

## Niedriger Blutdruck und eine Email

---

Liebe Leserinnen und Leser,



unsere Rubrik "**Was hilft bei welchen Beschwerden?**" hat seit dieser Woche einen weiteren Eintrag: zu niedrigem Blutdruck.

### Niedriger Blutdruck (Hypotonie)

---

Blut ist der natürliche Träger des Lebens, der Lebenssaft, der in einem Kreislauf den Körper durchströmt, alle Zellen mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt und auf dem Rückweg Schlacken und Kohlendioxid aus dem Körper entsorgt. Der Blutkreislauf verbindet die Organe zu einer Einheit und sorgt mit seinen Aktivitäten zu fortlaufender Erneuerung des Organismus. Kreislaufstörungen – ob zu hoher oder zu niedrigem Blutdruck – blockieren den Lebensfluss und mindern die Erholung des Körpers.

Der Blutdruck entspricht der Kraft, mit der der Blutstrom gegen die Arterienwände drückt. Der normale Blutdruck bewegt sich um 120/80. Die erste, höhere Zahl gibt den höchsten Druck an, der beim Zusammenziehen des Herzmuskels erreicht wird, wenn das Blut durch die Adern gepumpt wird. Der zweite, niedrigere Druck entspricht dem Druck während der Ruhepause zwischen den Herzschlägen.

Von niedrigem Blutdruck sprechen wir, wenn die Werte unter 110/65 sinken.

#### Mehr Informationen zu niedrigem Blutdruck

Mein letzter Gesundheitsbrief hat einige von Ihnen veranlasst, selbst zur Feder - oder zur Tastatur - greifen zu lassen. Ich erhielt u.a. eine Email von Ingo Schmidt, die ich sehr bemerkenswert finde und Ihnen nicht vorenthalten möchte.

### Und jetzt die Email

---

Hallo Herr Schaller,

*vielen Dank für Ihre Information. Ich denke, wir gehen - nach wie vor - immer noch von falschen Voraussetzungen aus. Wir denken, daß das Gesundheitssystem dazu da ist,*

**II.** Der Wettbewerb zwingt zur Erschließung neuer Märkte. Das Ziel muss die Umwandlung aller Gesunden in Kranke sein, also in Menschen, die sich möglichst lebenslang sowohl chemisch-physikalisch als auch psychisch für von

*Gesundheit herzustellen. Wenn wir die realen Ergebnisse betrachten, dann sehen wir, daß das nicht der Fall ist.*

*Vor kurzer Zeit bin ich auf diesen Ausschnitt aus dem "Deutschen Ärzteblatt" gestoßen:*

*Im Grunde haben wir das ja eigentlich bereits gewußt. Es ist jedoch interessant, das Ganze auch einmal "offiziell" gedruckt zu sehen.*

*Vor diesem Hintergrund - dem Herstellen von Krankheit - wird das "Gesundheitssystem" verständlich. Für mich ist das ein plausibles Erklärungsmuster. Die meisten Menschen können / wollen sich so etwas bislang nicht vorstellen. Was ich gut verstehen kann. Der Arzt ist - immer noch - der Ansprechpartner, wenn es um Gesundheitsfragen geht. Da befinden wir uns in einem ziemlichen Dilemma.*

*Ich denke, es geht um den Lernprozess zu erkennen, daß allein ich selbst es bin, der für meine Gesundheit zuständig und verantwortlich ist. Es braucht, daß ich selbst der Spezialist für meine Gesundheit werde / bin. Das ist zumeist ein längerer Entwicklungsprozess.*

*Aus dem Dilemma kann sich - letztendlich - nur jeder selbst befreien. Sehr hilfreich und unterstützend sind dabei natürlich solche Unternehmen wie das Ihrige. Die für Jeden erkennbar den Weg der Gesundheit gehen.*

*Es hat keinen Sinn, gegen etwas vorzugehen. Jeder - also auch jeder Arzt / Apotheker / Pharmahersteller - geht seinen eigenen persönlichen Weg. Und erntet seine Früchte. Die er selbst verursacht hat.*

*Der Weg hin zum Entwickeln einer glasklaren Ausrichtung auf (die eigene) Gesundheit ist meist ein längerer. Mit Sackgassen, Schotterstrecken und unbeschilderten Wegkreuzungen. Das ist wie im "richtigen" Leben.*

*Ich denke, daß es den meisten Erfolg (für alle) bringt, wenn Jeder seinen eigenen Weg geht. Sie z. B. gehen - für Jeden ersichtlich - einen klaren Gesundheits-Weg. Dem Jeder folgen kann, der dies erkennt. Die Erkenntnis dazu kann letztlich Jeder nur für sich selbst erschaffen.*

*Von daher sehe ich es als sehr wertvoll an, daß Sie sich selbst treu bleiben und sich selbst folgen. Ich denke, daß das eine wirkliche Hilfestellung für ganz viele Menschen ist. Die Ihre Webseite besuchen, Ihren Newsletter lesen und Ihre Produkte verwenden.*

*Vielen Dank nochmals für Ihre umfangreichen Informationen und das absolute Engagement für Gesundheit.*

*Viele liebe Grüße, Glück, Segen und Erfüllung*

*Ingo Schmidt*

*Ich kann dem nur zustimmen. Es macht keinen Sinn gegen etwas zu kämpfen. Aber es macht Sinn, für etwas zu kämpfen.*

**Den kompletten Aufsatz aus dem Ärzteblatt finden Sie hier**

physikalisch als auch psychisch für von Experten therapeutisch, rehabilitativ und präventiv manipulierungsbedürftig halten, um „gesund leben“ zu können. Das gelingt im Bereich der körperlichen Erkrankungen schon recht gut, im Bereich der psychischen Störungen aber noch besser, zumal es keinen Mangel an Theorien gibt, nach denen fast alle Menschen nicht gesund sind.

Deutsches Ärzteblatt 99, Ausgabe 38, 20.09.2002

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihre Newsletter-Redaktion



## Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

**Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

---

[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln