

Herzlich willkommen
zu dem Vortrag:
Optimale
Immunstärkung
in der Praxis



Gudrun Nebel, Heilpraktikerin

Die heutige Schulung beginnt
pünktlich um 19:00 Uhr



Gudrun Nebel

- Heilpraktikerin in Kochel am See
- seit 1995 in eigener Praxis tätig
- aus dem chemischen Labor kommend
- Marketingvorstand Biolebensmittel
- Dozentin für Ernährungstherapie, Orthomolekulare Medizin, Ayurveda, Aromatherapie, Bachblüten, Fastenleiter
- leidenschaftliche Buchautorin





Darüber sprechen wir heute Abend:

- So wirkt das Immunsystem
- So geht Immunstärkung
- Cynobal[®]
- Selectafer[®] B12
- Toxiselect[®]
- Vater Philipps[®] Aktiv Kur
- Zusätzliche Therapiemöglichkeiten: Ernährung und Aromaöle

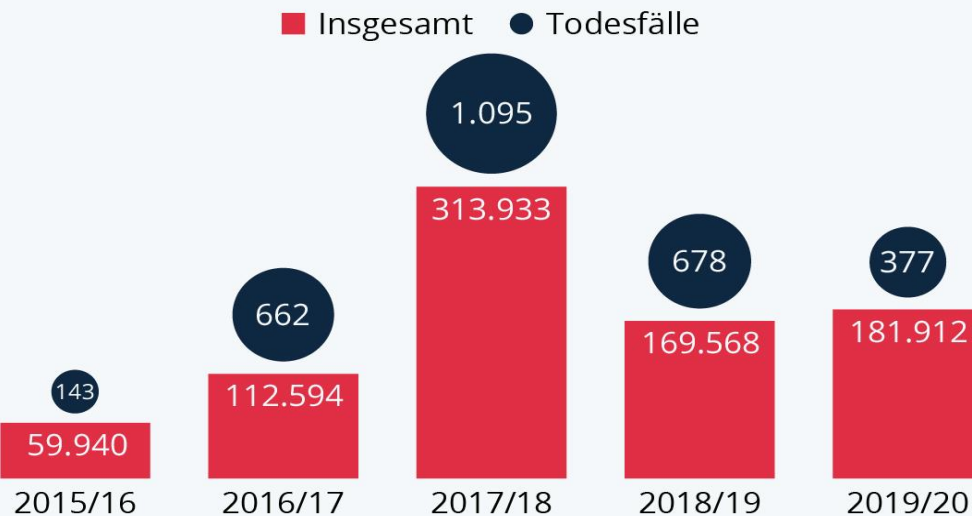
Optimale Immunstärkung



Foto: istock

RKI zählt bislang rund 182.000 Grippefälle

Anzahl der an das RKI übermittelte Influenzafälle,
Stand: jew. KW 13*



* die Grippesaison geht von der 40. KW eines Jahres bis zur 20. KW des Folgejahres
Quelle: Robert Koch-Institut



Immunsystem



unspezifische Abwehr

spezifische Abwehr



angeboren

erworben

Unspezifische Abwehr

1. Äußere Schutzfunktion

Haut, Schleimhaut, Schleim auf der Haut, Talg, Augenflüssigkeit, Urin, Speichel, Scheidenflüssigkeit, Magensaft

2. Inneres Abwehrfunktion

Immunzellen:

