



Herrlich wieder gut atmen zu können... Sauerstoff lässt den Körper aufleben... Tun Sie alles dafür, dass Ihre Lungen leben können und nicht verschleimen und einschlafen.

Bei allen Lungenerkrankungen: Wieder frei in der Natur atmen können, ohne Hilfsmittel, ohne hoch riskante Basistherapie, ohne Atemtrainer...

Die Grundprobleme und somit die Ursachen einer Lungenerkrankung:

- Rauchen, Umweltgifte, Dämpfe u.a., die wir einatmen.
- Die tägliche Verschleimung des Rachens, der Nebenhöhlen und vor allem der Lungen.
- Ungesunde Bakterien, die sich in diesem Schleim einnisten.
- Mit Maskentragen sorgen Sie dafür, dass vermehrt Bakterien und Nanopartikel in unseren Lungen landen. Sie schützen nicht gegen Viren.
- Mit einem Atemtrainer atmen Sie die verbrauchte Luft und ausgeatmete Bakterien wieder ein.
- Verfettung der Lungen.
- Schwache Atem-/Lungenmuskulatur.

- Sauerstoffmangel.
- Bewegungsmangel.

Folgendes fördert Lungenprobleme zusätzlich

Lungenembolie

- Vitamin-E-Präparate.
- Die Pille.
- Sexualhormone.
- Antibiotika.
- Krebshemmende Mittel.
- Injektion von Kontrastmittel.
- Stiche für einen Schutz, der gar keinen Schutz bietet (Zensur!!!).
- Rauchen.

Lungenentzündung (Pneumonie)

- Blutdrucksenker.
- Antivirenmittel.
- Immunsuppressiva.
- Antibiotika.
- Psychopharmaka.
- Krankenhausaufenthalt / Infektionen.
- Nasentropfen.
- Lebertran.
- Lungenkontrastmittel.
- Erkältungskrankheiten und entsprechende Medikamente.
- Alkohol.
- Pflanzenschutz- u. Wurmmittel.
- Vitaminmangel.

Lungentuberkulose, aktiv.

- Magenoperation und dadurch bedingte Ernährungs-, Vitamin- und Mineralienstörungen, Vitaminmangel.

Asthma, COPD, chronischer Husten, Schlafapnoe, CF zystische Fibrose usw. sind völlige unnötige Erkrankungen und können sofort erfolgreich kuriert werden! Der Körper kann selber heilen, wenn Sie ihn lassen. Ein Besuch in unserer Praxis ist nicht notwendig. Mit einer personalisierten Online-eMail-Beratung, können wir Ihnen sofort und kompetent helfen.

Ein Wort zu den Atemtrainern, egal welches Fabrikat

Bei Atemtrainern (von billig bis sehr teuer), die sehr blumig beworben werden, wird das ausgeatmete CO₂ aus dem durch die Ausatmung sofort feuchten Luftbeutel (Bakterien) zurückgeatmet, was für die Lungen **ungesund** ist, auch wenn dabei noch etwas Frischluft mit eingeatmet wird. Über 6 Milliarden Bakterien von mehr als 700 verschiedenen Arten leben in unserem Mund (Lunge nicht eingerechnet), viele können Krankheiten auslösen. So können sich Bakterien in den Lungen einnisten und zu Lungenentzündungen führen. Orale Bakterien, die wir mit dem Atemtrainer tief einatmen, können in den Blutkreislauf eindringen. Wir kennen das bereits aus chronischen Zahnfleischerkrankungen.

Bei kranken Lungen mit verletztem Lungengewebe, wo die Schleimbildung zum Schutz der Lungen einsetzt, wäre ein Atemtrainer nicht angebracht. Obwohl einige Krankenkassen Atemtrainer zahlen würden, werden sie kaum

von Ärzten verschrieben.

Da sehr oft diese Atemtrainer von Menschen mit starkem Übergewicht angewendet werden, möchten wir zudem warnen. In den Lungen (den Atemwegen) sind Fettablagerungen (Fettwachstum) vorhanden. Wenn es nun zu plötzlichen mehrmaligen starken Dehnungen in der Lunge kommt, was passiert mit dem Fettgewebe? Kann das die Lungen, die Schleimhaut, schädigen? Können kleine oder grössere Einrisse in den Lungen entstehen. Das weiss niemand. Es könnte aber möglich sein.

