

Handout zum Online-Seminar am 23. Oktober 2023

Nur zum **internen** Gebrauch – bitte **nicht** weitergeben! Danke!

# Psyche und Immunsystem

Allergien, bakterielle und virale Infekte

© **Werner Gehner, Heilpraktiker**

Phytotherapie – Homöopathie – Psychotherapie - energetische Hypnotherapie

Budenheim bei Mainz, Telefon 06139 – 29 37 97

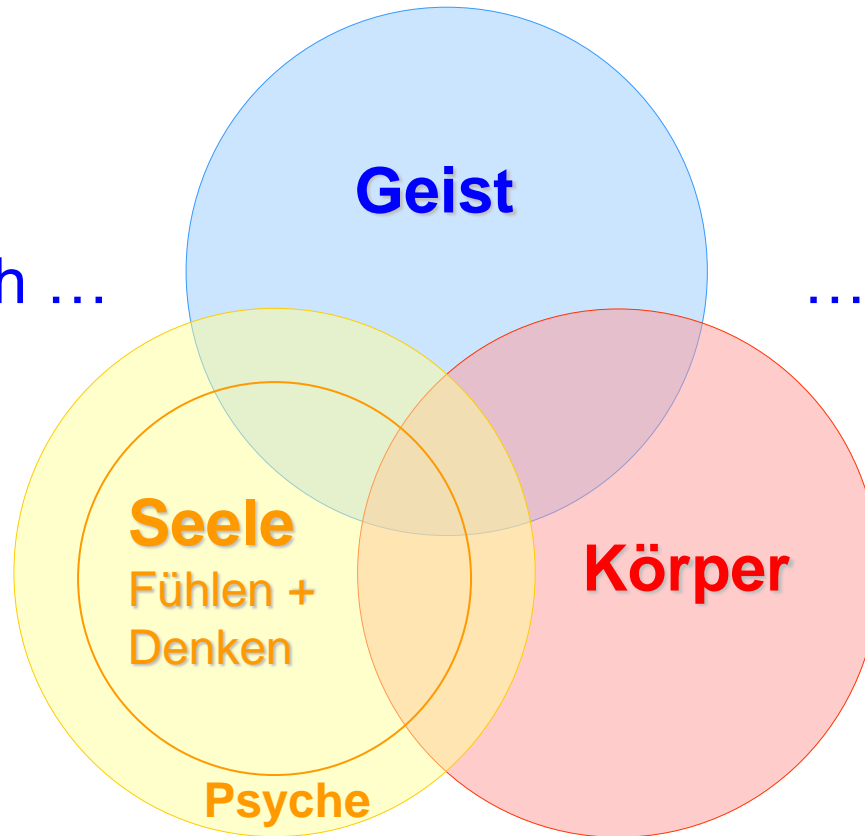
[www.gehner-seminare.de](http://www.gehner-seminare.de) - E-Mail: [info@gehner-seminare.de](mailto:info@gehner-seminare.de)



# Die Einheit

psycho-somatisch ...

... somato-psychisch





# Psyche und Immunsystem

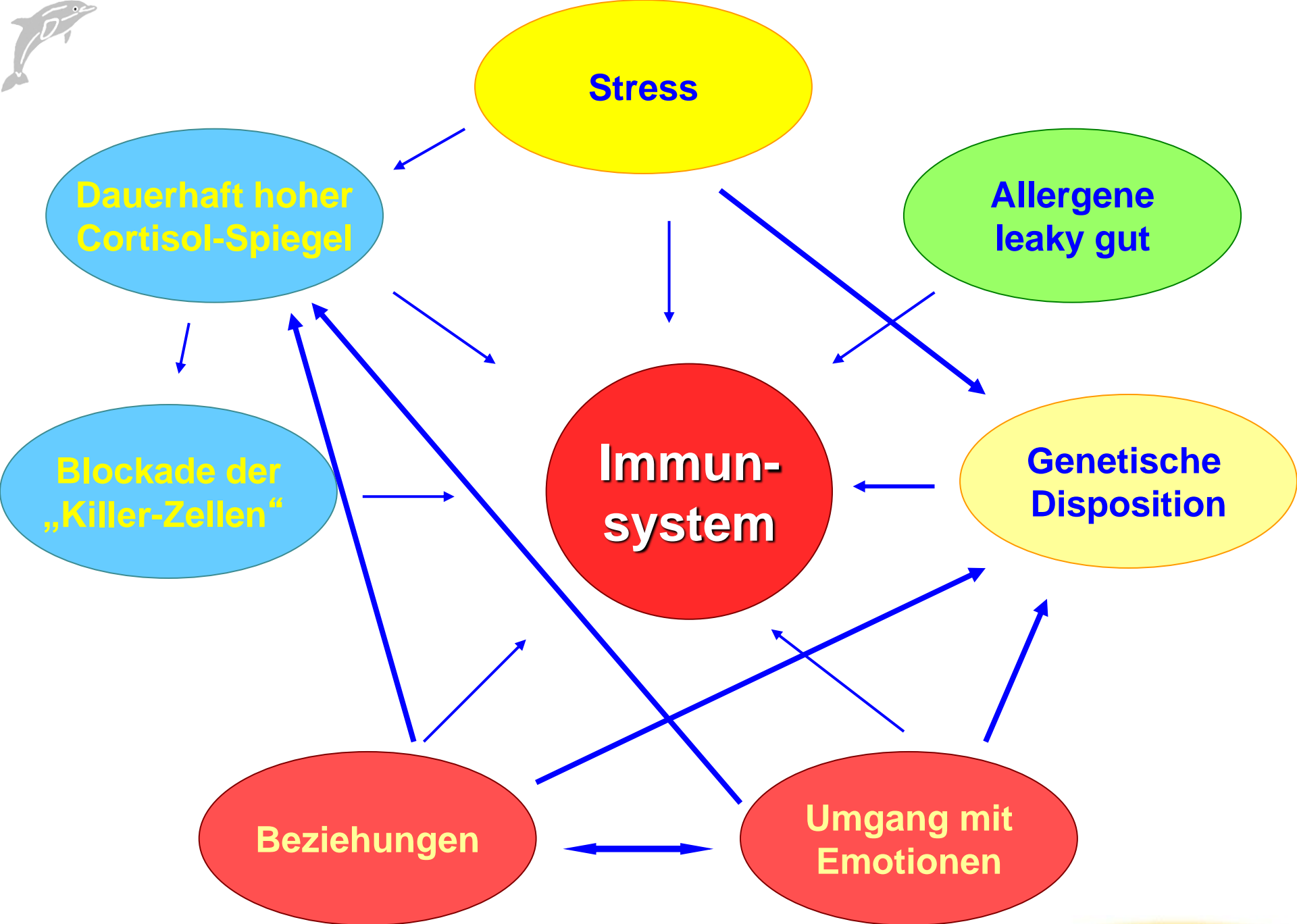
**Immun-Suppressiva:**

häufiger zwanghaftes Verhalten,  
Depressionen, Ängste

**psychische Belastung**



5,8-faches Risiko  
für Schnupfen durch Viren \*





JOACHIM BAUER

**PIPER**

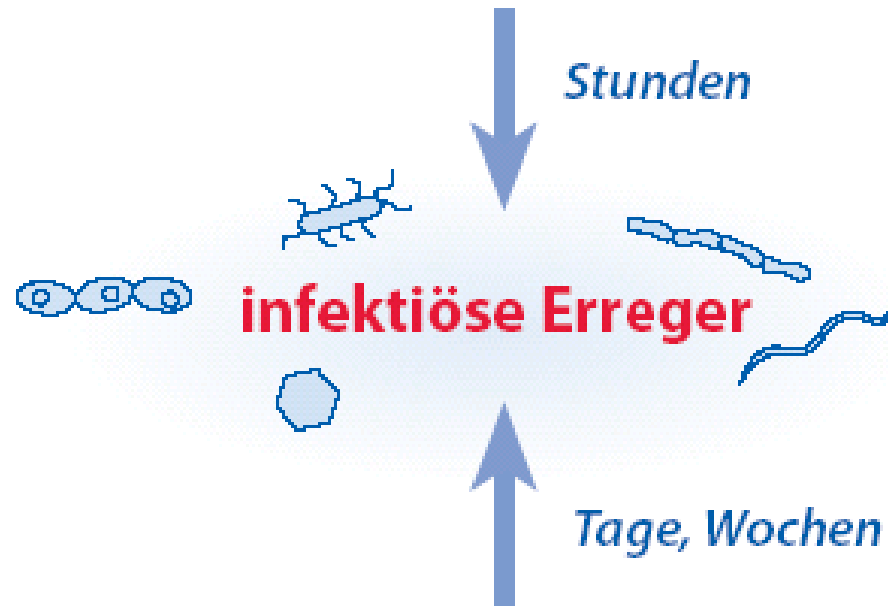
# DAS GEDÄCHTNIS DES KÖRPERS

Wie Beziehungen  
und Lebensstile  
unsere Gene steuern

Aktualisierte und  
erweiterte Ausgabe

# angeborene unspezifische Immunität

*Phagozyten, natürliche Killerzellen,  
Serumproteine*



# adaptive spezifische Immunität

*Ausbildung spezifischer Rezeptoren*

Das angeborene und das adaptive Immunsystem.

---

	Humorale Komponenten	Zelluläre Komponenten	Geschwindigkeit der Immunantwort - Reaktionskinetik -
unspezifisches (angeborenes) Immunsystem	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Komplementsystem</li> <li>• Enzyme</li> <li>• Zytokine (vom unspezif. Immunsystem gebildet)</li> </ul>	Monozyten Makrophagen Granulozyten NK-Zellen	<b>schnell</b>
spezifisches (adaptives) Immunsystem	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antikörper Ig-G -M, -A, -D, -E</li> <li>• Zytokine (vom spezif. Immunsystem gebildet)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• T-Lymphoz. (T-Helferz. T-Suppress. zellen, zytotoxische T-Zellen)</li> </ul>	<b>verzögert</b>

Zytokin	Wirkung
TNF- $\alpha$	→ proinflammatorisch
IL-1 $\beta$	→ proinflammatorisch
IL-6	→ proinflammatorisch
IL-8	Anlockung von Immunzellen (Chemotaxis)
IL-10	antiinflammatorisch
IL-12	Differenzierung von TH1-Zellen