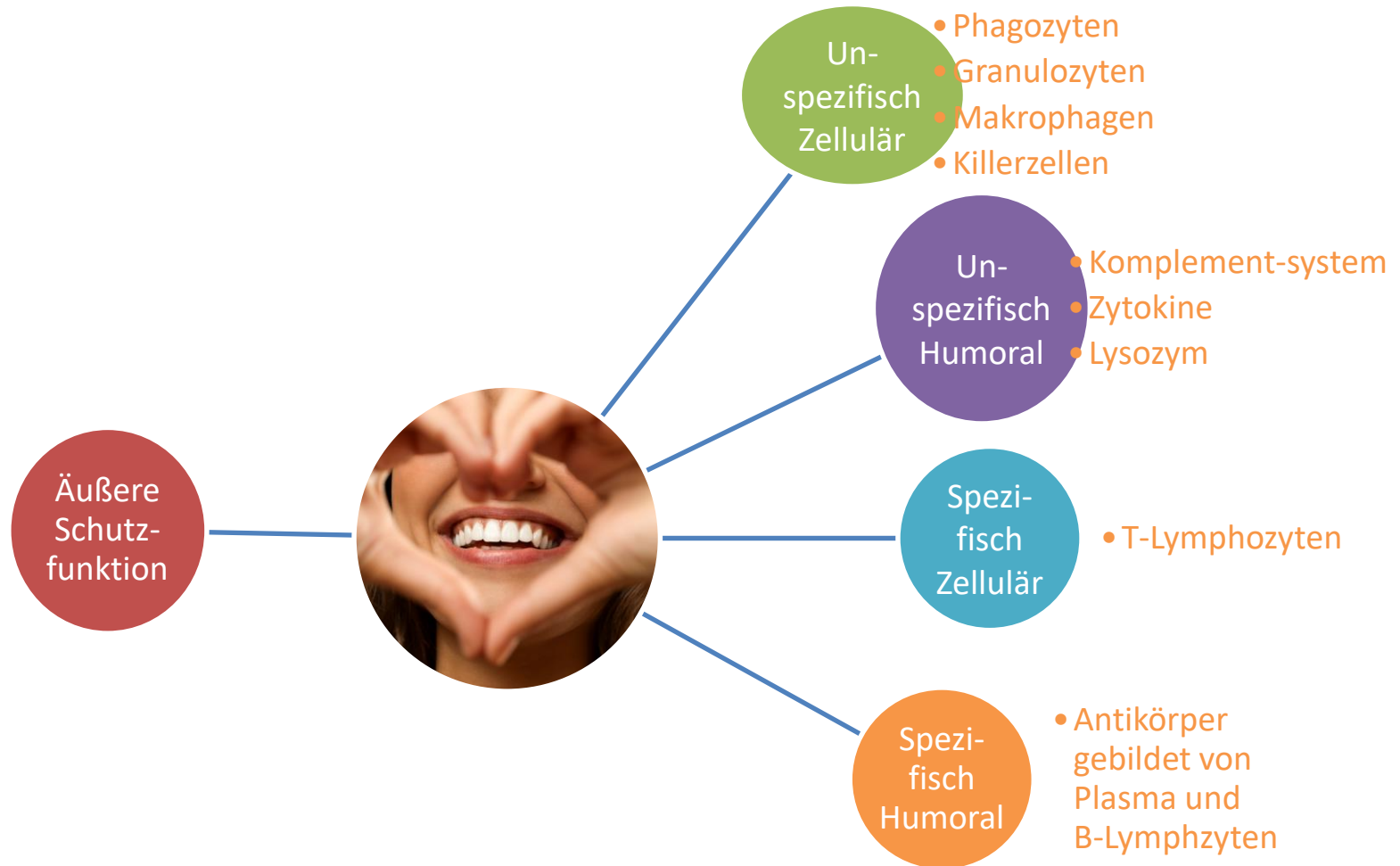
Makrophagen, Granulozyten, DZ, Monozyten, Mastzellen, Killerzellen