Einzig beim Schnarchen kann ein professioneller Atemtrainer helfen die Rachenmuskulatur zu stärken. Aber nur bei Menschen, die täglich 5 - 10 Minuten, 3 Monate lang, trainieren. Sind wir ehrlich, wer macht das schon?

Wir empfehlen andere Atemtechniken, die absolut natürlich und schonend sind. Die Atemmuskeln werden trotzdem gefordert und gestärkt.

Es gibt keine Wundergeräte, wie Sie in einem Gesundheits-**Werbe**-Heft von Dr. S. lesen. Das einzige Wunder ist Ihr Körper. Wenn Sie ihm gut schauen, wird alles gut und Sie brauchen solche Geräte nicht. Zielgruppe dieser Werbe-Zeitschrift, das in den Müll gehört, **sind (stark) übergewichtige Stubenhocker, kränklich und schwach, die der Meinung sind, sie können auf dem Sofa, wie in den Artikeln beschrieben, mit 5 Minuten Atemtraining abnehmen.** Nein, das ist absoluter Unfug und dient nur dazu, dass das Gerät besser verkauft werden kann!

Fazit: Kein Tier braucht einen Atemtrainer. Kein Tier atmet die verbrauchte CO₂-Luft beim Ausatmen wieder ein, wie das bei diesem Training gemacht wird. **Ich habe festgestellt, dass ich mich nach 15 Minuten joggen zehnmal besser fühle, als mit 15 Minuten Atemtraining.** Die Vorteile beim Joggen: Freude, frische (Wald-)Luft, Sauerstoff, Bewegung von fast allen Muskeln, Entspannung, Stärkung des Immunsystems, Krebszellen

werden gekillt, löst Verspannungen, durchblutet den ganzen Körper, auch das Gehirn, stärkt die Atemmuskeln und die Psyche uvm. Zudem spürt man den ganzen Tag, dass man etwas gemacht hat.

In einer Studie habe ich folgendes gelesen: Niedriger Sauerstoffgehalt fördert systematische Entzündungen, die wiederum das Wachstum, die Invasion durch die Ausbreitung von Krebserkrankungen fördern. Alles klar. Ich will Sauerstoff in meiner Atmung nicht mit verbrauchter Atemluft gemischt einatmen. **Ich will nur das Beste für meine Lungen.** Das wünsche ich Ihnen auch.



Schauen Sie gut zu Ihren Lungen. Stärken Sie Ihr Immunsystem und stoppen Sie Verschleimungen, auch bei Kindern

Lungenerkrankungen:

COPD, Cystische Fibrose, Asthma, Lungenentzündung, Husten, aber auch Schlafapnoe und Schnarchen, Kurzatmigkeit... kann der Körper selber heilen.

All diese Lungenerkrankungen haben vier grosse Krankheitsquellen:

1. Eine ständige Verschleimung und Verschlackung der Lungen, des Rachens und des ganzen Körpers. Lungen verkleben dadurch. Sogar in Blutgefässen ist Schleim zu finden.

Die Lösung: Stoppen Sie die ständige Verschleimung. Entschleimen und entschlacken Sie nicht nur Ihre Lungen, sondern Ihren ganzen Körper.

2. Ein schlechtes Immunsystem.

Die Lösung: Stärken Sie Ihr Immunsystem.

3. Bewegungsmangel, dadurch verkümmern Lungenmuskeln. Betroffene hecheln nur noch durch ihr stressiges Leben.

Die Lösung: Kommen Sie in Bewegung und stärken Sie mit unseren speziellen Atemtechniken Ihre Atemmuskulatur. Dafür brauchen Sie keine Atemtrainer oder sonstige Geräte.

4. Bei fettleibige Menschen verfetten die Atemwege und die Lungen. Das fördert Asthma und Entzündungen in den Lungen.

Die Lösung: Nehmen Sie ab und erreichen Sie ein normales Gewicht. Das funktioniert nicht mit einem Atemtrainer, egal wie er heisst und was die Werbung verspricht.