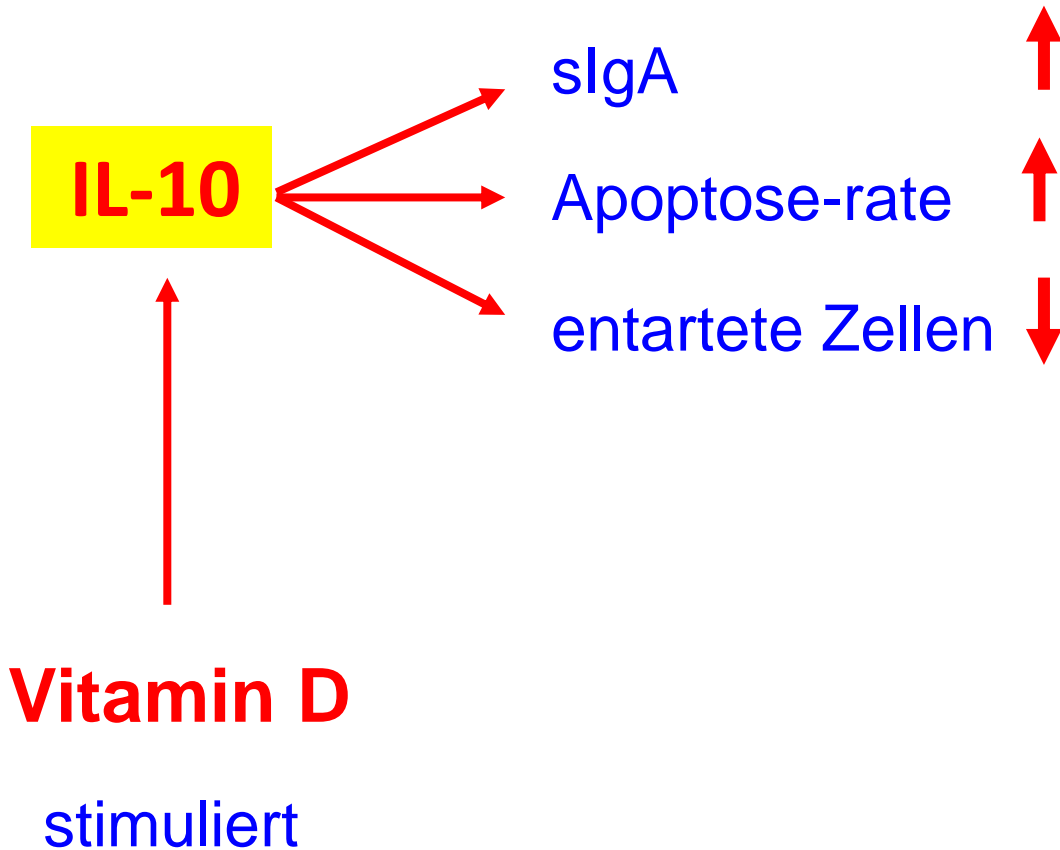
**ein „Schlüssel-Zytokin“**

Tab. 4: Zytokinprofil des proinflammatorischen Zytokinstatus





# Schutz und Orale Toleranz ↑



# Vitamin D macht die Menschen glücklich

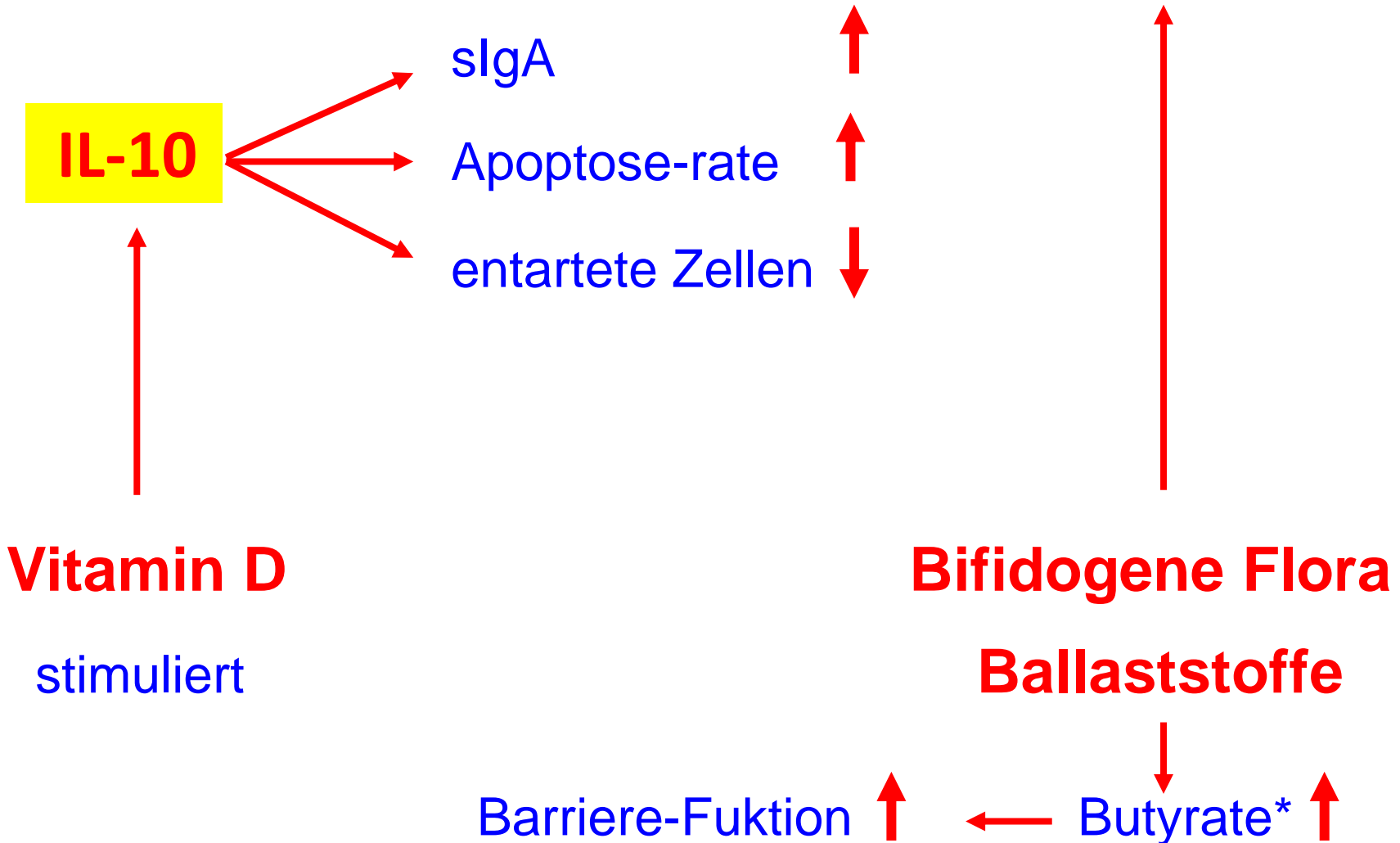
# Das „Licht-Hormon“ „Vitamin“ D: Wirkungen

- Müdigkeit ↓ Abgeschlagenheit ↓
- Immunsystem: IL 10 ↑
- depressive Verstimmungen: antriebslos, lustlos ↓
- Libido ↑ Testosteron ↑
- Diabetes, Krebs, u. v. a. ↓

**D 3 - Intercell 2000 / 4000 / 10.000 I. E. auch VEGAN !**

**[www.intercell-pharma.de](http://www.intercell-pharma.de)**

# Schutz und Orale Toleranz ↑





**Magen-  
säure**



**(Pankreas-)  
Enzyme**

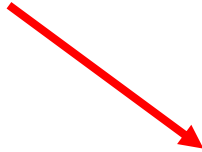


**Denaturierung  
Nahrungs-  
Allergene**



**Antigen-Stress**

**Darmschleimhaut-  
„Barriere“**



**Allergien**

„...**das Säurebad** von Nahrungsbestandteilen ist hinsichtlich der Denaturierung potenzieller allergener Strukturen von übergeordneter Bedeutung!“ \*

**pH-Anstieg** 2,5 → 2,75

→ keine Verdauung von Fischprotein

→ Allergie-Potenzial 10.000 fach ↑

**Cave:**

**Protonen-Pumpen-Inhibitoren**

→ **Bitterstoffe**

# PPI als Mikro-Nährstoff-„Räuber“

→ **PPI-Intercell®**

Magnesium	188 mg
Calcium	120 mg
Eisen	7 mg
Zink	5 mg
Vitamin B12	500 µg
Vitamin C	60 mg
Vitamin D3	1.000 I.E.
Bakterienkulturen*	8 Mrd. KbE



- Organische, beste bioverfügbare Verbindungen
- **Methyl-cobalamin**: Resorption auch bei fehlender Magensäure !

\* Magensäure ↓  
↓  
pathogene Keime im Darm  
↓  
verändertes Darmkeim-Spektrum  
↓  
Diarrhöen u. a.

1x tgl. 2 Kapseln

**Indikation:**  
Resorptions-Störungen  
bei „Magensäureblockern“





Erdrauchkraut  
Enzianwurzel  
Bitterorangenschale  
Löwenzahnwurzel  
Angelikawurzel  
Artischockenblätter  
Mariendistelkraut  
Kardamomenfrüchte  
Kurkumawurzelstock

## Wirkung:

- Verdauungstätigkeit
- Speichelfluss
- Sekretion Magensaft und Galle
- Darmtätigkeit
- Aktivierung des Immunsystems

1 Teelöffel pur / in etwas Wasser  
vor / nach einer Mahlzeit

**Fa. Dreluso**  
[www.dreluso.de](http://www.dreluso.de)

Nicht für Schwangere und Stillende geeignet.



**Bitterstoffe  
können  
beim Abnehmen helfen**

Bitterstoffe docken an Darmzellen an



Glucagon-like Peptide-1 (GLP-1)\*



Sättigungsgefühl im Gehirn ↑

**Bitter-Rezeptoren  
trainieren:**

Zucker reduzieren



Lust auf Süßes ↓

**viele Bitterstoffe → schnellere Sättigung**

\* körpereigenes  
Hormon

# Gastriselect® N

Nux vomica D4

Alumina D8

Colocynthis D4

## Indikationen

- Entzündungen und Kramp fzustände des Magen- Darm-Traktes
- „Reizmagen“, Völlegefühl, Blähungen
- Schutz der Magenschleimhaut

**Dosierung:** 3 – 4 tägl. 20 – 30 Tr.

(Erfahrungen von Therapeut/innen)

Weitere Infos:

[www.dreluso.de](http://www.dreluso.de)

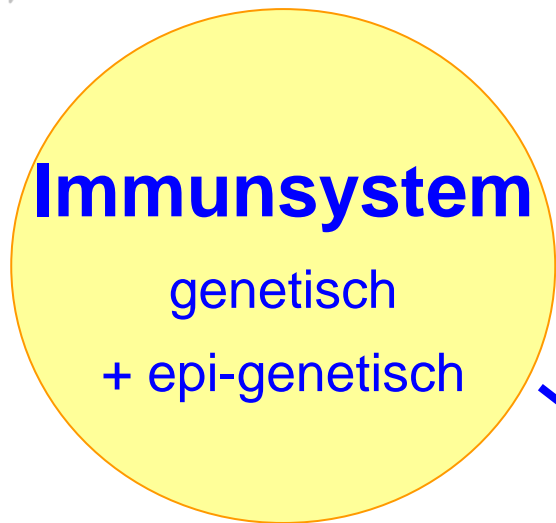
# Enzymatin

- 16 sich ergänzende pflanzliche Enzyme  
magen- und dünndarmaktiv
- Hohe Enzymaktivitäten bei wechselnden pH-Bedingungen

## Indikation:

- Verdauungsstörungen infolge von
- Maldigestion
- Nahrungsmittelunverträglichkeiten

[www.intercell-pharma.de](http://www.intercell-pharma.de)



# Das Allergo-Screen® Konzept

Diagnostisches Vorgehen bei NMU

Allergo-Screen® IgE

Allergo-Screen® Basic IgG:

Grundnahrungsmittel: 89 Allergene

Allergo-Screen® Premium IgG: 267 Nahrungsmittel-Allergene

Allergo-Screen® VEGGIE IgG:

223 Nahrungsmittel-Allergene

Allergo-Screen® Inhalation

Schimmelpilze

# Nahrungsmittelallergien bei Erwachsenen (IgE)

## Birkenpollen-Nüsse-Obst-Syndrom

Auslösendes Allergen:

**T3** Birkenpollen

mögliche Kreuzreaktionen zu:

Nüsse (Haselnuss, Walnuss, Mandel, Paranuss, Pistazie, Cashewnuss)  
Kern- und Steinobst (Apfel, Birne, Pfirsich, Aprikose, Pflaume, Kirsche)  
Exotische Früchte (Kiwi, Banane, Litschi, Avocado, Mango)  
Gemüse (Karotte, Sellerie, Tomate)

## Beifuß-Sellerie-Gewürz-Syndrom

Auslösendes Allergen:

**W6** Beifußpollen

mögliche Kreuzreaktionen zu:

Gemüse (Karotte, Kürbis, Melone, Paprika, Sellerie, Sonnenblumenkerne, Tomate)  
Gewürze (Anis, Basilikum, Dill, Estragon, Kamille, Koriander, Kümmel, Majoran, Oregano, Paprika, Petersilie, Pfeffer, Thymian, Senf)

## Gräser-Tomate-Syndrom

Auslösendes Allergen:

**GP3** Gräser-Mix 3

mögliche Kreuzreaktionen zu:

Gemüse (Pfefferminze, Tomate)  
Hülsenfrüchte (Erdnuss, Sojabohne)  
Getreide (Roggenmehl, Weizenmehl)

## Ambrosien (Ragweed)-Bananen-Melonen-Syndrom

Auslösendes Allergen:

**W209** Ambrosien-Mix

mögliche Kreuzreaktionen zu:

Gemüse (Curry, Gurke)  
Früchte (Banane, Honigmelone, Wassermelone)



Individuelle und symptombezogene  
**Allergiediagnostik**



Fachinformation 0047



**Allergo-Screen®-Konzept**

Diagnostische Möglichkeiten zur Abklärung  
von Nahrungsmittelunverträglichkeiten



Fachinformation 0103



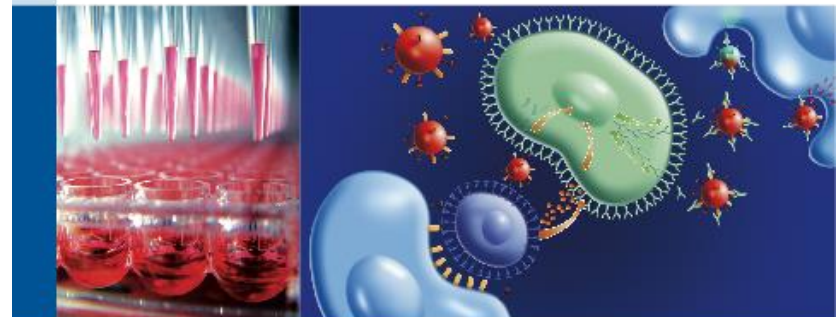
Online Seminare  
in der Mediathek

Anlass 20 Jahre Ganzimmun

<https://www.ganzimmun.de/service/akademie/ganzimmun-mediathek>

**Immunmonitoring**

Check-Up des Immunsystems



Fachinformation 0100



alle Fach-Infos

[www.ganzimmun.de/service/download-center](http://www.ganzimmun.de/service/download-center)