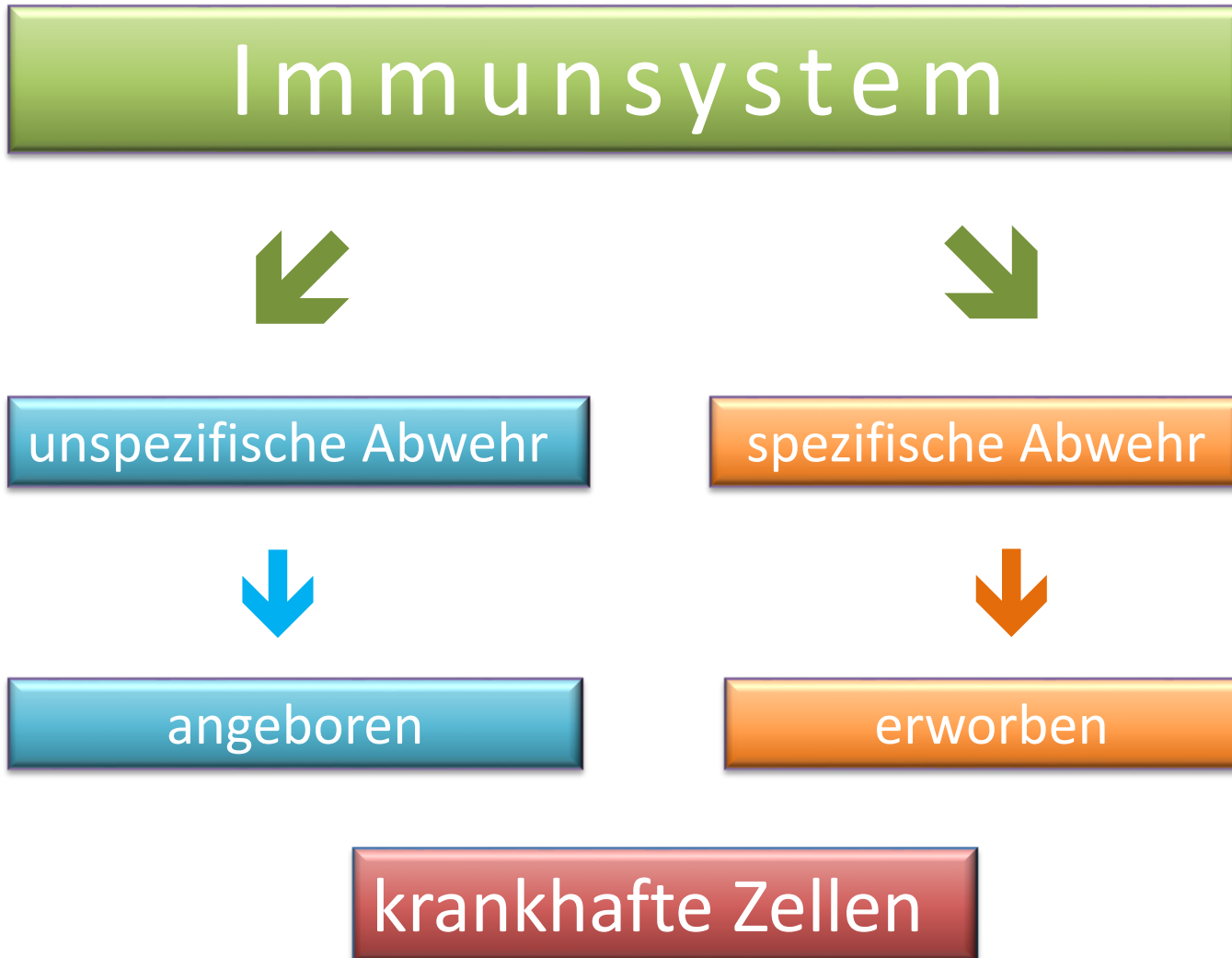
Humorale Immunabwehr

Botenstoffe, Zytokine, Lactotansferrin, Lysozym, Komplementsystem

Spezifische Abwehr

- Anpassungsfähig
- Immunologisches Gedächtnis – Erreger bleibt in Erinnerung
- Unterscheiden von Antigenen und artfremde Stoffe und Zellen
- Aktiviert werden:
Dendritische Zellen, T-Zellen, B-Zellen
- Zurück bleiben:
Gedächtniszellen und Antikörper
IgG, IgA, IgM, IgD, IgE





Reaktionsschwäche

1. Wahrnehmung der Erreger
bevor es zu einer Vermehrung kommt
2. Ändern der Reaktionsrichtung
entsorgen durch die Atemwege
3. Klima – Milieu
kein Erregerwachstum
4. Reaktionskraft
Übersäuerung
5. Reaktionsgeschwindigkeit
durch optimalen pH-Wert

- | | | |
|---|---|--|
| 1. Vorbeugung
Stärkung der Abwehrkraft | } | Ernährung, Schlaf, Darmgesundheit,
Bewegung, Säure-Basen-Haushalt |
| 2. Symptombehandlung für
Atemwege
ableitende Harnwege | } | Expektorantien, ätherische Öle,
Schleimdrogen, Antiussivia,
Phytoextrakte, Spasmolytika,
Antiallergika, |
| 3. Kausal – akut und chronisch | } | Impfungen, Antibiotika, Homöopathie |
| 4. Andere Therapien | } | Tee, Gurgeln, Atemübungen,
Ölmassagen, Nasja, Gelum, Kneipp, |

