

Ihr Arzt wird Sie versorgen mit mehreren Medikamenten, die Ihnen helfen Ihr Herz nicht mehr wahrzunehmen, gelöst werden jedoch keine Probleme. Die bequemen Menschen lieben diese Lösung, denn sie müssen ansonsten nichts machen. Nur abwarten bis der Herzinfarkt anklopft. All diese Medikamente verhindern keine Ablagerungen und Verstopfungen/Verkalkungen der Blutgefässe, Herzklappen usw. Gerade beim Gourmet sind oft auch die beiden Halsschlagadern verstopft (Carotis-Stenose) und müssen operiert werden. Und wie Sie vielleicht wissen, kann auch so eine OP tödlich enden.

Was können Sie selber tun, damit es nie soweit kommt?

Eine gesunde Ernährung hilft perfekt, verzichten Sie auf ungesunde Fette und Öle und alles löst sich, wie ein Wunder auf. Natürlich ist das kein Wunder, es ist Natur. Lässt man die Natur in Ruhe und versorgt sie gut, dann wird, resp. bleibt alles gut bis ins hohe Alter.

Zudem suchen Sie Bewegung und nochmals Bewegung, jedoch nicht mit einem übersäuerten und übergewichtigen Körper, das könnte ansonsten zu einem Herzinfarkt führen.

Der Körper freut sich in der Freizeit bewegt und gefordert zu werden. Vor allem auch Ihre Lungen und Ihr Herz.

Die Lungen sind die antreibenden Organe für den Kreislauf und das zirkulierende Blut treibt das Herz an, wie das Regulierventil in einer Maschine. Dass der Strom des Blutes das Herz antreibt und *nicht umgekehrt*, kann man an den folgenden Tatsachen erkennen:

1. Sobald Sie den Luftdruck durch verstärktes Atmen erhöhen, beschleunigen Sie den Kreislauf und somit die Anzahl der Herzschläge.
2. Wenn Sie ein stimulierendes anregendes Gift in den Kreislauf geben (z. B. Alkohol), steigern Sie die Schlaggeschwindigkeit des Herzens. Und wenn sie ein nerven- und muskelbandlähmendes Gift nehmen (z.B. ein Medikament), vermindern Sie sie. Die Ärzte wissen das genau, aber trotz ihres Wissens

zieht man den falschen Schluss. Eine geheimnisvolle Macht am Herzmuskel arbeite und treibt den Blutkreislauf an. (Prof. Ehret)

So oder so, schauen Sie gut zu Ihren Lungen, zu Ihrem Herz und zu Ihren Blutgefässen. Ihr Körper dankt Ihnen dafür.