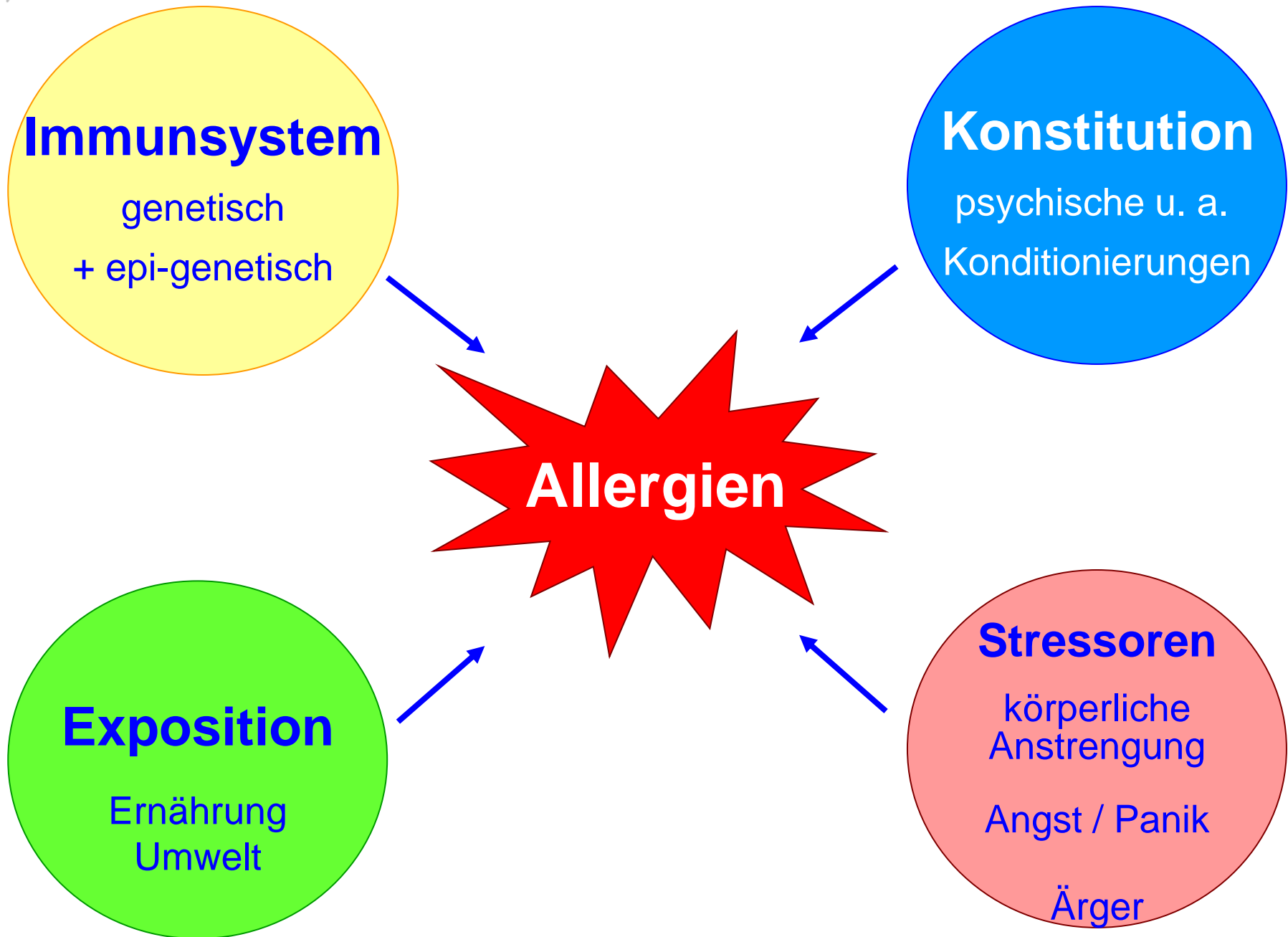
32 Zelluläre Immunologie - Lymphozyten-Subpopulationen

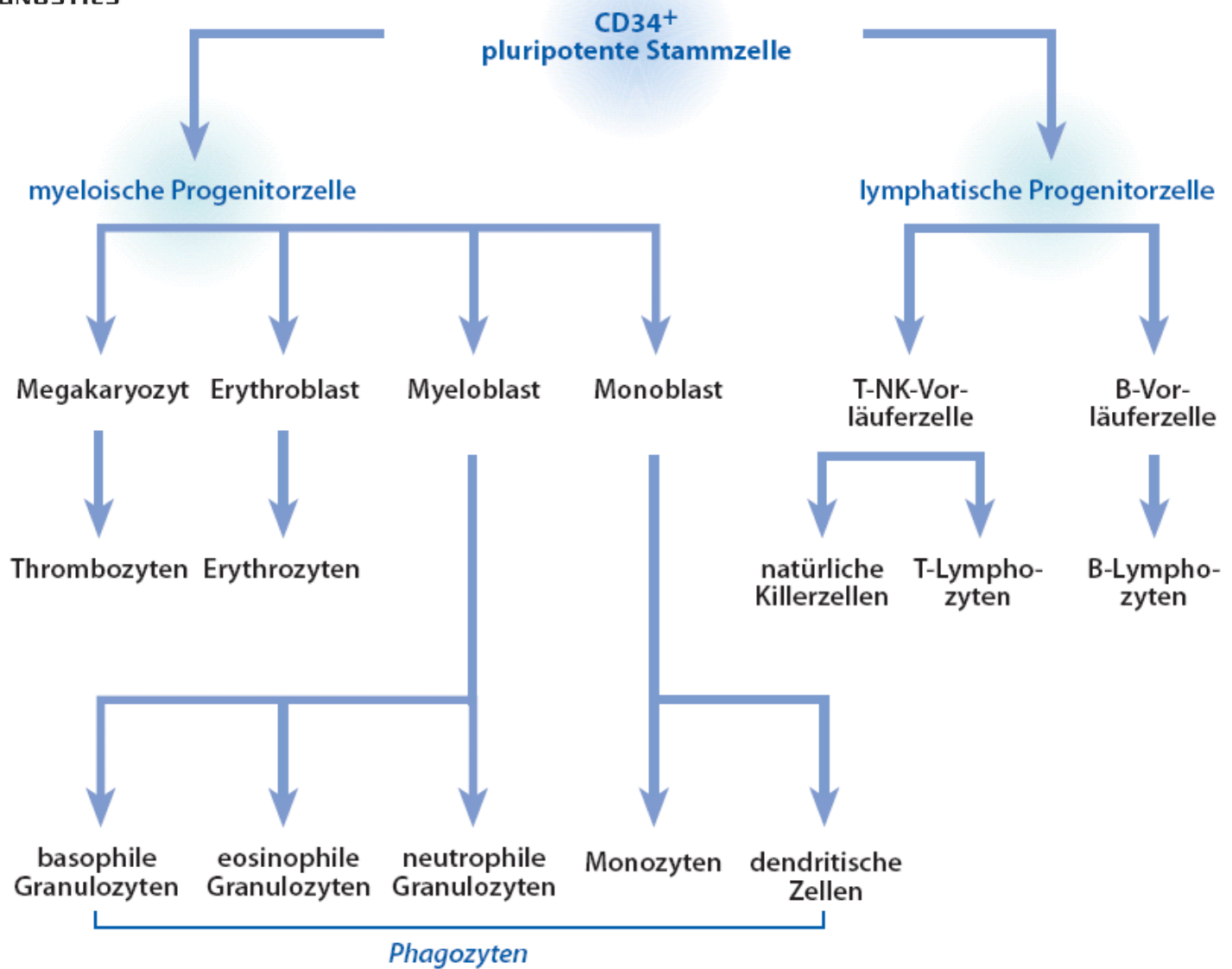
47 Allergiediagnostik

100 Immunmonitoring - Check-Up des Immunsystems

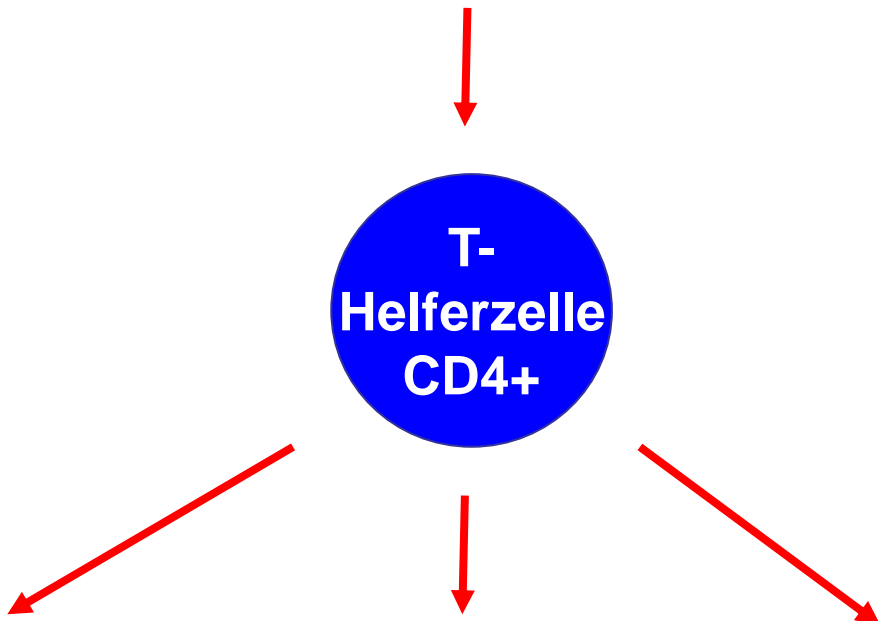
102 Mikronährstoffe

103 Allergo-Screen®-Konzept





Abstammungsreihe blutbildender Zellen (Hämatopoese)



# Entzündung



AK-Switch  
zu IgM + IgG<sub>1,2,3</sub>



# Allergie



AK-Switch  
zu IgG<sub>4</sub>, IgE, IgA

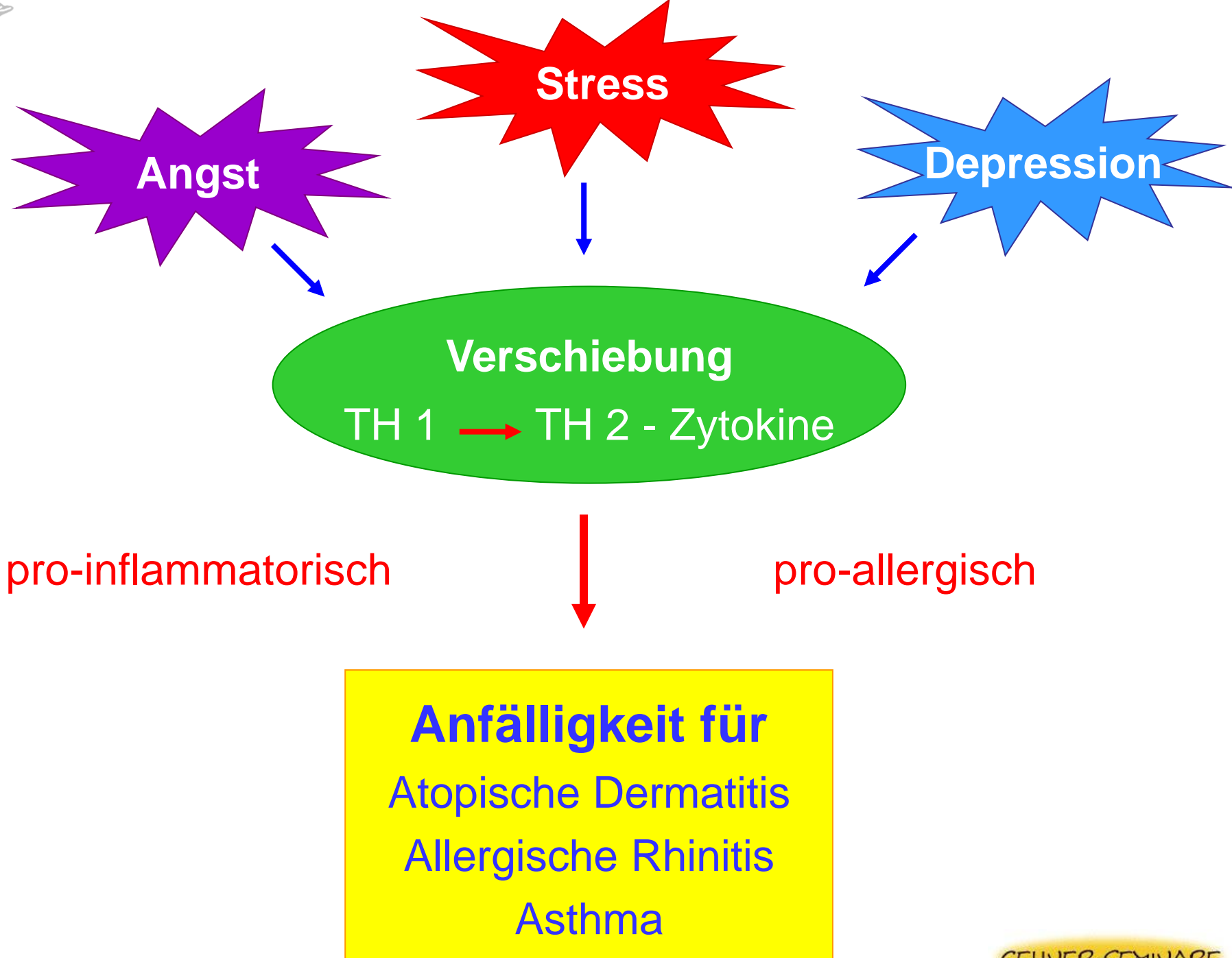


# Toleranz



hemmen  
T- + B-Zellen





pro-inflammatorisch

pro-allergisch

**Anfälligkeit für**  
Atopische Dermatitis  
Allergische Rhinitis  
Asthma

# Heuschnupfenmittel

## Dreluso Tabl.

Luffa operculata D4

**deutliche Reduktion** von

- Hypersekretion
- Nies- und Juckreiz

vor allem bei

**allergischer Rhinitis**

+ chronischen und entzündlichen  
Erkrankungen der Nase

**frühzeitig** einnehmen

... am besten ab Januar

Erw. + Jugendl. ab 12 J.

**akut**

alle ½ - 1 Stunde

höchstens 12 x tägl. je 1 Tabl.

**chron.:**

3 x tägl. 1 Tabl.