COPD heilen: Chronic Obstructive Pulmonary Disease

COPD ist eine chronisch obstruktive Lungenkrankheit, die laut der Schulmedizin nicht heilbar ist. Meist wird COPD durch Rauchen verursacht. Deshalb wird die Krankheit umgangssprachlich oft als „Raucherlunge“ bezeichnet. Erste Anzeichen von COPD sind Auswurf, Husten und Atemnot – durch Verschleimung. Betroffene ignorieren diese Symptome meist relativ lang und gehen erst zum Arzt, wenn die Krankheit bereits weit fortgeschritten ist. Das Lungengewebe ist dann oft schon grossflächig zerstört. Ein Atemtrainer wäre unpassend oder sogar gefährlich!

COPD kann man in 4 Stufen unterteilen:

Stufe 1 (leichte COPD). In diesem Stadium wissen viele Patienten nicht, dass sie an COPD leiden. Sie können jedoch einen anhaltenden Husten oder das Vorhandensein von mehr Schleim beobachten – beide ähneln den Symptomen einer vorübergehenden Erkältung.

Stufe 2 (mässige COPD). Dieses Stadium ist neben anhaltendem Husten und übermässiger Schleimproduktion durch Atemnot gekennzeichnet. Wenn ein Patient zu diesem Zeitpunkt noch keine Diagnose erhalten hat, sollte er die Symptome nicht weiterhin als harmlose Infektionen der Atemwege abtun.

Stufe 3 (schwere COPD). Menschen an diesem Punkt des Fortschreitens leben mit einer signifikant reduzierten Lungenfunktion. Die Atembeschwerden wirken sich auf ihr Leben aus und sie laufen Gefahr, sich akut zu verschlimmern.

Stadium 4 (sehr schwere COPD). COPD-Patienten im Stadium 4 haben den

Höhepunkt der Krankheit erreicht und ihre Lungenfunktion ist extrem beeinträchtigt. Schon ein kurzer Spaziergang durch das Haus kann sie sofort erschöpfen und die mögliche Verschlimmerung kann besonders lebensbedrohlich oder sogar tödlich sein.

Handeln Sie frühzeitig, dann ist die Chance am besten, dass Ihr Körper schnell korrigieren und heilen kann.

Cystische Fibrose (CF) heilen

Die Cystische Fibrose, auch Mukoviszidose genannt, ist eine vererbte Störung des Stoffwechsels. Bei der Krankheit bildet sich zäher Schleim in verschiedenen Organen und beeinträchtigt ihre Funktionstüchtigkeit. Das Hauptsymptom ist ein chronischer Husten mit zähem Auswurf. Die Krankheit ist laut der Schulmedizin nicht heilbar. Wir haben Klienten, die konnten Ihre CF stark verbessern und sogar heilen.

Ob die Krankheit tatsächlich vererbt wird, ist in unseren Augen fraglich. Oft liegt das Problem bei der ungesunden Ernährung während der Schwangerschaft. Medikamente können zudem an der Krankheit beteiligt sein. Spätestens nach der Geburt ist es dringend notwendig das Kind gesund mit Muttermilch zu versorgen.

Asthma heilen

Asthma ist eine Erkrankung der Atemwege. Die Bronchien sind verengt, so dass Betroffenen das Ein- und Ausatmen schwerfällt. Ausgelöst wird die Verengung der Bronchien meist durch eine Allergie, Stress, eine Entzündung oder eine Reaktion auf Reizstoffe. In der Folge:

- schwillt die Schleimhaut der Bronchien an
- ziehen sich die Muskelfasern um die Bronchien zusammen und verkrampfen sich
- bildet sich im Inneren der Bronchien zäher Schleim, der sie verkleben kann

Das häufigste Symptom ist Atemnot. Die Krankheit hat verschiedene Ursachen. Man unterscheidet zwischen zwei Arten von Asthma: allergisches und nicht-allergisches Asthma.

Allergisches Asthma wird durch eine Immunschwäche ausgelöst. Nicht-allergisches Asthma wird durch Verschleimung und Verschlackung ausgelöst. Fettleibige Menschen verfetten ihre Atemwege und Lungen. Dies führt ebenfalls zu Asthma und Entzündungen in der Lunge.