Cynobal®

für eine normale Funktion des Immunsystems



Nahrungsergänzungsmittel mit Kapuzinerkresse, Vitamin C und Zink

Zusammensetzung:

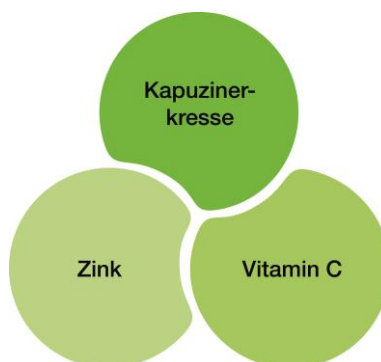
1 Kapsel enthält:

Kapuzinerkressenkraut: 300 mg

Vitamin C: 150 mg

Zink: 2 mg

(als sehr gut bioverfügbares Zink-bis-glycinat)



Cynobal®

für eine normale Funktion des Immunsystems



- **Verzehrempfehlung:** 3 x 2 Kapseln täglich.

Bei Schluckbeschwerden (z.B. Senioren oder Kindern) kann der Inhalt der Kapseln auch zusammen mit anderen Lebensmitteln (z.B. eingerührt in Joghurt, Müsli) eingenommen werden.

- **Kosten:**

Packung mit 30 Kapseln (16,8 g), PZN 11188745
unverbindl. AVP: 12,48 €

Packung mit 90 Kapseln (50,4 g), PZN 11188751
unverbindl. AVP: 21,20 €

Cynobal®

für eine normale Funktion des Immunsystems



Kapuzinerkresse

Das Kapuzinerkressenkraut (*Tropaeoli majus herba*) bildet die pflanzliche Basis von Cynobal®. Die Kapuzinerkresse ist bekannt für ihren hohen Gehalt an natürlichem Vitamin C.

Ein weiterer wichtiger medizinischer Inhaltsstoff der Kapuzinerkresse ist das Benzylsenföl, welches gegen verschiedene grampositive und gramnegative Keime wirksam ist.



Blüte der großen Kapuzinerkresse (*Tropaeoli majus*)

Vitamin C – für die Abwehrkräfte

Das in Cynobal® enthaltene Vitamin C spielt eine wichtige Rolle für die körpereigenen Funktionen des Immunsystems. Gleichzeitig trägt es zum Schutz der Zellen vor oxidativen Schäden bei. Weiterhin stärkt Vitamin C die normale Funktion von Zahnfleisch, Zähnen, Blutgefäßen, Knochen, Knorpel und Haut.

Zink – essentielles Spurenelement

Zink gehört zu den Spurenelementen, d.h. diese kommen im menschlichen Körper und in der Nahrung nur in sehr geringen Mengen vor. Zink trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei und kann Zellbestandteile vor oxidativem Stress schützen. Darüber hinaus besitzt Zink wichtige Funktionen für die kognitive Leistungsfähigkeit (Gedächtnis).

Das in Cynobal® enthaltene Zink-bis- glucinat ist eine Zinkverbindung, die eine hohe Bioverfügbarkeit besitzt.

Selectafer® B12

Zusammensetzung:

- Eisen
- Vitamin B12
- Folsäure
- Pflanzenextrakte



- Bei Mangelerscheinungen
- Mehr Vitalität
- Unterstützung des Immunsystems
- Bei Müdigkeit
- Blutregeneration



Anwendung:

Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören grippeähnliche, fieberhafte Erkrankungen.