# Spenglersan® Kolloid K.

## Indikation: Heuschnupfen

- Abschwellen der Schleimhäute
- Stabilisierung des Immunsystem
- körpereigene Abwehr
- Allergiebereitschaft

## Therapie:

**Beginn:** 4 – 6 Wochen vor der Pollensaison:

1 – 2 x tägl. 2 Sprühstöße in jedes Nasenloch hochschnupfen

**Oder:** 3 x wöchentl. 5 -10 Sprühstöße in die Innenseite der Ellenbeuge einreiben

**gesamte Heuschnupfensaison:**

5 x tägl. 3 Sprühstöße in jedes Nasenloch

**Ausheilung** n. 2 – 3 Saisons (biologische Desensibilisierung)

**INFO:** [www.spenglersan.de](http://www.spenglersan.de) Tel: 0 72 23 - 95 65 000

ca. 3 Std. Abstand  
**Kombination mit G**  
Entzündung der  
Nasenschleimhaut ↓

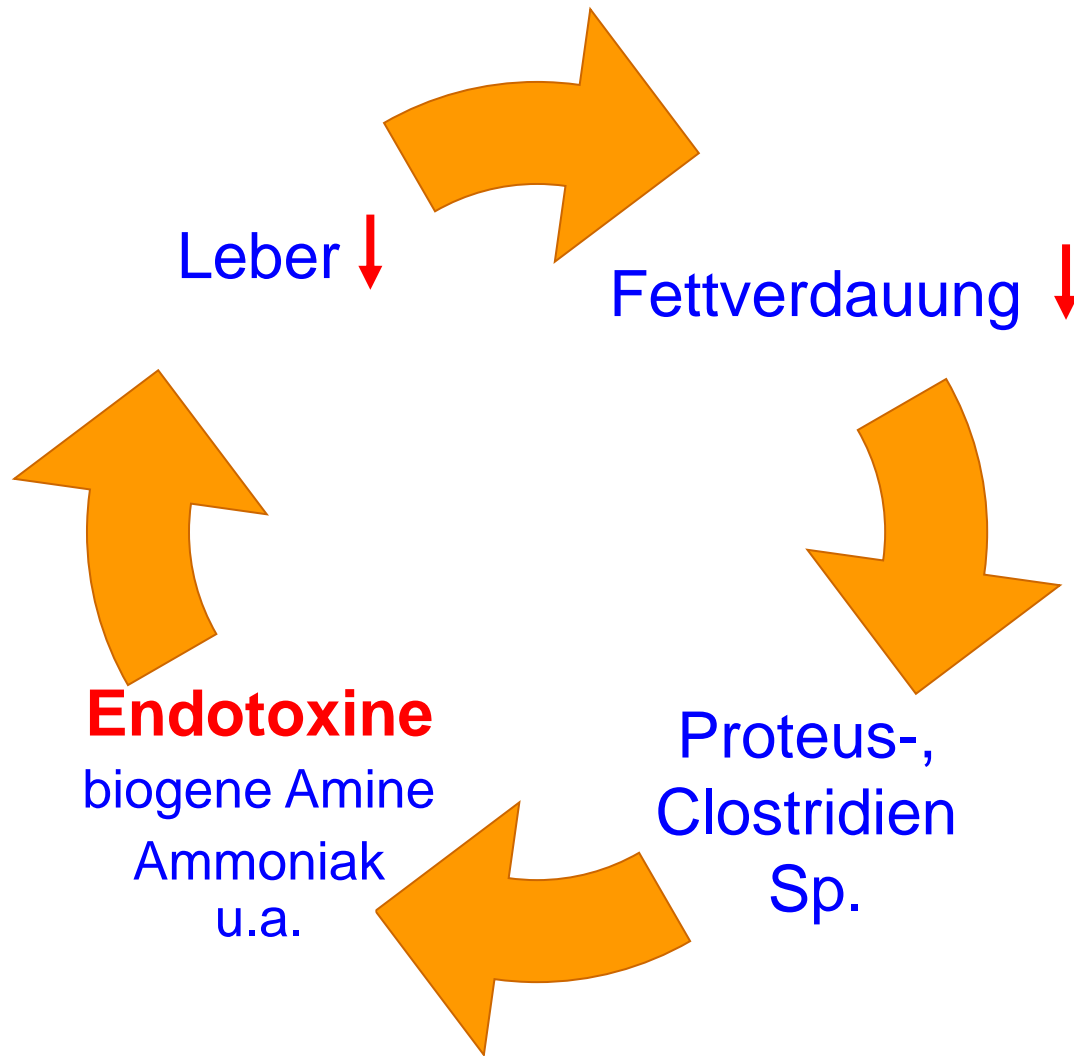


# Symptome einer latenten Azidose

- Müdigkeit, Erschöpfung, Antriebsschwäche, Konzentrations- und Schlafstörungen
- Neuralgien, Muskel- und Gelenkschmerzen
- **entzündliche Reaktionen, Infekte, erhöhte Allergiebereitschaft**
- brüchige Haare + Nägel, Osteoporose, Karies, Juckreiz, Ekzeme, saurer Schweiß
- Anämie, Hypo-Kaliämie, Tachykardie



# Darmflora und Leber



# Folgen der Fäulnis-Flora

Clostridien

Enterobacteriaceae (Proteus, Klebsiella u. a.)



„Fäulnisflora“



Abbau der Eiweiße zu



Ammoniakverbindungen und Nitrosaminen

S. 2

**Leber-Stoffwechsel**

- 7634 Alkalische Phosphatase (AP) Serum / 2,53
- 7635 AP-Isoenzyme Serum / 17,49
- 6094  $\alpha$ -1-Antitrypsin Serum / 10,49
- 7636 Ammoniak EDTA-Plasma gefr. / 12,82
- 7642 Bilirubin direkt Serum / 4,08
- 7643 Bilirubin gesamt Serum / 2,53
- 7095 Fetuin-A Serum / 53,66
- 7543 Carnitin-Profil Serum / 53,62
- 7644 Cholinesterase Serum / 2,53
- 7637 Disc-Elektrophorese Urin / 14,57
- 7632 Elektrophorese, inkl. Gesamteiweiß Serum / 13,40
- 7349 Gallensäuren Stuhl / 9,53
- 7645 GGT Serum / 2,53
- 7646 GLDH Serum / 2,91
- 7644 GOT Serum / 2,53
- 7647 GPT Serum / 2,53
- 5108 GST  $\alpha$  Serum gefr. / 23,46
- 7638 Galaktose Naf / 17,49
- 7648 Harnstoff Serum / 2,53
- 7545 Laktat/Pyruvat-Ratio Urin / 52,64
- 7653 Laktat Urin / 25,15
- 7645 Pyruvat Urin / 19,82
- 5119 Laktat/Pyruvat-Ratio Naf-Testset / 30,51
- 9543 Laktat Naf-Testset / 12,82
- 7654 Pyruvat Naf-Testset / 17,49
- 7649 LAP Serum / 6,99
- 7647 LDH Serum / 2,53
- 7650 LDH-Isoenzyme Serum / 17,49

**Bogen E** Mitochondropathie, Stoffwechsel, Neuro

**Mitochondropathie**

**Leber**

- 6336 Leber-Check  $\rightarrow$  AP, Bilirubin gesamt, Blutzucker, Cholinesterase, Elektrophorese inkl. Gesamteiweiß, GGT, GLDH, GOT, GPT, HbA1c, LAP Serum, EDTA, Naf / 51,27
- 6072 Fettleber, alkohol.  $\rightarrow$  CDT, GGT, GPT, Harnsäure, IgA, Triglyceride, Mg,  $P_0_4$ , Kl. Blutbild Serum, EDTA, Heparin / 38,23
- 7595 Fettleber, nicht-alkohol.  $\rightarrow$  Blutzucker, HbA1c, Proinsulin intakt, Triglyceride, Cholesterin, HDL, LDL, Fetuin A Serum, EDTA, Naf / 86,26
- 5832 Hepatopathie 1  $\rightarrow$  Hepatitis-Screening: Hepatitis A-AK, Hepatitis Bc-AK, Hepatitis Bs-Ag, Hepatitis C-AK Serum / 69,36
- 5802 Hepatopathie 2  $\rightarrow$  EBV: VCA-IgG-AK, Avidität, VCA-IgM: EA, EBNA-AK Serum / 87,45
- 5803 Hepatopathie 3  $\rightarrow$  CMV: IgG: IgM-AK Serum / 31,48
- 5947 Autoimmun-Hepatopathie  $\rightarrow$  AMA, ANA, ANCA, ASMA, LKM, SLA Serum / 339,51
- 6286 ANA-Differenzierung  $\rightarrow$  ENA-Differenzierung plus CENT B, dsDNS, Histone, Nukleosomen, rib. P-Protein Serum / 218,62
- 6074 Hämochromatose  $\rightarrow$  Ferritin, Transferrin, Fe, Kl. Blutbild Serum, Heparin, EDTA / 26,58
- 5730 Hämochromatose, hereditäre  $\rightarrow$  HFE-Allel EDTA / 353,56
- 6075 Morbus Wilson  $\rightarrow$  Coeruloplasmin, Cu, Kl. Blutbild Serum, Heparin, EDTA / 16,67

Abb. 4: Bogen E, Seite 2

# Gelum - Tropfen

100 g enthalten

30,0 g einer wässrigen Lösung des

Kalium-Eisen (III) - Phosphat-Citrat-Komplex (KEPC)

3,0 g L (+) - Milchsäure (rechtsdrehende Milchsäure)

0,1 g Kaliumsorbit

**bindet Ammoniak**



**Entlastung der Leber**

→ Laktat-Abbau ↑

→ Zellstoffwechsel ↑

→ Mitochondrien Aktivität ↑

→ Energie ↑

→ Sauerstoffversorgung der Gewebe ↑

**Indikation u. a.**

Leberzirrhose mit minimaler hepatischer Enzephalopathie

Umweltgifte

Nitrosamine

Ammoniak

Stresshormone

Darm - Leber-  
Hirn - Achse

neurodegenerative + entzündliche Prozesse im Gehirn

Neurodegeneration

Depression

Gedächtnisverlust

Demenz

Schlaganfall

DR. MED. KURT MOSETTER | THORSTEN PROBST | DR. WOLFGANG A. SIMON | ANNA CAVELIUS

# ZUCKER

## DER HEIMLICHE KILLER



Wie wir krank und süchtig werden  
Wie wir uns schützen, ohne auf  
Süßes zu verzichten





# Gelum - Tropfen

## Gute therapeutische Erfahrungen bei

- „Entschlackung“ der Gewebe (u. a. von Milchsäure)
- Störungen im Säure-Basen-Haushalt

## Verbesserung bei

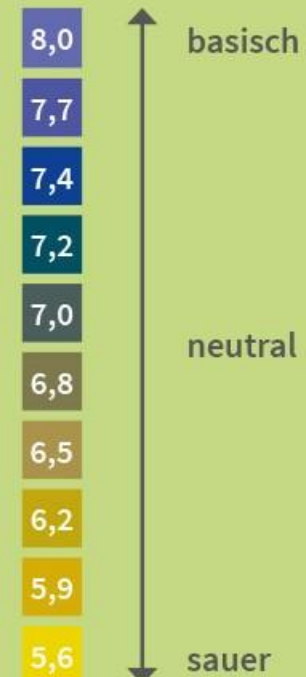
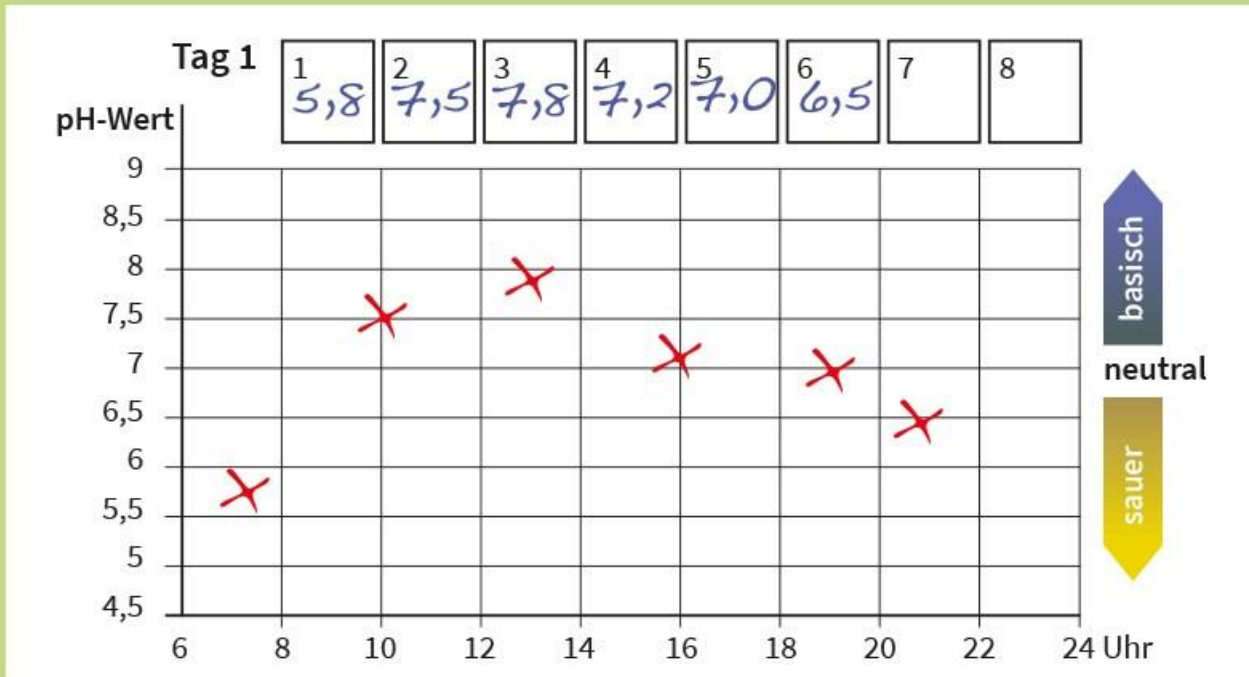
- Leistungsschwäche, Müdigkeit
- Konzentrations-Schwierigkeiten
- Ausdauer und Belastbarkeit