Lungenentzündung heilen

Bei einer Erkältung versucht der Körper Abfallstoffe, vor allem viel Schleim aus den Kopfhöhlen, dem Hals und den Bronchien, zu lösen und auszuscheiden.

Wenn die Erkältung tiefer geht, in die Lungen, soll auch hier der Schleim gelöst und ausgeworfen werden. Es kann zu einer Blutung in den Lungen führen, um noch gründlicher zu reinigen. So erschrickt der ganze Organismus und durch die Abfallstoffe im Kreislauf bekommen wir Fieber. Beunruhigt gehen wir zum Arzt, der mit chemischen Substanzen, wie Antibiotika, die Reinigung unterdrückt, jedoch nichts heilt. Die Lungenentzündung geht zurück, kann jedoch jederzeit wieder ausbrechen.

Wenn der Patient die Lungenentzündung überlebt (20 - 30 % sterben) und die Ausscheidung chronisch wird, kommt es zur Schwindsucht. Somit wird

immer Schleim abgesondert. Sobald Bakterien hinzukommen erkrankt der Patient an Tuberkulose.

Siehe auch unter Viren und Bakterien.

Husten heilen, auch chronisch

Mit husten will der Körper die Verschleimung lösen und auswerfen.

Wird durch Vitamin C-Mangel die feine Schleimhaut der Lungen geschädigt und die normale Schleimabsonderung behindert, so setzt bei Entzündungserscheinungen aus anderen Ursachen heraus eine unrichtige Schleimhautbildung ein. Diese führt nun zu Husten oder Hüsteln mit Schleimauswurf.

Viren und Bakterien

Viren und Bakterien werden normalerweise bereits im Nasen- und Rachenraum vom Immunsystem bekämpft und vernichtet. Gelangen Viren und Bakterien durch Immunschwäche, Maskentragen und Atemtrainer in die Lungen, fühlen sie sich in verschleimten Lungen wohl. Sie nisten sich ein und können bei einer allgemeinen Immunschwäche zum Tod führen.

Wie sicher sind Masken

Schon eine einfache OP-Maske mindert die Sauerstoffversorgung und gefährdet z.B. COPD- und Asthma-Patienten.

Sofort nach Anlegen einer normalen dünnen OP-Maske wird ausgeatmetes CO₂ rückgeatmet. Es kommt u.a. zu Müdigkeit, schnellerer Atmung, Konzentrationsschwäche und schlechterer Feinmotorik. Menschen mit verminderter Lungenfunktion werden durch das Tragen solcher Masken gefährdet. Das atmen mit Masken verringert die Sauerstoffversorgung im Blut. Durch das Tragen einer Maske können die ausgeatmeten Viren nicht entkommen und konzentrieren sich in den Nasengängen, dringen in die Riechnerven ein, gelangen ins Gehirn und in die Lungen.

! Masken (Mund- und Atemschutz) enthalten Pestizide (!!!) und andere Gifte, die zu Krebs führen können. !

Jährlich werden hohe Todeszahlen durch «Grippeviren» bekannt. Diese Zahlen sind komplett falsch. Hauptsächlich sterben Menschen an Lungenentzündung, an Ihren Medikamenten, medizinischen Eingriffen und nicht an einer Grippe. Viele sind bereits mehrfach erkrankt und haben durch chemische Substanzen ein ruiniertes Immunsystem.

Schnarchen und Schlafapnoe heilen

Beim Einatmen senkt sich das Zwerchfell; es entsteht ein Unterdruck, der die Lunge passiv mit Luft füllen lässt. Durch die Muskelspannung der Hals- und Rachenmuskulatur werden die oberen Atemwege offengehalten. Bei der häufigsten Art des Schnarchens kommt es infolge Tonusverlust (Muskelspannungsverlust) der Rachenmuskulatur und Erschlaffung des Gaumensegels zu einer Einengung der oberen Atemwege und zu den akustisch wahrnehmbaren Flattergeräuschen. Begünstigt wird diese Verengung zudem durch ein Zurücksinken der Zunge.