Zur Ausleitung, zur Stärkung der unspezifischen körperlichen Abwehrkräfte / des Immunsystems

Zusammensetzung:

- Echinacea purpurea Ø (Urtinktur)
- Bryonia D4
- Apis D3
- Lachesis D8
- Sulfur D10

Echinacea purpurea	Roter Sonnenhut	Septische Prozesse, Ulcera, Unterstützung schweren, fieberhaften Infektionen
Bryonia D4	Teufelsrübe od. Rotbeerige Zaunrübe	Schleimhäute und Bronchien
Apis D3	Honigbiene	Akute und subakute Entzündungen Haut, Schleimhaut, Urticaria
Lachesis D8	Schlangengift	Septische Prozesse, hämorrhagische Diathese, Infektionskrankheiten mit septischen Symptomen
Sulfur D10	Schwefelblüte	Reaktionsschwäche, chron. und subakute Katarrhe, Lungen- und Rippenfellentzündung



Dosierung:

1. Tag: $\frac{1}{2}$ - 1 Std. (max. 12 x tgl.)
Erwachsene und Kinder ü. 12 Jh.:
5 – 10 Tropfen

Kinder 6 – 12 Jh:
3 – 5 Tropfen

danach:
Erwachsene und Kinder ü. 12 Jh.
1 – 3 tgl. x 5 – 10 Tropfen

Kinder 6 – 12 Jh:
1 – 3 tgl. x 3 – 5 Tropfen

Für Kinder ab 6 Jahren
geeignet und
zugelassen

Vater Philipps Aktiv Kur



Anwendung:

Nahrungsergänzungsmittel zur Vitalisierung und zur Stärkung des Immunsystems sowie zur Ergänzung von Vitaminen im Rahmen einer vorübergehenden kalorienreduzierten Ernährung (Entschlackungskur, Fastenkur)

Zusammensetzung:

Tagesdosis: 30 ml

- Vitamin C: 95 % des empfohlenen Tagesbedarfs*
- Vitamin B1: 95 % des empfohlenen Tagesbedarfs
- Vitamin B2: 93 % des empfohlenen Tagesbedarfs
- Niacin (B3): 95 % des empfohlenen Tagesbedarfs
- Vitamin B6: 93 % des empfohlenen Tagesbedarfs

Kräuterextrakt (aus Brennnesselblättern, Mateblättern, Brunnenkresse, Schlehdornblüten, Kapuzinerkressenkraut)

Cranberrysaft, Sanddornsafte

Zucker ist Gift für das Immunsystem



- Angreifer Nummer 1
- Schränkt die Leistungsfähigkeit ein
- Immunsystem um 40 % schwächer
- Entzündungsneigung
- Schädigung der Darmflora
- Evtl. Zusatzerkrankungen
- Mangel an Vitaminen und Mineralstoffen



Foto: knipseline / pixelio.de

Honig ist gut für das Immunsystem



Foto: motograf / pixelio.de

- Entzündungshemmer Inhibine
- Flavonoide

CAVE:

Für Säuglingen und Kleinkindern unter einem Jahr keinen Honig.

Superfood Heidelbeeren



Foto: Susanne Richter / pixelio.de

- Flavonoide
- Kalium, Eisen, Zink
- Vitamine:
B, B2, Niacin, Pantothensäure,
B6, Folsäure, B12,
C, E, K
- 100g / Tag

Superfood Grünkohl (Kale)



Foto: Jörg Siebauer / pixelio.de

- Sekundäre Pflanzenstoffe
Sulforaphan, Kampferöl,
Quercetin
- Antioxidantien und Vitamine:
Provitamin A, C, E, Niacin
- Kalium, Kalzium, Magnesium
- Ballaststoffe

Ein starkes Immunsystem mit Aromaölen



Bild: wikipedia, gemeinfrei

Cajeput:

- Raumbeduftung
- Gurgeln
- Verdünnt in die Nase

Ein starkes Immunsystem mit Aromaölen



Bild: wikipedia, Urheber: Christian Fischer

Angelikawurzel:

- Verdünnt
- Mit Mandelöl
- Lymphknoten
- Lymphbahnen
- Regt den Lymphfluss an



Internet: www.dreluso.de

Fachbereich:

- Anmeldung über Doc Check oder

Einloggen über Dreluso:

Benutzername: dreluso

Passwort: themen



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Schön, dass Sie an der Schulung
teilgenommen haben!

Wenn Sie mehr Interesse an einer
Optimalen Immunstärkung haben:

Kurs in der Heilpraktiker- und
Therapeutenschule
Isolde Richter

www.isolde-richter.de

ab 09.11.2020



Gudrun Nebel