➔ **INFO-LINK:**

[www.dreluso.de/images/downloads/Gelum\\_Fachbroschuere.pdf](http://www.dreluso.de/images/downloads/Gelum_Fachbroschuere.pdf)





## „Säure-Test“ für die Stoffwechsel-Balance

QUELLE:

[www.spenglersan.de/wp-content/uploads/2018/11/Tagesprofil\\_Download\\_Spenglersan.pdf](http://www.spenglersan.de/wp-content/uploads/2018/11/Tagesprofil_Download_Spenglersan.pdf)

# BASASAN®

## Vital-Kapseln

### Indikationen:

Remineralisierung

Entsäuerung des Organismus

2 x täglich 2 Kapseln

[www.spenglersan.de](http://www.spenglersan.de)

Tel: 0 72 23 - 95 65 000

### Inhalt:

Calciumcitrat

Magnesiumoxid,

Zinkbisglycinat,

L-Cysteinhydrochlorid,

Natriumselenit

Retinylacetat

Calcium-D-panthothenat

D-alpha-Tocopherylacetat

Nicotinamid

Cholecalciferol

Thiaminhydrochlorid

Riboflavin

Pyridoxinhydrochlorid

Pteroylmonoglutaminsäure

D-Biotin

### INFO und Publikationen:

<https://spenglersan.de/produkte/basasan/basasan-vital-kapseln/>

**BASASAN®**

## **Basen-Kräutertee**

zur inneren Entsäuerung  
und Ausleitung

reich an Mineralien  
+ antioxidativen Flavonoiden

[www.spenglersan.de](http://www.spenglersan.de)

Telefon: 0 72 23 - 30 671

### **Inhalt**

Fenchel	23%
Zitronengras	20%
Anis	20%
Kümmel	
Schwarzkümmel	
Süßholzwurzel	
Himbeerblätter	
Rotbuschtee	
Karottenwürfel	



# Omega-3-Fettsäuren

- • **Entzündungen** ↓  
proinflammatorische Cytokine ↓ TNF-α, IFN-γ, IL-6  
Serotonin ↑ → Stimmung ↑
- • **mentale Leistungsfähigkeit:** Gedächtnis, Aufmerksamkeit, Rechengeschwindigkeit ↑

→ „Omega 3 Index“



Optimal: Omega-6 : Omega-3: **3 : 1** heute bis zu 50 : 1

Laborinformationen

## Kapillarbluttests



Allergo-Screen® Inhalation (IgE)	5
Allergo-Screen® Kinder (IgE)	6
Allergo-Screen® Nahrungsmittel (IgE)	7
Allergo-Screen® Nahrungsmittel Plus (IgE)	8
Aminosäuren	9
Borrellien	10
Cholesterin	11
Coenzym Q10	12
Eisenmangel	13
Herz-Risiko	14
Mikronährstoffe	15
Omega-3-Index	16
Schilddrüsenhormone und -antikörper	17
Vitamin D	18
Vitamine	19
Zonulin	20





# Omegan 750

750 mg Omega-3-Fettsäuren EPA & DHA

## Indikationen:

Hyperlipidämie, Arteriosklerose, Demenz

ADS / ADHS-Symptome

Chronische Entzündungen

Depressionen bei Erwachsenen und Kindern

Kostenfreie **Broschüre** von:

**Intercell:** 08102 / 80 650 – 0

E-Mail: [info@intercell-pharma.de](mailto:info@intercell-pharma.de)

# Influselect

Echinacea purpurea	Ø
Bryonia	D 4
Apis	D 3
Lachesis	D 8
Sulfur	D 10

3 – 4 tägl. 20 – 30 Tr  
(Erfahrungen von Therapeut/innen)

## Indikationen:

- Grippeähnliche, fieberhafte Erkrankungen
- Steigerung der Abwehrkräfte

[www.dreluso.de](http://www.dreluso.de)



# Sinuselect N

Calcium sulfuricum	D 4
Carbo vegetabilis	D 8
Cinnabaris	D 8
Hydrastis	D 4
Kalium bichromicum	D 4
Silicea	D 8
Thuja	D 8

## Indikation:

alle Formen der Sinusitis  
- akut und chronisch -  
auch mit Dauerkopfschmerz  
und Schwindel

## Dosierung:

akut: 3 x 30 Tr.  
chronisch: 3 x 10 Tr.  
(Erfahrungen von  
Therapeut/innen)

[www.dreluso.de](http://www.dreluso.de)



# Bronchiselect

Drosera	D3
Bryonia	D4
Tartarus stib.	D4
Spongia	D6
Ipecacuanha	D4

3 – 4 x tägl. 20 – 30 Tr. für Erw.  
(Erfahrungen von Therapeut/innen)

## Indikation:

Entzündliche Erkrankungen der Atemwege

- akut und chronisch -:

Bronchitis, Bronchialasthma, Keuchhusten

# Spenglersan G \*- Wirkung

**in der Nasenschleimhaut:**

Veränderung von Rezeptoren (z.B. CD 54) \*:  
(Down-regulation, Blockade)



**Viren**

- keine Schädigung der Schleimhaut



- kein Eindringen in den Körper

**„Rezeptor  
belegt“**

\* **nachgewiesen** durch Verwendung monoklonaler Antikörper

*Quelle: „Rezeptorverhalten von Zellen der Nasenschleimhaut nach Einwirkung von Spenglersan Kolloid G“, Prof. Dr. med G. Bundschuh Med. Fakultät Charité, Berlin*



# Spenglersan G \*

## Indikationen

- Bronchitis
- Sinusitis
- Rhinitis (allergica)
- Erkältungskrankheiten, Fieber
- Mandelentzündung
- Mittelohrentzündung
- Entzündungen
- Ekzem

### \* Antigene und Antitoxine aus:

Influenza A Virus Spengler ad usum externum Dil. D9  
Haemophilus influenzae Spengler ad usum externum Dil. D9  
Klebsiella pneumoniae subsp. pneumoniae Spengler  
ad usum externum Dil. D9

Immunmodulator  
bei **Grippe + Erkältungen**

**aktive** (Antigene)  
und gleichzeitige  
**passive** (Antitoxine)  
Immunmodulation

### akut:

alle 1/2 - 1 Stunde  
höchst. 6 x: 5 Sprühstöße

### PRÄVENTIV + chron.:

3 x 5 Sprühstöße  
in die Ellenbeuge

### Literatur



[www.spenglersan.de](http://www.spenglersan.de)

# (Rezidivierende) HWIs

- Entzündliche Reaktion des Uroepithels auf **Bakterien**
- 20 – 30 % der erwachsenen **Frauen**: ein oder mehrere HWIs pro Jahr
- 5 – 10 % aller Frauen leiden unter rezidivierenden HWIs
- Häufigste Ursache: **Darmbakterien (E.coli)**
- Bakterien bilden oft **Biofilme**

# Therapie ohne Antibiotika

- **Prävention:** gesunde Ernährung, Bewegung im Freien, Stress vermeiden
- **Kamille:** entzündlich, anti-bakteriell, als Bad oder Tee
- **Salbei:** entzündlich, z.B. als Tee bei Halsschmerzen
- Honig, Ringelblume, Aloe Vera, grüner Tee...  
Zwiebel, Knoblauch; Meerrettich
- **Cranberry:** (Mannose, Proanthocyanidine)
- **Probiotika** (auch während/nach Antibiotikatherapie)
- **Zink ...** und andere Spurenelemente



# Senfö-Glycoside

wirken

- bakteriostatisch
- virustatisch
- antimykotisch
- gegen Biofilme

enthalten in  
**Kapuzinerkresse**

Meerrettich

Senf

Kohl

Kresse



# Cynobal

Kapuzinerkressen-	
kraut	300 mg
Vitamin C	150 mg
Zink	2 mg *

## Zur Stärkung des Immunsystems

vor allem bei

- Atemwegsinfekten
- Harnwegsinfekten

3 x 2 Kapseln tägl.  
zu einer Mahlzeit

**Fa. Dreluso**

[www.dreluso.de](http://www.dreluso.de)

\* als gut verträgliches Zink-bis-glycinat)



# Änderungen unserer Ernährung

(in den letzten 50 Jahren)

## Größeres Substrat-Angebot

Kohlenhydrate - Stärke → Glukose, Fett und Eiweiß

→ Synthese (neuro-) toxischer und karzinogener Substanzen

→ „Leaky gut – Syndrom“

**Probiotica und eine „gesunde Darmflora“ schützen den Wirt**



# „Gesundheits-Check Darm“

- Florastatus
- Verdauungsrückstände
- Gallensäuren
- Pankreas-Elastase
- Calprotectin
- Zonulin
- Alpha-1-Antitrypsin
- sekretorisches IgA

**GANZIMMUN** Diagnostics, Mainz

[www.ganzimmun.de](http://www.ganzimmun.de), E-Mail: [info@ganzimmun.de](mailto:info@ganzimmun.de), Tel. 06131 - 7205-0

# „Breitband-Probiotika“

für die natürliche Artenvielfalt  
des Mikrobioms:

→ synergistische und pluripotente Wirkungen

(Wieder-) Aufbau  
eines physiologischen Mikrobioms  
bei erniedrigtem Artenreichtum +  
atypischer Verteilung der B.-Arten

## Indikationen:

- Gastro-intestinale Erkrankungen
- endokrine + metabol. Störungen
- Stärkung des Immunsystems,  
Allergien

**+ Inulin:**

pre-biotisch

Aktivität +  
Wachstum  
von Bakterien





→ **Multi-Spezies-Biologicum**  
mit 33 Kulturen aus  
sechs Bakteriengattungen

→ 20 Mrd. KbE pro Kapsel  
+ Inulin

90 Kapseln



**33**

sich ergänzende  
Leitkeime

25 Mrd. KbE pro Kapsel

**Inulin:** prebiotisch

## **Breitband - Biologicum**

abgestimmt auf die  
natürliche Artenvielfalt  
des Mikrobioms

**INFO:** 08102 - 80 65 00

[info@intercell-pharma.de](mailto:info@intercell-pharma.de)

# Immun-Intercell® *akut*

Vitamin C	350 mg
<i>Retard-Pellets</i>	
Zink	10 mg
Selen	100 µg
Vitamin D3	800 I.E.
Inulin	20 mg
Bakterienkulturen	5 Mrd. KbE
(magensaftstabil) *	

1 – 2 x tgl. 1 Kaps.

**Zur Stärkung des  
Immunsystems**

- auch parallel zu  
Antibiotica

# Vitamin C

Hoher Bedarf im (Dauer-) Stress

Cortisol   Vitamin C - Bedarf 

Hohe Belastung 1000 – 1500 mg / d

## C Intercell

- Hohe Bioverfügbarkeit
- 650 mg **Retard Wirkung!**

# C-Intercell®

Besonders gut bioverfügbares Vitamin C  
650 mg in **Retard-Pellets**.



Copyright 2017 INTERCELL Pharma.  
Alle Rechte vorbehalten.

## Freisetzungprofil Vitamin C

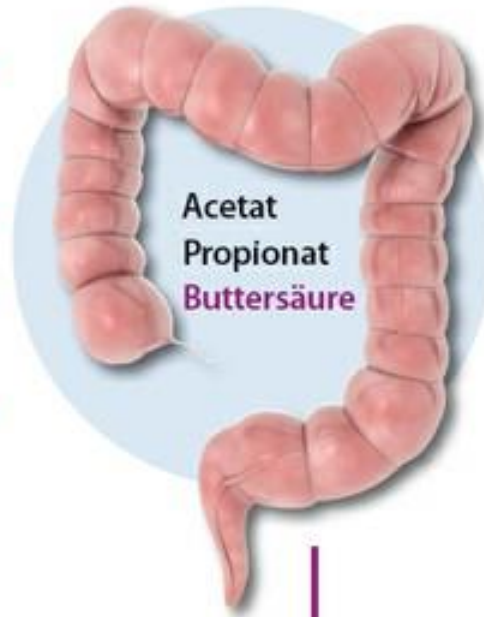
Stimulation der Na<sup>+</sup>- und Wasser-Absorption sowie der HCO<sub>3</sub><sup>-</sup>-Sekretion ins Darmlumen

Energiequelle des Kolonepithels

↓  
Prävention vor Kolitis durch Mukosa-Durchblutung

↓  
Förderung der Freisetzung von Muzin

↑  
Erzeugung von saurem Milieu



↓  
Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED)  
→ Linderung durch Einläufe

Deacetylase-Inhibitor  
→ Auflösung der Chromatinstruktur  
→ Genregulation

↓  
Reduktion der Zellproliferation  
↓  
Förderung der Apoptose und Differenzierung in Kolon-Karzinom-Zelllinien

↓  
Barrierschutz des Kolonepithels  
→ Förderung der Permeabilitätsbarriere

QUELLE: Ganzimmun Fachinfo 107:  
**Kurzkettige Fettsäuren** im Stuhl, 9.9.2021, S. 6

## Im Download bei Ganzimmun

FIN 133 Gastro Panel

FIN 90 Leaky-Gut-Syndrom

FIN 86 Endotoxinämie

FIN 70 Störungen der Bauchspeicheldrüse

FIN 107 Kurzkettige Fettsäuren

**alle Fach-Infos**

[www.ganzimmun.de/service/download-center](http://www.ganzimmun.de/service/download-center)





# Kurzkettige Fett-Säuren im Stuhl

**Essigsäure:** Energie Colon-Blutgefäße weit

**Propionsäure:** Leber

„Sättigungshormone“ ↑

Cholesterin, Triglyceride ↓

**Buttersäure:** Energie → Colonozyten + Körper

**Mucus** → Darmbarriere → Schutz

Entzündung ↓ Colitis ulcerosa !