Zahlreiche wissenschaftliche Studien belegen mittlerweile einen

Zusammenhang zwischen regelmässigem Schnarchen und einem erhöhtem Blutdruck sowie einem erhöhten Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Weitere Symptome sind schnarchbedingte Übermüdung und folglich Unfälle am Arbeitsplatz und im Verkehr, Gedächtnis- (Alzheimer) und Konzentrationsstörungen, Potenzstörungen, Depressionen und Reizbarkeit. Zudem besteht bei regelmässigem Schnarchen ein erhöhtes Risiko einer so genannten obstruktiven **Schlafapnoe**. Dieses Krankheitsbild, bei dem ein kompletter Verschluss der Atemwege zum wiederkehrenden nächtlichen Atmungsstopp führt, kann die Leistungsfähigkeit und Lebensqualität weiter drastisch einschränken. Bei Schlafapnoe ist oft der dicke Bauch, der auf die Zwerchfellmuskeln drückt, ein Hauptauslöser.

Die Schulmedizin

Von der Schulmedizin dürfen Sie nicht zu viel erwarten. Sie leiden in der Regel weiter und ruinieren sich Ihre Lungen und den ganzen Körper noch mehr. Cort. (Zensur) kann im Moment Leben retten, kann jedoch nicht die Dauerlösung sein, da Cort. Knochen und Gelenke angreift, aber auch die Lungen selbst. Bereits kurzfristige Einnahme von Cort. kann zu Darmblutungen, Sepsis und Herzinsuffizienz führen. Sauerstoffmasken (CPAP-Schlafmaske) in der Nacht oder sogar am Tag bringen nur Sauerstoff in den Körper, mehr passiert nicht. Die Lungen zerfallen weiter.

E-Mail-, Facebook & Co.-Apnoe

Wer negative eMails und Einträge in Facebook und Co. täglich liest, vergisst zu atmen und verkrampft sich. Somit leidet die Psyche aber auch der ganze Körper. Die Lösung: Stellen Sie das Zeug ein, es bringt Ihnen nichts, wenigstens privat. Der Hass im Internet ist gross und schnell wird man von

meistens komplett fremden Menschen verunglimpft und übelst beschimpft.

Was erreichen Sie konkret mit unserem Living Nature® Atemfrei-Gesundheitsprogramm

Stopp von neuen Verschleimungen, stopp von Verfettung der Lungen und stopp von Entzündungen/Infektionen

Sie stoppen sofort alle Schleim-, Entzündungs- und Infektionsquellen, sowie alte oder immer wieder auftretende Verschleimungen, oft auch Schlackenbildungen (Verklebungen) in Lungen, Rachen, Nebenhöhlen und im ganzen Körper. Beim Entschleimen werden ungesunde Bakterien und sonstige Verunreinigungen ausgeschieden. Sie verfetten Ihre Lungen nicht mehr. Bronchien können sich wieder öffnen. Natürlicher Sauerstoff kann von Ihren Lungen wieder aufgenommen werden und ins Blut gelangen.

Obwohl Sie mit einem guten Atemtrainer entschleimen und so Bakterien ausscheiden können, atmen Sie diese Bakterien und die Feuchte sofort wieder ein. Verzichten Sie deshalb unbedingt auf einen Atemtrainer. Sie können wesentlich sinnvoller Schleim lösen und ausscheiden.

Stärkung der Körper-Gehirn-Verbindung

Aktivierung des Vagusnervs, der vom Hirnstamm alle Organe verbindet und eine wichtige Rolle zur Stärkung des Immunsystems beiträgt.

Immunsystem und Körper stärken

Sie entlasten und stärken Ihre Blutgefässe, Organe, wie Lungen, Leber, Nieren,

Darm und vor allem Ihr komplettes Immunsystem (Darm, Schleimhäute, Mandeln, Milz, Lymphsystem, Knochenmark, die Haut, Thymus...) und somit den ganzen Körper.

