

## **Infektanfälligkeit**

### **Warum bin ich erkältet? Warum so oft? Wieso so lange? Was kann ich dagegen tun?**

#### **Sind es Viren oder Bakterien?**

Die Grippe oder grippeähnliche Erkältungen werden in den meisten Fällen durch Viren übertragen. Ein gutes und intaktes Immunsystem kann diese Virusangriffe häufig abwehren. Allerdings verändern die Viren immer wieder ihr Gesicht, so dass das Immunsystem sie nicht wiedererkennt, damit nicht abwehren kann und es zu neuen Erkrankungen kommen kann. Ist der Acker umgepflügt, das Immunsystem überfordert, gesellen sich Bakterien dazu. Das abgehustete oder ausgeschneuzte Sekret wird dann meist trüb oder gelblich.

#### **Symptomatische Behandlung zu häufiger Infekte**

Die symptomatische Behandlung berücksichtigt nicht die Ursachen häufiger oder unerklärlich lange Dauer, von Infekten. Sie würgt lediglich die Symptome ab, z. B. Schmerzen, Husten und Fieber. Zur schnellen Linderung des Krankheitsgefühls mit Abgeschlagenheit, Leistungsverlust und Beschwerden gibt es aber erst mal keine andere Lösung.

#### **Untersuchungen**

- Blut-Untersuchungen
- Blutsenkung
- Blutbild(groß oder klein)
- Elektrophorese
- Immunelektrophorese
- Spezifische Tests(AST, EBV-AK, usw.)
- Abstrich

#### **HNO-spezifische Untersuchungen**

- Spiegeluntersuchung
- Röntgen
- Ultraschall
- Endoskopien, usw.

#### **Behandlungen**

- Abschwellende Maßnahmen
- Nasentropfen
- Dampfbäder
- Rotlicht
- Schleimverflüssiger
- Hustenmittel
- Schmerzmittel
- Antibiotika  
Nebenwirkungen möglich
- Hyperbare Ozon-Therapie (Eigenleistung)  
Keine Nebenwirkungen

## **Ursächliche Behandlung zu häufiger Infekte**

- Sanfte Medizin

## **Untersuchungen**

- Stress-Check
- Oxidativer Stress
- Vitalitätstest
- Ernährungs-Check
- BIA-Messung
- Vitamin-Check(Kollagen)
- PO2-Messung
- Immunstatus

## **Behandlungen**

- Vitamin-Ergänzung
- Ernährungs-Umstellung
- Gewichtsabnahme
- Bewegung
- Anleitung zu positivem Denken
- (Hyperbare Ozon-Therapie)