▼ Magen-Darm-Diagnostik
➔ mehr Magen-Darm-Diagnostik auf Bogen A

- 1282 GastroPanel® → Gastrin 17 nüchtern und nach Stimulation, Pepsinogen 1,2 inkl. Ratio, Helicobacter pylori-AK (IgG) **neu** ..... Testset / 134,74
- 9997 AK gegen PCA und IFA **neu** ..... Serum / 55,96
- 1130 mykologische Stuhluntersuchung → quant. Bestimmung von Hefen, Schimmelpilzen ..... Stuhl / 8,04
- 5776 Profil Parasiten (PCR) → Giardia lamblia, Entamoeba histolytica, Cryptosporidium spp., Blastocystis hominis, Dientamoeba fragilis, Cyclospora cayetanensis **neu** ..... Stuhl / 99,09
- 1261 parasitologische Stuhluntersuchung (mikroskopisch) → Blastocystis hominis, Würmer, Wurmeier ..... Stuhl / 29,14
- 5775 Profil Virale Enteritiserreger (PCR) → Norovirus GI + GII, Rotavirus, Adenovirus, Astrovirus, Sapovirus **neu** ..... Stuhl / 113,95
- 1101 Florastatus → quant. bakt. und myk. Stuhluntersuchung, pH-Wert .. Stuhl / 40,79  
\*inkl. Nachweis von Cl. difficile und histaminbild. Bakterien
- 1186 **Gesundheitscheck Darm** → Florastatus\*, Verdauungsrückstände, α-1-AT, Calprotectin, Gallensäuren, Pankreas-Elastase, slgA, Zonulin ..... Stuhl / 138,85
- 1189 Darmcheck Inflammation → Florastatus\*, Verdauungsrückstände, α-1-AT, Calprotectin, slgA, EPX, Lysozym, PMN-Elastase, β-Defensin 2, Lactoferrin ..... Stuhl / 155,04
- 1227 Darmcheck Kinder → Florastatus\*, α-1-AT, Calprotectin, EPX, slgA. Stuhl / 93,39

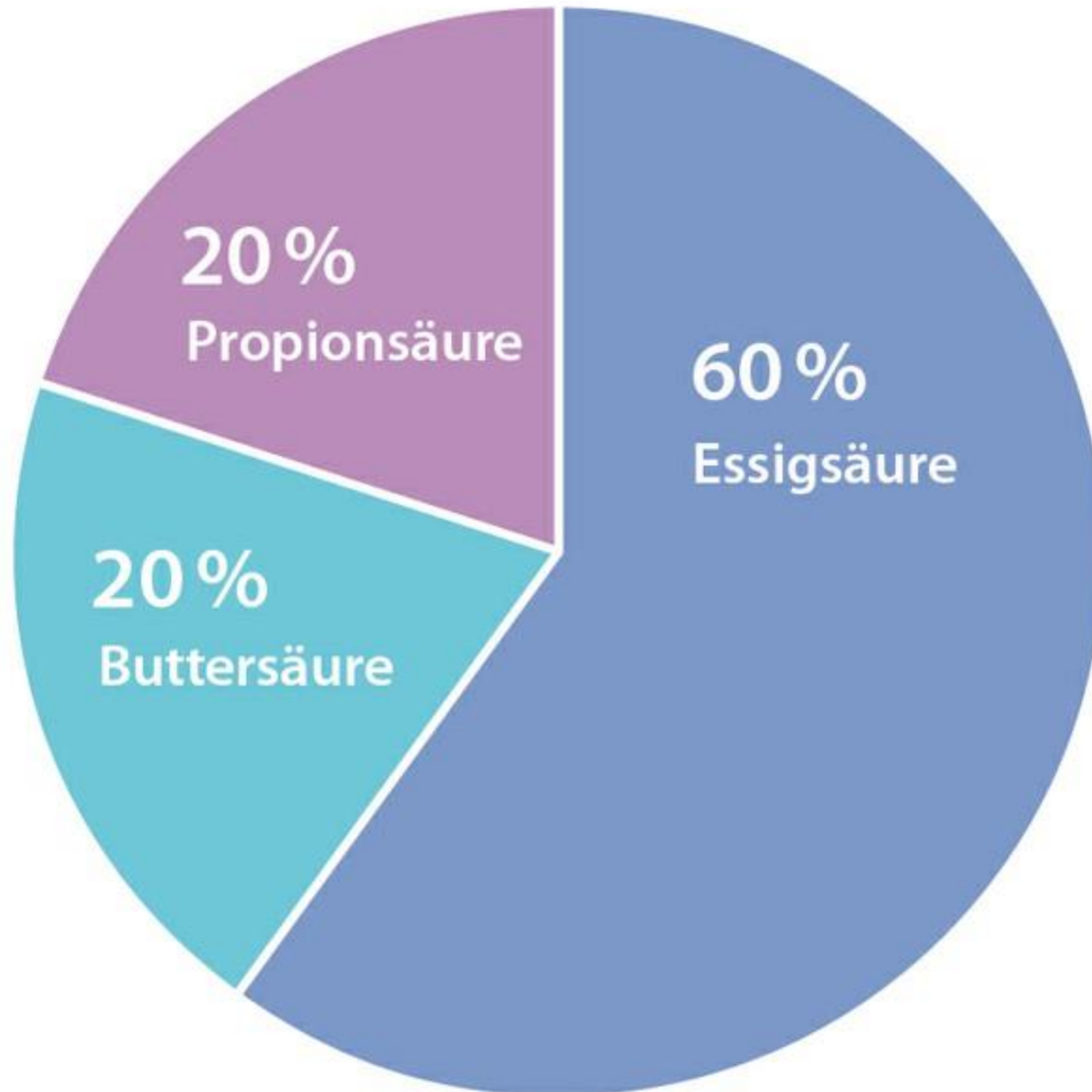
- 1140 Darmcheck ungestillt. Säugling → Florastatus\*, α-1-AT, Calprotectin, EPX, Lysozym, slgA ..... Stuhl / 101,43
- 1141 Darmcheck gestillt. Säugling → Florastatus\*, α-1-AT, Calprotectin, EPX .... Stuhl / 83,34
- 7701 Mikrobiom-Analyse → Diversität, Dysbiose, Enterotyp, Risikof. Stuhl-Testset / 99,09
- 9826 Darmcheck Mikrobiom → Mikrobiom-Analyse, α-1-AT, Calprotectin, Gallensäuren, Pankreas-Elastase, slgA, Verdauungsrückstände ... Stuhl-Testset / 236,79
- 5785 Clostridien diff. Inkl. Toxin A/B-Gene ..... Stuhl / 64,12
- 5767 Mukosaprotektive Flora → Akkermansia muciniphila, Faecalibacterium prausnitzii ..... Stuhl / 64,12
- 5751 Firmicutes/Bacteroidetes-Ratio ..... Stuhl / 64,12
- 9181 Kurzkettige Fettsäuren → Butyrat, Acetat und Propionat ..... Stuhl / 27,48
- 6378 Zonulin ..... Serum / 33,66
- 1279 Tryptophan ..... Stuhl / 33,22
- 1208 Malabsorption → α-1-AT, Calprotectin ..... Stuhl / 25,06
- 1207 Maldigestion → Gallensäuren, Pankreas-Elastase ..... Stuhl / 29,29
- 1250 Schleimhautimmunität → β-Defensin 2, slgA ..... Stuhl / 26,81
- 1205 Helicobacter-Ag ..... Stuhl / 18,94
- Colon-Karzinom**
- 1201 Tumor M2-PK ..... Stuhl / 20,11
- 1202 Kombinationstest → Calprotectin, Hämoglobin, Hämoglobin-Haptoglobin, M2-PK ..... Stuhl-Testset / 54,79

**„Gesundheitscheck Darm“ 1186**

Florastatus  
 Verdauungsrückstände  
 α-1-AT,  
 Cal-protectin  
 Gallensäuren  
 Pankreas-Elastase  
 slgA

**9181**

„kurzkettige FS im Stuhl“



Benötigtes Untersuchungsmaterial: Stuhl

**Ganzimmun**  
**Fachinfo 107:**  
**Kurzkettige Fettsäuren**

Untersuchung	Ergebnis	Einheit	Vorwert	Referenzbereich/ Nachweisgrenze
--------------	----------	---------	---------	------------------------------------

Magen-Darm-Diagnostik

**Kurzkettige Fettsäuren aus Stuhl:**

Fettsäuren gesamt**	153,0	µmol/g		> 167,0
Essigsäure**	54,2	µmol/g		55,9 - 97,5
				Bitte beachten Sie den geänderten Normbereich.
Essigsäure (relativ)**	35,4	% ges. FS		54 - 64
Propionsäure**	28,4	µmol/g		19,0 - 34,7
				Bitte beachten Sie den geänderten Normbereich.
Propionsäure (relativ)**	18,6	% ges. FS		18 - 23
Buttersäure**	23,8	µmol/g		15,0 - 36,5
				Bitte beachten Sie den geänderten Normbereich.
Buttersäure (relativ)**	15,6	% ges. FS		15 - 23

# Ballaststoff-Komplex Guar-Kernmehl

Energiesubstrat für die Mikrobiota

*bei Obstipation, Reizdarmsyndrom (obstipativ + Diarrhoe-Typ) u.a.*

## Studien basiert:

- ↑ **Signifikante Zunahme der Konzentration von Butyrat: 43 %, Acetat: 15 %, Propionat: 5 %**
- ↑ Bifidobakterien ssp. > 210 %
- ↑ anti-entzündliche Keime (E. hallii; SS2/1)
- ↓ pH im Darm
- ↓ Ammoniak + Putreszine
- ↑ Mukusbarriere - Guar(an): ein natürlicher Schleimstoff
- ↑ Schrankenfunktion der Kolonmukosa

# Fiber-Intercell®

**Ballaststoff-Komplex\*** zum Diätmanagement  
bei Reizdarmsyndrom, Obstipation u. a.



**Fermentiertes Guar-Kernmehl**  
aus kontrolliert biologischem Anbau  
pro Stick: 3,7 g Ballaststoffe

**Dosierungs-Empfehlung:**  
die ersten 3 - 5 Tage ½ bis 1 Portionsstick  
in *ausreichend* Wasser oder Speisen  
(langsam) **einrühren**  
dann evtl. steigern auf  
2 Sticks pro Tag (morgens und abends)

\* Ballaststoffe: „Nahrungsfasern“ (engl.: „dietary fiber“)

Quelle: Fachinformation  
Fiber Intercell

# „Schleim als therapeutische Goldmine“

**Eingeschleimt: Mukus gegen Mikroben**

**Die Schleimschicht im Körperinneren  
schützt uns vor Pathogenen.**

Wie genau das funktioniert,  
haben Bioingenieure vom MIT\* jetzt herausgefunden.

\*Massachusetts Institute of Technology

[https://www.doccheck.com/de/detail/articles/23722-ingeschleimt-mukus-gegen-mikroben?utm\\_source=DC-Newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=Newsletter-DE-DocCheck%20News%2019.43%20\(Montag\)-2019-10-21&utm\\_content=asset&utm\\_term=article](https://www.doccheck.com/de/detail/articles/23722-ingeschleimt-mukus-gegen-mikroben?utm_source=DC-Newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=Newsletter-DE-DocCheck%20News%2019.43%20(Montag)-2019-10-21&utm_content=asset&utm_term=article)

***leaky gut*** (engl. durchlässiger Darm)

mögliche Ursachen u. a.:

- Stress
- Medikamente, Alkohol, Nikotin,
- Mikroorganismen (enteropathogene E.coli)
- bakterielle Toxine (Clostridien u. a.)
- pro-inflammatorische Zytokine



Eindringen von  
Allergenen, Schadstoffe, Krankheitserregern



Sensibilisierungs-Risiko → Epithel-Schädigung



# Leaky gut-Diagnostik

- **Hinweise auf Entzündungen:**  
Calprotectin, sIgA

# Leaky gut-Diagnostik

- **Zonulin** (Serum + Stuhl)  
erhöhte Durchlässigkeit der Darmwand
- **Lipo-Poly-Saccharide** = Endotoxine (Serum)  
Zellwandstrukturen Gram-negativer Bakterien
- **Alpha-1-Antitrypsin**  
Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten  
(IgE- und IgG-vermittelt), auch: **Gluten !**, Histaminosen
- **Hinweise auf Entzündungen:**  
**Calprotectin, sIgA**



**Fach-Infos** 90 Leaky-Gut-Syndrom, 86 Endotoxinämie

# Resistente Stärken RS 2 u. 3 + Pre-biotisches Guar

butyratbildende Bakterien ↑ + Bifidobakterien ↑



kurzkettige FS) ↑  
pH-Wertes im Dickdarm ↓  
Ammoniakbildung ↓



Mucus-Bildung ↑ Schleimhaut-Permeabilität ↓  
Barrierschicht des Darmepithels ↑



Leaky-Gut-Syndrom ↓ Endotoxinämie ↓  
Entlastung des Leberstoffwechsels  
Stuhlmasse ↑ Obstipation ↓ Reizdarmsyndrom ↓

