

Gesundheit beginnt IMMER in der Zelle – und Sie haben selbst Einfluss auf Gesundheit oder Krankheit!!!

Im Jahr 2012 sind die Gesundheitsausgaben in Deutschland erstmals auf über 300 Milliarden gestiegen. Inzwischen sind wir im Jahr 2014 und es ist mit Sicherheit nichts besser geworden.

Das Europäische Gesundheitsforum, in Bad Hofgastein, Österreich, die wichtigste gesundheitspolitische Veranstaltung in der EU, stellt im Februar 2014 klar:

So kann es nicht weiter gehen! Ein Drittel der Gesundheitskosten müssen eingespart werden, so dass sich die Patienten weit mehr, als in der Vergangenheit selbst um ihre Krankheiten und deren Genesung kümmern sollen.

Das bedeutet: gesunde Lebensweise, das Aneignen von Wissen über Krankheiten und deren Ursachen, sowie mehr Eigenverantwortung.

Das sind Hinweise, die uns auffordern selbst etwas zu tun, sowie auch Krankenkassen immer mehr Eigenverantwortung einfordern!

Niemand bleibt gesund und leistungsfähig, wenn er nicht wenigstens für eine Grundversorgung für seinen Stoffwechsel, für alle notwendigen „Baustoffe“ sorgt.

Wir essen heute eine Industriekost, die kaum noch etwas von dem enthält, was die Zellen für ihre Arbeit brauchen, um uns am Leben und gesund zu erhalten. Unsere Nahrungsmittel enthalten viele Fremdstoffe, Farbstoffe, werden grün geerntet, künstlich nachgereift, lange gelagert, von einem Ende der Welt zum anderen transportiert, immer mehr Gentechnik ist auf dem Vormarsch und sie haben kaum noch etwas mit Lebensmitteln zu tun!

Das bedeutet, wir füllen zwar unseren Magen damit, haben aber nicht mehr das, was die Zelle braucht um uns gesund zu erhalten. Die Giftstoffe werden zuerst ins Bindegewebe verschoben, als Fett in und um Organe abgelagert-es kommt zu latenten Entzündungen, mit denen der Körper versucht sich von all diesem unbrauchbaren Müll zu entledigen.

Zivilisationskrankheiten, u.a. Alzheimer, Arthrose, Diabetes, Osteoporose, Arteriosklerose und Krebs sind die Folgen.

Immer mehr Menschen jenseits der 40 haben mit Störungen, wie erhöhtem Cholesterin, veränderten Blutwerten, Allergien, Rückenschmerzen, Schlafstörungen, Psychischen Problemen, Übergewicht, Diabetes u.s.w.zu tun.

Neue Leitlinien zu Vitaminen/Mineralstoffen gibt es aus Amerika, wo kurzer Prozess mit Vitaminen und Mineralstoffen gemacht wird. Seit letzten März gibt es neue Leitlinien zur Vitamin- und Mineralstoff-Supplementation – in den USA, womit uns wieder einmal weiß gemacht wird, dass diese alle nicht notwendig sind.

Dagegen steht diese Aussage:

Die Experten des Robert-Koch-Instituts in Berlin schlagen Alarm, weil fast 95% aller Deutschen zu wenig Vitamine zu sich nehmen, mit schwerwiegenden Folgen.

Nach „neuen“? Forschungen ist Vitaminmangel Mitverursacher vieler Zivilisationskrankheiten, u.a. Alzheimer, Arthrose, Diabetes, Osteoporose, Arteriosklerose und Krebs.

Wer sucht, wird fündig werden, was unser Gemüse/Obst heute noch an Vitaminen und Mineralstoffen enthält.

Wichtig zu wissen ist, das wenn ich von Vitaminen/Mineralstoffen spreche, natürliche und keine chemisch hergestellten Produkte gemeint sind, die der Körper wieder nicht vollständig verstoffwechseln kann und ablagert.

Ein weiteres großes Problem ist in diesem Zusammenhang das Übergewicht – in Deutschland bei 75% der Männer und bei 59% der Frauen. Tendenz steigend. Die WHO spricht bereits von Pandemie. Auch hier finden wir den Hintergrund für die oben genannten Krankheiten.

