

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Fasten ist top-gesund

Warum? Quelle: Professor für Biogerontologie und Zellbiologie an der Davis School of Gerontology (University of Southern California, USA):

„Das Fasten führt zu einer Regeneration des Immunsystems auf Stammzellenniveau. Auf der tiefsten Ebene wird durch das Fasten das Immunsystem erneuert. Gibt es noch eine andere Therapieform, die so einen grandiosen Erfolg bietet? Ein weiterer Forscher, der das bestätigt, Prof. Dr. Michalsen ist seit 2009 Chefarzt der Abteilung Naturheilkunde im Immanuel Krankenhaus Berlin und Inhaber der Stiftungsprofessur für klinische Naturheilkunde am Institut für Sozialmedizin, Epidemiologie und Gesundheitsökonomie der Charité-Universitätsmedizin Berlin.

»Moderne Naturheilkunde ist durch ihre Verwurzelung in der weltweiten traditionellen Medizin die angemessene globale Medizin.«

Zitat:

Nutzen des Fastens:

- CRP (C-reaktives Protein/Entzündungsparameter) = Die Entzündungsbereitschaft sinkt.

Demnach könnten Millionen Menschen zur Verbesserung ihres Gesundheitszustandes fasten. So viele Menschen leiden an Entzündungen. Das darf sich herumsprechen und jeder, der an Entzündungen im Körper leidet, kann für sich recherchieren. Wenn die Verbreitung durch bestimmte Interessengruppen nicht behindert würde, wäre diese wunderbare Möglichkeit mehr bekannt. Das wäre ein grandioser Gesundheitsschub in der Bevölkerung. Allerdings kann sich jeder über die Internet-Möglichkeit informieren, wenn er sich eine wirksame Veränderung wünscht. Die Felder ansteckender Gesundheit können sich so stark verbreiten.

Gesunde Ernährung, Fasten und Bewegung sind eine ideale Kombination für unser Wohlergehen. Fasten kann sogar sehr gut in Eigenregie durchgeführt werden. Es gibt auch zahlreiche naturheilkundliche Ärzte oder Heilpraktiker, die diese Kompetenz für die Gesundheit an ihre Patienten weitergeben. Wenn wir Menschen einen Draht zu unserem inneren Arzt entwickeln, ist der äußere Arzt nicht mehr so wichtig. Die Menschen bemerken, dass sie sich selbst helfen können und brauchen die Tonnen an Medikamente nicht mehr.