

Vitalstoff Journal

Unabhängiger Informationsdienst für Naturheilkunde und orthomolekulare Medizin

Sind Sie schnell außer Puste? (1)

Lesen: Sind Sie schnell außer Puste? (1)

Fallen Ihnen banale körperliche Anstrengungen wie Treppensteigen schwer? Sind Sie schnell aus der Puste? Bekommen Sie leicht Atemnot?

Äußere Einflüsse wie die zunehmende Luftverschmutzung, aber auch die persönliche Lebensweise sind eine große Belastung für die Lunge und Ursache für immer häufiger auftretende Erkrankungen von Lunge und Atemwegen.

Zu wenig Sport, das Rauchen oder „das Alter“ sind häufige Begründungen warum immer öfter der Aufzug statt die Treppe benutzt wird. Menschen schonen sich gerne und versuchen Belastungen möglichst zu vermeiden oder zu umgehen. Spätestens dann wenn sie bemerken, dass sie nicht mehr so können, wie sie eigentlich möchten. Aber das muss nicht sein! Wer beim Treppensteigen unter Atemnot leidet und deshalb öfter mal stehen bleibt, muss das nicht einfach dulden.

Sie zählen zu den Menschen, die diese Beschwerden nicht einfach hinnehmen wollen? Dann sind unsere neuen **Lungenkraft-Kapseln** möglicherweise genau das Richtige für Sie!

Unser neues Produkt **Lungenkraft** beinhaltet hochwertige Inhaltsstoffe, welche die Lunge unterstützen und das Immunsystem stärken. Enthalten sind Isländisch Moos, Vitamin C aus der Acerolakirsche, Meerrettich, Reishi, Olivenblätter, Süßholzwurzel, Pfefferminze, Eukalyptus, Moringa, Salbei, Malve, Vitamin E, Bambussprossen und Selen.

Die Lunge

Die Lunge liegt, zusammen mit dem Herzen und den großen Blutgefäßen, in der Brusthöhle. Im Aufbau ähnelt sie einem Baum, der auf dem Kopf steht. Den Stamm dieses Baumes bildet die Luftröhre (Trachea), die sich in zwei Hauptäste, den linken und rechten Hauptbronchus verzweigt. Die beiden Hauptbronchien leiten die Luft in den linken bzw. den rechten Lungenflügel. Ähnlich wie die Äste und Zweige eines Baumes, die sich immer weiter verdünnen, verzweigen sich die Hauptbronchien in immer feinere Atemgänge und münden in den Lungenbläschen (Alveolen). Hier findet der Austausch von Sauerstoff und Kohlendioxid zwischen der Atemluft und dem Blut statt.

In der Regel beträgt die Gesamtoberfläche aller Lungenbläschen 100 Quadratmeter. Diese Fläche ist unerlässlich, um unseren Körper auch bei Anstrengung mit ausreichend Sauerstoff zu versorgen.

Wer gesund ist atmet automatisch – ohne darüber nachzudenken, was unsere Lunge dabei leistet. Bei Lungenkrankheiten die die Atemwege, die Lungenbläschen, das Lungenfell, das Rippenfell oder die Blutgefäße der Lunge betreffen, kann allerdings Lebensgefahr drohen.

Asthma bronchiale

Asthma ist eine chronische, entzündliche Erkrankung der Bronchialschleimhaut. Die Entzündung führt zu anfallartiger Atemnot durch Verengungen der Atemwege. Die Schleimhaut, welche das Innere der Bronchien auskleidet, schwillt an und produziert einen zähen Schleim, wodurch der Innendurchmesser der Bronchien verengt wird. Ein Asthmaanfall kann wenige Sekunden bis zu mehreren Stunden andauern. Die Anzahl der Menschen mit Asthma steigt ständig. So leiden in Deutschland etwa zehn Prozent der Kinder und fünf Prozent der Erwachsenen an Asthma.