Gesunde Lungen stellen die normale Immunität wieder her

Sehr wichtig: Um ein gestörtes Immunsystem wieder herzustellen, benötigen Sie eine gesunde, entschleimte, entschlackte und entgiftete Lunge. Ist die Lunge gesund, kann sie weisse Blutkörperchen (Leukozyten) von anderen unterscheiden. Wenn die Lungen hydratisiert und gründlich von Abfallstoffen und toxischen Substanzen gereinigt werden, kann die übermässige Hitze abkühlen und rote Blutkörperchen (Erythrozyten) werden mit Sauerstoff besser transportiert und Kohlendioxid wird ausgeatmet.

Wenn sich die Lungenfunktion verbessert, werden die Immunorgane, einschliesslich der Mandeln (bei entzündeten Mandeln, sollte man diese nicht wegschneiden, sondern das Problem lösen) gesünder und produzieren gesündere und leistungsfähigere Lymphozyten, eine Art weisser Blutkörperchen, die der Schlüssel zu einer erfolgreichen Immunantwort sind. Diese gesunden Lymphozyten haben eine grössere Fähigkeit, eindringende Krankheitserreger abzuwehren.

Lassen Sie sich deshalb Ihre Atemwege nicht mit Immunsuppressivas u.a. chemischen Substanzen ruinieren. Viele lösen Atemwegsinfektionen aus.

Perfektes Blutbild

Sie optimieren Ihr Blutbild perfekt. Schleim im Blut bildet sich zurück. Ein eventueller Bluthochdruck wird gesenkt. Cholesterin-, Harnsäure- und andere Werte werden gut. Die Fliesseigenschaft des Bluts optimiert sich. Sie können alle Herzmedikamente, die Sie eventuell nehmen absetzen. *Besprechen Sie das zuvor mit Ihrem Arzt.* All diese Medikamente können Lungen- u.a.

Probleme fördern.

Gute Verdauung

Sehr wichtig: Sie optimieren die Regulation gastrointestinale Hormone und die Sättigung. Die Hormone, die im Magen-Darm-Trakt gebildet werden und die Verdauung sowie Absorption von Nahrungsstoffen steuern, aber auch in die hypothalamischen Zentren (Hypothalamia) regulierend eingreifen, die für Hunger bzw. Sättigungsgefühl verantwortlich sind. Der Magen kann wieder genügend Magensäure produzieren. Alle Enzyme werden wieder zur Verdauung vom Körper produziert.

Gut funktionierender Darm

Sehr wichtig: Jede Immunzelle wird gestärkt, Darmzotten heilen, die Durchlässigkeit der Darmschleimhaut wird reduziert und steigert die Immunkraft der Darmzellen, Bakterien-Wanderung und -Austausch werden verhindert und die natürliche Darmwand-Barriere kann wieder funktionieren. Der Darm erholt sich. Kotsteine und andere Abfallstoffe werden ausgeschieden. Das Immunsystem wird gestärkt und nicht mehr fehlgeleitet.

Korrektur und Heilung

Ihr Körper korrigiert und heilt Ihre Lungenerkrankung selber, nachhaltig und für immer. **Unser genetisches Schicksal ist nicht festgelegt! Im Gegensatz zu dem, was allgemein verbreitet wird, besitzen wir die Fähigkeit, Tag für Tag unser genetisches Erbe neu zu schreiben, die gesunde Stammzellenfunktion zu aktivieren und dafür zu sorgen, dass wir gesund werden und bleiben.**

Lassen Sie sich deshalb nicht durch unsachgemässe Behandlungen Ihre Gene verändern. Das wäre verheerend.

Stress und Ängste mindern

Sie bauen Stress (inkl. oxidativer und nitrosativer Stress) ab. Ängste gehen zurück.

So bauen Sie Ihre Lungen, Ihre komplette Atem- und Körpermuskulatur perfekt auf

Es gibt verschiedene Möglichkeiten die Lungen- und Körpermuskulatur aufzubauen. Wir stellen Ihnen diese gern vor.

Nun, liegt es an Ihnen



Liebe Leserin, lieber Leser

[Handeln Sie klug, ich biete Ihnen volle Unterstützung an, damit Ihr Körper gesund werden kann. Klicken Sie hier weiter...](#)

André Schudel, Gründer

Autor der Living Nature® Schmerzfrei- und Gesundheitsprogrammen

Warum vergessen Sie Ihre Lungen einfach?