche Autoimmunerkrankungen sind mit chronischen Entzündungen verbunden. Bei Autoimmunerkrankungen löst das körpereigene Immunsystem eine Entzündungsreaktion des eigenen Gewebes aus. Der Körper reagiert, als ob normales Gewebe infiziert wäre und greift dieses Gewebe an. Als Folge entwickeln sich Autoimmunerkrankungen.

Bei all den Gesundheitszuständen und Krankheiten, die mit chronischen Entzündungen verbunden sind, ist es entscheidend, die Faktoren zu verstehen, die eine Entzündung verursachen und verschlimmern.

Welche Faktoren verursachen eine Entzündung?

- ungesunde Ernährung, inkl. Getränke, Zubereitung der Mahlzeiten
- Verschleimung, Verschlackung, Vergiftung und Übersäuerung des Körpers
- Chemische Substanzen (Medikamente), die wir schlucken, spritzen oder auf

die Haut auftragen, Drogen

- *Die modernen D-N/A-Eingriffe (Zensur), *Nanopartikel, mRNA
- Körperpflegeprodukte, Reinigungsprodukte
- Rauchen, Rauch
- Umweltgifte, Pestizide, Herbizide, Schwermetalle, Gifte in Möbeln, Industriechemikalien
- Schimmelpilze
- Bewegungsmangel
- Chronischer Stress, Traumata
- Schlafmangel
- Bakterien, Viren (also Zell- u.a. Abfall) Infektionen, Parasiten, Pilze
- Amalgam und Zahnprobleme

*Bei diesen Auslösern wird es sehr schwierig bis unmöglich zu helfen. Weder wir noch die Schulmedizin kann da helfen. Warum? Diese Spikes und Nanopartikel stecken im Körper fest.

Eine ungesunde Ernährung verursacht Entzündungen durch entzündliche Inhaltsstoffe und einen Mangel an Antioxidantien. Bestimmte Lebensmittel verursachen Entzündungen, indem sie unser Immunsystem anregen. Unser Immunsystem reagiert auf diese Nahrungsmittel mit einer übermässigen Produktion von entzündungsfördernden Zytokinen und einer verminderten Produktion von [entzündungshemmenden Zytokinen](#).

Zytokine sind Proteine, die von Ihrem Immunsystem sezerniert werden und als chemische Botenstoffe fungieren. Sie regulieren die Immunantwort, indem sie die Zell-Zell-Kommunikation erleichtern und die Bewegung der Zellen zu Infektions-, Trauma- und Entzündungsherden stimulieren.

Nahrungsergänzungsmittel zur Reduzierung von Entzündungen

Hier lesen Sie vieles im Internet oder in Büchern. Doch sie nützen nicht viel bis gar nichts. In Nahrungsergänzungen, sowie pflanzlichen oder homöopathischen Mitteln können Inhaltsstoffe enthalten sein, die Entzündungen sogar fördern.

Ganze Nahrung - LEBENSmittel, nicht extrahierte, neu verpackte und vermarktete Nährstoffe, ist die gesunde Grundlage in der Ernährung. Essen Sie zum Beispiel nur den Brokkoli und die Blaubeeren als frische **Lebensmittel** - und keine Brokkoberry-Ergänzung als **Totenmittel**.

Wenn Sie Ihrem Körper ständig künstliche Vitamine zuführen, wird er bald die Kraft verlieren, diese selbst aus der Nahrung herauszuziehen, da er sich auf die künstliche Zufuhr einzustellen beginnt und sich darauf verlässt, sie bereits extrahiert bequemer zu erhalten.

Die Lösung: Stärken Sie Ihr Immunsystem - schwächen Sie es nie!

Das klingt einfach, das ist es auch, wenn das Fachwissen vorhanden ist. Dieses Wissen vermitteln wir unseren Klienten. Bringen Sie viel Verständnis und etwas Geduld für Ihren nach Hilfe schreienden Körper auf. Er wird sich mit Gesundheit bei Ihnen bedanken.

[Ihre Online-Beratung innert 48 Stunden](#)