# Mukosa Intercell

Funktioneller Ballaststoffkomplex für eine **intakte intestinale Barriere** und ein stabiles Darmmilieu

## Indikationen:

- „Leaky-Gut“-Syndrom
- akute (Entero-)Colitiden
- Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (M. Crohn, Colitis ulcerosa)
- Neoplastische Veränderungen

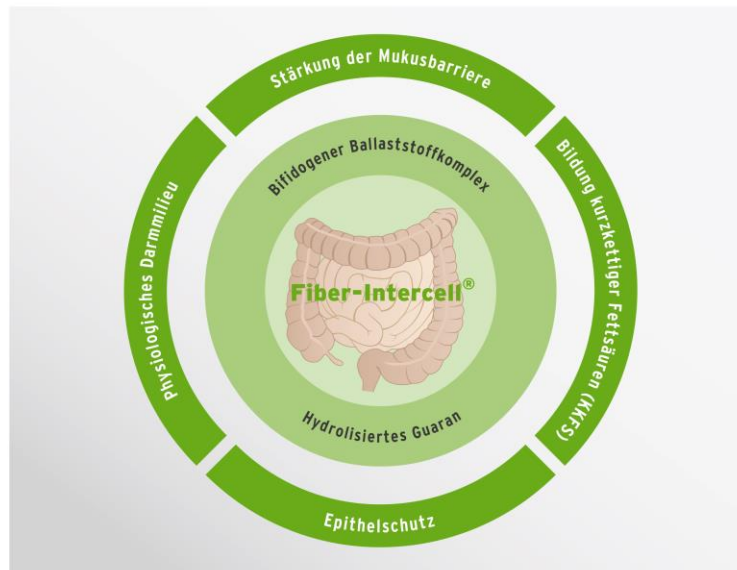
- Mikrobiota-verfügbare Ballaststoffe 6,7 g u. a. **Guaran**
- **resistente Stärken** durch enzym-reiche Kiwifrucht 3,0 g
- **resistente Stärke** (Typ 2 und 3)
- Eiweißbaustein L-Glutamin
- Darm-bedeutsame Mikronährstoffe
- **Kiwi-Extrakt** unterstützt das Wachstum des **mukosa-protectiven Keims F. prausnitzii**

## Dosierungs-Empfehlung:

die ersten 3 - 5 Tage  $\frac{1}{2}$  - dann bis 1 Portionsstick  
aufgelöst in *100 – 200 ml Wasser*

## Fiber-Intercell®

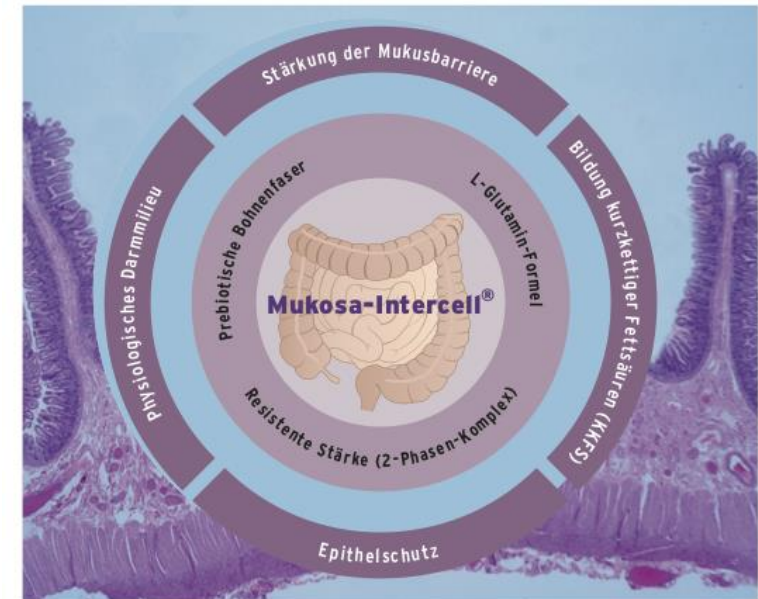
Funktioneller Ballaststoffkomplex zum Diätmanagement bei Reizdarmsyndrom sowie bei Obstipation



## Mukosa-Intercell®

Funktioneller Ballaststoffkomplex für eine intakte intestinale Barriere und ein stabiles Darmmilieu

Mit MAC (*Mikrobiota-verfügbare Saccharide*) für die energetische Versorgung der Enterozyten und den Epithelprotektoren L-Glutamin, Vitamin D, Zink und Biotin

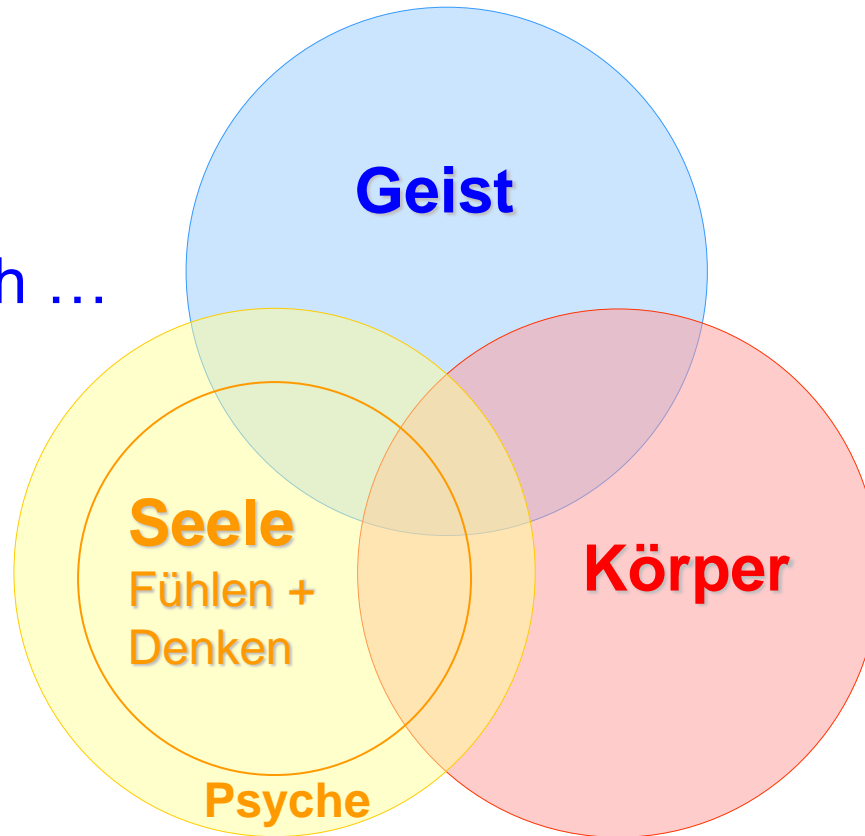




# Die Einheit

psycho-somatisch ...

somato-psychisch



# Von der Psyche zum Immunsystem ... und zurück

## „**Psycho-Neuro-Immunologie**

(untersucht) die *wechselseitigen* Abhängigkeiten von

**Psyche, Nerven-, Hormon- und Immunsystem**

....und (konnte) dabei in den letzten 35 Jahren die

**Untrennbarkeit von Psyche und Körper**

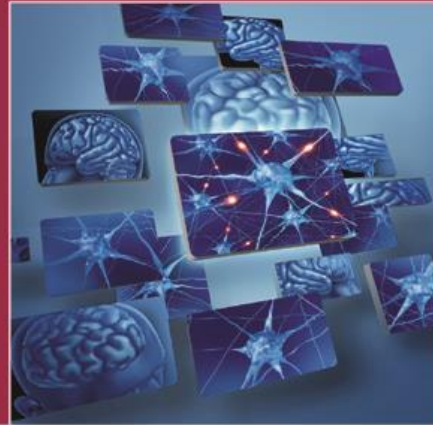
**wissenschaftlich belegen...“**

Prof. DDr. Christian Schubert

Leiter des Labors für Psychoneuroimmunologie an der  
Klinik für Medizinische Psychologie, Department für Psychiatrie und Psychotherapie  
der Medizinischen Universität Innsbruck

Christian Schubert

2. Auflage



# Psychoneuro- immunologie und Psychotherapie

Mit Geleitworten von Horst Kächele,  
Joel E. Dimsdale und Gerhard Schüßler

 Schattauer

**492 Seiten, 43 Abb., 10 Tab.**  
2. Nachdruck 2021 der 2. überarb. Aufl. 2015





# Psyche und Immunsystem

**Depression**

Aktivität der NK – Zellen ↓

**Angst**

Lymphozyten-Produktion ↓

**Optimismus**

Krankheits-Verlauf bei HIV langsamer

**Selbstwert**

AK nach Röteln-Infektion ↑

**Selbstwirksamkeit**

HIV – Viren im Blut ↓      Sterblichkeit ↓

**Soziale Bindungen**

NK – Zellen ↑      IL-6 ↓

Stimulation der erworbenen Immunität ↑

Respons auf Viren ↑



# Psycho-Neuro-Immunologie

**Vegetatives NS**  
**Sympathicus – Para-Sympathicus**

**Lymphatisches System:**  
**Lymphknoten – Milz**

**Adrenalin**  
**Wirkungen**

**Hypophysen**  
**Vorderlappen**

**Limbisches**  
**System:**  
Amygdala  
Hypothalamus

**Neben-Nieren-**  
**Rinde**



# Allergien im Volksmund

Darauf reagiere ich allergisch

Ich hab die Nase voll

Sich Luft machen

Ich **könnte** aus der Haut fahren



# Konditionierung des Immunsystems

**Allergen-Exposition + sehr seltsam schmeckendes Getränk**



**Assoziation beider Reize**

**alleinige Einnahme des Getränks**



**Allergische Reaktion**

**Stärker als der unkonditionierte Reiz**

**(= nur das Allergen)**



**Antigen**

**Reiz**

**Stress**

**Angeborenes Immunsystem**  
(Schleim-) Haut, Flora  
humoral, zellulär  
Gefahr ?

**Epigenetische Einflüsse**  
Erfahrungen  
Beziehungen  
Konditionierungen

**Immun-Antwort**



# Klassische Stressoren

- **Aufregungen**
- Prüfungen
- Entscheidungen
- Erwartungen
- **Angst / Panik**
  
- **Konflikte:** Beruf, Partner/in, Familie
- Ärger / Wut – auch unterdrückt
  
- Katzen-Bild, Kunstrosen



# Konditionierungen

Wahrnehmung:

Katzenbild – Pollen-Flugvorhersage ? - Konflikte



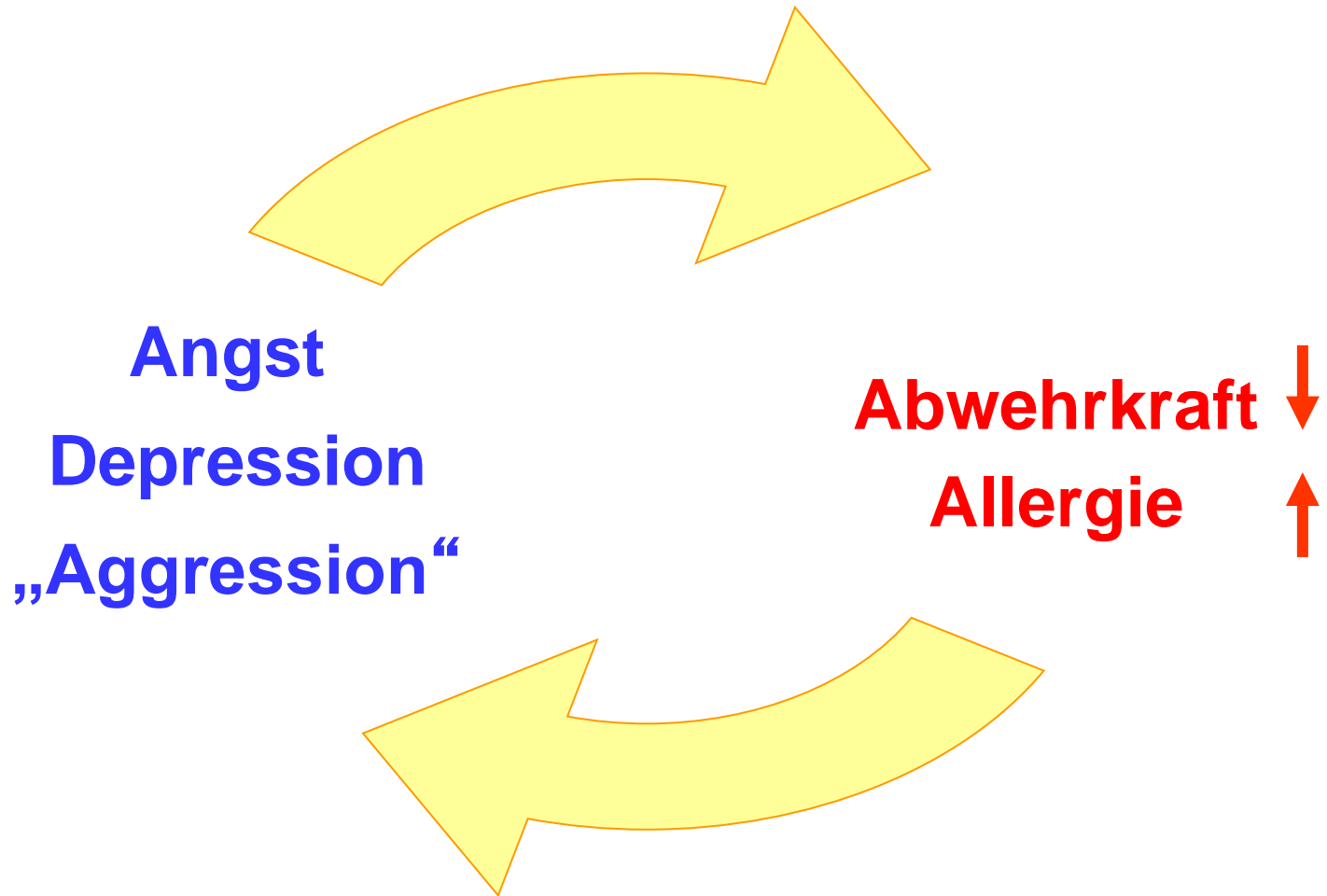
Gedanken / Überzeugungen → **Bewertung**



**Emotionen**

Ärger - Angst – Hoffnungs- und **Hilf-losigkeit**

**Verlust der Kontrolle**







# Stress

## neuro – endokrino - logisch

- Amygdala ↑
- Cortisol ↑ → ↓
- Hippocampus ↓
- Neurotransmitter ↓  
Serotonin      Nordrenalin      ← Vitamin B 1  
GABA, Acetylcholin, Glutamat
- Entzündungen ↑

# Vor der Therapie die Diagnose ... !

4516 **Cortisol**-Tagesprofil - 5 Messungen im Speichel

4504 adrener Stressindex  
Cortisol-Tagesprofil, **DHEA**

5304 **Neuro-Balance-Profil**  
Cortisol-Tagesprofil, DHEA, Nor-, Adrenalin,  
**Dopamin, Serotonin**

5459 **Neuro-Endokrines Profil**  
Neuro-Balance-Profil plus Histamin,  
**Östradiol, Progesteron, Testosteron**

4518 **Neurotransmitter Basis**  
Nor-, Adrenalin, Dopamin, Serotonin

## **Beruhigung des Vegetativums**

- Herzschmerzen
- Kopfschmerzen
- „Gefühl“ der Überforderung
- hormonelle Fehlreaktionen -  
speziell klimakterische Beschwerden

## **Neuroselect**

Lycopus virginicus	D 2
Pulsatilla	D 4
Passiflora incarnata	D 2
Gelsemium	D 4

3 x 15 - 20 Tr.

**akut:**

3 - 4 x tägl. 20 - 30 Tr.

(Erfahrungen von Therapeut/innen)

**Weitere Infos:**  
[www.dreluso.de](http://www.dreluso.de)

# Sedaselect Tr. hom.

Avena sativa	∅
Ignatia	D4
Valeriana	D3
Selenium amorph.	D8
Gelsemium	D4

**Dosierung:** 3 – 4 tägl. 15 – 25 Tr  
(Erfahrungen von Therapeut/innen)

## Indikationen

- Nervöse Erschöpfung
- Unruhe
- Schlafstörungen

**Fa. Dreluso**

[www.dreluso.de](http://www.dreluso.de)



Foto: Mit freundlicher Genehmigung der Fa. Dreluso

# Sedaselect® Kapseln - pflanzlich

neu



Zusammensetzung	1 Kapsel enthält:	Tagesdosis (3 Kapseln) enthält:
<b>Baldrianwurzel-Pulver</b>	90 mg	270 mg
<b>Hopfenzapfen-Pulver</b>	90 mg	270 mg
<b>Melissenblätter-Pulver</b>	90 mg	270 mg
<b>Passionsblumenkraut-Pulver</b>	90 mg	270 mg

Noch keine EU-Empfehlung für den Tagesbedarf vorhanden.



**Baldrian (*Valeriana officinalis*):** Baldrian wird bei Schlafstörungen mit Unruhe, Unruhezuständen und nervösen Störungen eingesetzt.

**Hopfen (*Humulus*):** Dem Hopfen wird eine beruhigende Wirkung zugeschrieben. Er findet daher Einsatz bei Befindungsstörungen wie Unruhe und Angstzustände sowie Schlafstörungen.

**Melisse (*Melissa officinalis*):** Melisse wird zur Entspannung und zur Beruhigung des Nervensystems angewendet. Dazu gehören auch nervöse Herzbeschwerden, Schlafstörungen, Unruhe und Reizbarkeit.

**Passionsblume (*Passiflora*):** Die Passionsblume wirkt beruhigend und wird gerne gegen Schlafstörungen verwendet. Sie wirkt ebenfalls krampf- und angstlösend, sodass sie gegen zahlreiche nervös bedingte Gesundheitsbeschwerden verwendet werden.

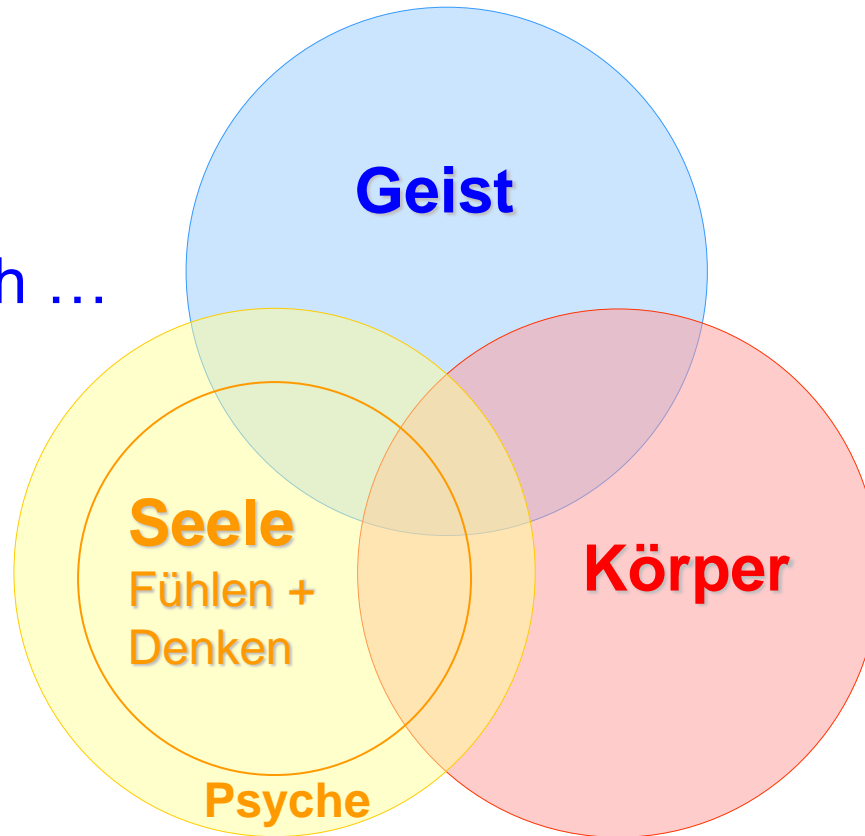
**Quelle:** Dreluso Präparateverzeichnis - Kompendium für Fachkreise



# Die Einheit

psycho-somatisch ...

somato-psychisch





# „Singen stärkt die Immunkompetenz“ \*

		nach der Chor-Probe	Musikhören von CD + Lesen von Texten
IgA	↑	ca. 40 %	ca. 10 %
Cortisol	↓	geringfügig	ca. 30 %

\* Studie von Musikpsychologe Gunter Kreutz  
Johann-Wolfgang-Goethe-Universität Frankfurt am Main



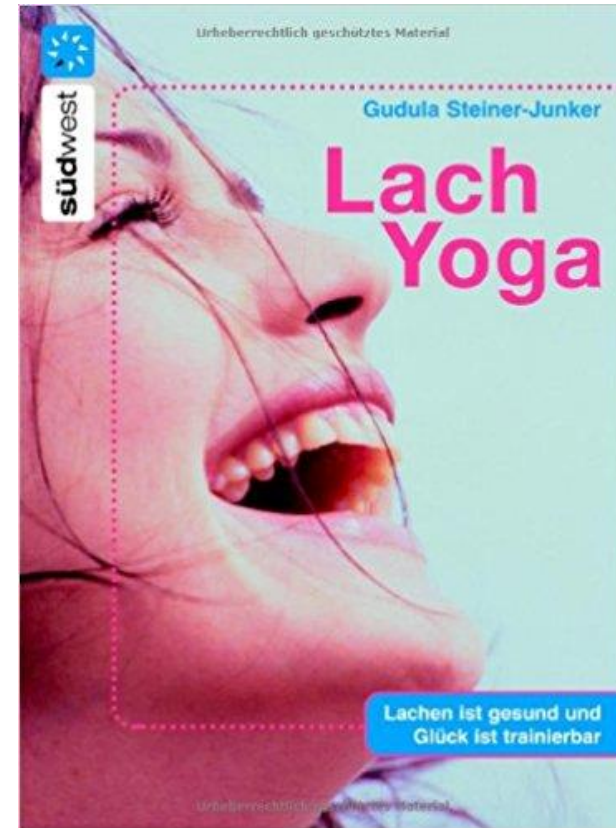
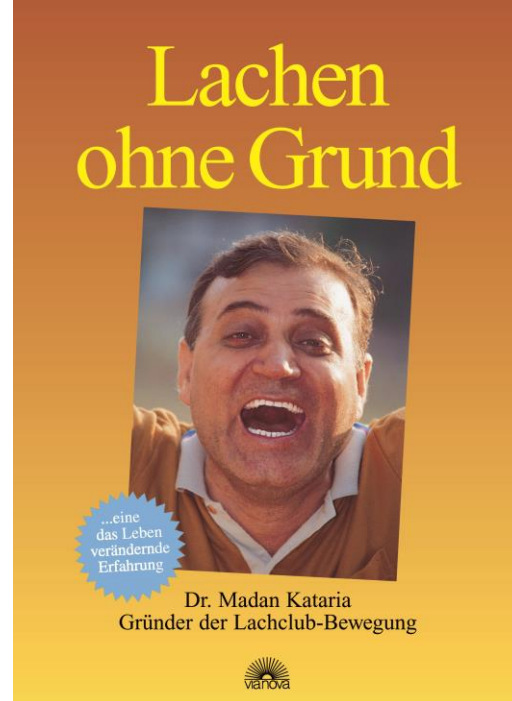
# Lach – Yoga - Wirkungen

- NK – Zellen und div. Zytokine ↑
- IgA, IgG und IgM ↑
- Adrenalin und Cortisol ↓
- Serotonin ↑
- Endorphine ↑
- bewirkt eine „Sauerstoff-Dusche“ für das Gehirn

..... außerdem macht Lachen einfach Spaß .... !!!

**Wiss. Literatur:** [www.lachverband.org/Wissenschaft.53763.html](http://www.lachverband.org/Wissenschaft.53763.html)





**„Gelotologie“**

***Der Arzt in uns selbst***

*Die Geschichte einer erstaunlichen Heilung*

*– gegen alle düsteren Prognosen*

Wer grundlos lacht,  
lacht am besten

*Ephraim Kishon*

Jeder Tag, an dem du nicht  
lächelst, ist ein verlorener Tag.

*Charly Chaplin*

*Nicht die Glücklichen sind dankbar.*

*Es sind die Dankbaren,*

*die glücklich sind.*

*Francis Bacon*



**Film: "Abwun" –  
Der Ruf der Liebe**

**Das  
„Vater-Mutter unser“  
Übertragung in  
unsere Zeit  
und Sprache**

[www.gehner-seminare.de](http://www.gehner-seminare.de)





Wir danken für Ihre Aufmerksamkeit !



# Quellen und Literaturauswahl

- BAUER, Joachim:** Das Gedächtnis des Körpers. Wie Beziehungen unsere Gene beeinflussen
- COUSINS, Norman:** Der Arzt in uns Selbst. Anatomie einer Krankheit aus der Sicht des Betroffenen  
Rowohlt Verlag, Hamburg 1981
- DAHLKE, Rüdiger:** Krankheit als Symbol. Handbuch der Psychosomatik. Symptome, Be-Deutung,  
Bearbeitung, Einlösung; 3. Auflage, Bertelsmann Verlag, München 1996
- HOFFMANN : Sven O.** Neurosenlehre, Psychotherapeutische und Psychosomatische Medizin  
und **G. HOCHAPFEL:** überarbeitete und erweiterte Auflage, Schattauer Verlag, Stuttgart 1999
- KATARIA, Madan** Lachen ohne Grund. Eine Erfahrung, die Ihr Leben verändern wird, Vianova Verlag
- RUEGG, Johann C.:** Gehirn, Psyche und Körper. Neurobiologie von Psychosomatik und Psychotherapie  
Schattauer Verlag, 4. Auflage, Stuttgart 2007
- SCHARL, Hubert::** Die „Organsprache“ als symbolischer Ausdruck für seelische Ursachen und Konflikte.  
Verlag T. Marczell, München 1976
- SCHARL, Hubert:** Psychosomatische Medizin für die tägliche Praxis. Erkenntnisse, Möglichkeiten und  
Techniken für die ambulante Behandlung. Pflaum Verlag, München 1985
- SCHUBERT, Christian:** Psychoneuroimmunologie und Psychotherapie, Schattauer Verl., 2., überarb. Aufl. 2015
- STEINER-JUNKER, Gudula:** Lach Yoga. Lachen ist gesund und Glück trainierbar, Südwest Verlag, München 2006
- UEXKÜLL et al.:** Psychosomatische Medizin. Theoretische Modelle und klinische Praxis -  
Elsevier-Verlag, 7. Aufl. 2010 (die 6. Auflage ist günstiger zu bekommen)