Typische Symptome sind erschwertes Atmen, Luftnot, Husten und pfeifende Atemgeräusche. Diese Anzeichen können ständig auftreten, situationsabhängig oder abhängig von der Jahreszeit sein. Auslöser können dabei Allergene, Atemwegsinfektionen, Kälte, Arzneimittel oder verunreinigte Luft sein.

Eine Diagnose kann anhand der Krankengeschichte, einer körperlichen Untersuchung und mithilfe von Lungenfunktions- und Allergietestungen erfolgen.

Bei einem akuten Asthmaanfall lindert in der Regel ein atemwegserweiterndes Asthmaspray die Symptome. Die Basis der Therapie ist meist die Zuführung von Kortison mittels Spray oder Pulverinhalator.

Akute Bronchitis

Eine akute Bronchitis ist eine vorübergehende Entzündung der Bronchialschleimhaut, die durch Viren - seltener auch Bakterien - hervorgerufen wird. Sie tritt gehäuft im Winter auf, kann mit grippalem Infekt und Beteiligung der oberen Atemwege einhergehen und ist

meist ansteckend.

Typische Symptome sind Husten mit oder ohne Auswurf, Schleimbildung, Fieber und weiteren unspezifischen Symptomen. Bei der Verengung der Bronchien durch die Entzündung entstehen ein pfeifendes Atemgeräusch und Atembeschwerden.

Eine akute Bronchitis heilt meist auch ohne medikamentöse Behandlung aus. In leichteren Fällen reichen oft pflanzliche Therapien aus, um die Symptome abzuschwächen. Bei bakterieller Ursache ist ein Antibiotikum wirksam. Normalerweise dauert eine akute Bronchitis wenige Tage, bei längerem Verlauf sollte ein Lungenfacharzt aufgesucht werden.

Chronische Bronchitis

Im Gegensatz zu einer akuten Bronchitis kommt es bei einer chronischen Bronchitis durch eingeatmete Schadstoffe (Zigarettenrauch, Staub, Dämpfe und Gase) zu einer dauerhaften Entzündung der Atemwege. Rauchen ist dabei die mit Abstand häufigste Ursache. Aber auch genetische Faktoren spielen eine Rolle.

Die chronische Entzündung der Bronchien führt zu einer Verengung der Luftwege (Obstruktion), was erst zu Atemnot bei Belastung führt, später auch in Ruhe. Weitere Symptome sind Husten und vermehrter Auswurf.

Man unterscheidet zwei Formen der chronischen Bronchitis:

- Einfache (nicht-obstruktive) chronische Bronchitis: Hierbei sind die Bronchien chronisch entzündet.
- Obstruktive chronische Bronchitis: Hier sind die chronisch entzündeten Bronchien zusätzlich verengt (Obstruktion = Verlegung, Blockierung). Man spricht im Volksmund von "Raucherhusten".

Eine obstruktive chronische Bronchitis kann sich weiterentwickeln zu einer chronisch-obstruktiven Lungenerkrankung (COPD). Bei einer COPD sind zusätzlich die Lungenbläschen überbläht (Lungenemphysem). Die Krankheit zählt in Deutschland zu den häufigsten Todesursachen. Laut der Weltgesundheitsorganisation WHO sterben jährlich knapp drei Millionen Menschen an den Folgen von COPD. In Deutschland leiden schätzungsweise ca. 15 Prozent der über 40-Jährigen und fast 30 Prozent der über 70-Jährigen an COPD.

Die wesentliche Therapie besteht in der Vermeidung der inhalativen Schadstoffe. Das bedeutet in den meisten Fällen mit dem Rauchen aufzuhören. Über Medikamente kann erreicht werden, dass die Symptome gelindert und die Anzahl der Hustenanfälle verringert werden, so dass die Lungenerkrankung nicht weiter fortschreitet. Darüber hinaus kann die körperliche Belastbarkeit verbessert, Rückfällen und Komplikationen vorgebeugt und dadurch die Lebenserwartung erhöht werden. Eine Heilung der chronischen Bronchitis ist leider nicht möglich.

Lungenentzündung

Eine Lungenentzündung (Pneumonie) ist eine akute oder chronische Entzündung des Lungengewebes. Meist entsteht sie durch eine Infektion mit Bakterien, Viren oder Pilzen. Streptococcus pneumoniae ist der häufigste bakterielle Auslöser einer Lungenentzündung.

Von der Entzündung können die Lungenbläschen, das Lungengewebe zwischen den Alveolen oder die Blutgefäße betroffen sein. In Deutschland erkranken etwa 350.000 bis 500.000 Menschen pro Jahr an einer außerhalb eines Krankenhauses erworbenen Lungenentzündung.

Die Lungenentzündung (Pneumonie) tritt besonders häufig im Herbst und Winter auf, nicht selten als Folge verschleppter grippaler Infekte. Die typischen Symptome einer Lungenentzündung sind Husten, Atembeschwerden oder Atemnot, eitriger Auswurf, Fieber, Schüttelfrost, erhöhter Puls und Schmerzen in der Brust. Eine erste Verdachtsdiagnose kann meist schon nach einer körperlichen Untersuchung und anhand des klinischen Bildes gestellt werden. Häufig wird ein Röntgenbild der Lunge angefertigt oder zur Bestimmung des Erregers eine Probe des Auswurfs genommen. Normalerweise erfolgt die Behandlung mittels Antibiotikum.

Bei älteren, chronisch kranken oder immungeschwächten Personen (z.B. durch Aids, Krebs, Diabestes...) kann eine Lungenentzündung lebensgefährlich werden. In Westeuropa ist die Lungenentzündung unter allen Infektionskrankheiten die häufigste Todesursache. In Deutschland sterben daran etwa 20.000 Menschen pro Jahr.

EBD14: Lungenkraft - Preis: 24,90 €

Äußere Einflüsse wie die zunehmende Luftverschmutzung, aber auch die persönliche Lebensweise sind eine große Belastung für die Lunge und Ursache für immer häufiger auftretende Erkrankungen von Lunge und Atemwegen.

Sind Sie schnell außer Puste? Bekommen Sie leicht Atemnot? Dann sind unsere „Lungenkraft“ – Kapseln möglicherweise genau das Richtige für Sie! Das Produkt beinhaltet hochwertige Inhaltsstoffe, welche die Lunge unterstützen und das Immunsystem stärken. Enthalten sind Isländisch Moos, Vitamin C aus der Acerolakirsche, Meerrettich, Reishi, Olivenblätter, Süßholzwurzel, Pfefferminze, Eukalyptus, Moringa, Salbei, Malve, Vitamin E, Bambussprossen und Selen.

Hier finden Sie das Produkt im Online Shop von Nature Power

NTP97: AT Immun Plus - Preis: 19,80 €

Ein starkes Immunsystem ist der beste Schutz gegen Erkrankungen. Das gilt vor allem für Virusinfektionen, die mit Antibiotika nicht bekämpft werden können. Viren sind auch die Verursacher verschiedener Atemwegsinfekte, unter denen wir vorwiegend im Winterhalbjahr leiden. Zum Beispiel Schnupfen, Erkältungen, grippale Infekte oder die echte Grippe.

Bestimmte Nährstoffe, wie Vitamin C oder Vitamin D, sind für ein starkes Immunsystem unerlässlich. Sie fördern die Bildung von Abwehrzellen und regulieren die Immunantwort auf eindringende Keime. Bei einem Mangel an einem oder mehreren dieser Vitalstoffe

kann unser Immunsystem nicht mehr optimal funktionieren.

[Hier finden Sie das Produkt im Online Shop von Nature Power](#)

© 2018 Com Marketing AG Webdesign: Homepage Helden