



Gesundheit & Medizin



Aktuelle Themen zu Gesundheit und Prävention, Zahngesundheit und Zahnästhetik, Sport, Beauty und ästhetische Medizin, Vitalstoffe und Ernährung sowie Anti-Aging – Alt werden, jung bleiben

- Anti-Aging durch bestimmte Lebensmittel?
- Gesundere Psyche durch den Verzicht auf Zigarette & Co.
- Empfindliche Haut – welche Auslöser sind die Ursache?
- Händedesinfektionsmittel landen häufig in Kinderaugen
- Zahl der Zecken bricht Rekorde
- Kann regelmäßiger Fischverzehr Kinder vor Asthma schützen?
- Deutsche haben häufig Rückenschmerzen
- Häufige Leistenverletzungen bei Fußball und Eishockey
- Diese beiden Vitamine könnten das Erkrankungsrisiko für Parkinson senken
- Lactobazillus casei unterstützt nach der Behandlung chronisch bakterieller Prostataentzündungen
- Pflanzenheilkunde (Phytotherapie)

Liebe Menschen,

wir erleben gerade schwierige und turbulente Zeiten. Wir könnten uns gedemütigt, hilflos und ängstlich fühlen und uns von den sehr widersprüchlichen Meldungen orientierungslos fühlen. Was weiter hilft, ist kritisches Bewusstsein.hinterfragen und seinem Bauchgefühl folgen. Ich habe die Wahl: Gehe ich in die Angst oder gehe ich in meine Kraft.

Dort draußen läuft ein grosses Planspiel. Ich bezweifle nicht die mögliche Existenz eines Covid-19-Virus. Da vertraue ich Experten, höre mir alle Stellungnahmen an, die wir im Internet finden können.Was ich wahrnehme, ist keine Pandemie, sondern ein normales Grippegeschehen wie jedes Jahr, was seit Jahrhunderten stattfindet. Die Angst ist unser größter Gesundheitsfeind mit unabsehbaren Folgen für unsere Gesundheit. Jeder 3. wird irgendwann mit der Diagnose Krebs konfrontiert. Bei diesem Gedanken gehen wir sofort in die Angst. Was könnten wir tun? So vieles! Unsere seelische und körperliche Gesundheit fördern. In Frieden, Freiheit und Kraft leben. Familienbande fördern, Freundschaften pflegen, die Intelligenz von unseren Ahnen, die in unserer DNA abgespeichert zu aktivieren, Aufenthalt in der Natur und gesunde Nahrung, Luft und Wasser. Das sind nur Beispiele, für was entscheide ich mich oder schlucke ich das, was mir angeboten wird? Noch was Wichtiges. Schalten Sie die Hauptmedien aus und widmen sich dem Nächsten.

Ihr Wegbegleiter