

# Natürliche Hilfe bei Atemwegserkrankungen

**Sehr geehrte Interessentin, sehr geehrter Interessent,**

in dieser Lektion behandeln wir das Thema: **„COPD - Einführung“**

Leider sind die Aussichten für Millionen von Menschen, die an einer COPD leiden, nicht ganz so gut.

Sei es die chronisch obstruktive Bronchitis oder das Lungenemphysem – schulmedizinisch ist noch keine Heilung in Sicht.

Allerdings sind sie leicht zu diagnostizieren und es gibt mehrere symptomlindernde Behandlungen.

Durch den Einsatz von bronchienerweiternden Mitteln zur kurzfristigen Entlastung und Kortison Präparaten zur langfristigen Verbesserung können Menschen die an COPD erkrankt sind, je nach Schweregrad ein nahezu normales Leben führen.

Fast identische Therapien für Asthma sind seit langem bekannt und werden von Millionen von Menschen aller Altersgruppen genutzt.

Die beste Behandlung stellt die Vorbeugung dar. Natürlich gibt es dafür keine Garantie, vor allem weil die zugrunde liegenden Ursachen oft unbekannt sind.

Gerade deshalb kann ein Mensch seine Chancen drastisch durch die Änderung seines Lebensstils verbessern.

Speziell bei allen Erkrankungen die zur COPD zählen, kann man immer wieder mit schöner Regelmäßigkeit gute Erfolge produzieren.

Hier reicht es nicht aus, seine verordnete Medikation einzunehmen, vielmehr gilt es, seinen **„Lebensstil“** neu auszurichten.

Der Inhalt dieses kostenlosen Online-Kurses dient ausschließlich Informationszwecken. Er ist kein Ersatz für eine medizinische Beratung, Diagnose oder Behandlung. Wenn Sie Fragen haben, wenden Sie sich immer an Ihren Therapeuten.

Vom Zigarettenrauchen wissen wir, dass es eine der wichtigsten Risikofaktoren für eine ganze Reihe von Lungenerkrankungen darstellt. Ein rein allergisches Asthma zum Beispiel, welches nicht durch Rauchen verursacht wird, wird dadurch deutlich verschlimmert, da die Fähigkeit des Körpers mit der Krankheit umzugehen, nahezu aufgehoben werden kann.

Neben der Vermeidung sogenannter Noxen (schädliche Stoffe) können positive Faktoren helfen, die Gesundheit der Lunge zu optimieren.

So kann eine Ernährung, die reich an Antioxidantien ist, dem Lungengewebe helfen, besser mit Reizstoffen und eindringenden Erregern fertig zu werden.

Reguläre altersentsprechende Gesundheits-Übungen stärken nicht nur die allgemeine Gesundheit, vielmehr nehmen sie positiv Einfluss auf die Lungenkapazität.

Last but not least kann es wichtig sein, das häusliche Umfeld möglichst schadstoffarm zu gestalten.

Lassen Sie uns zum besseren Verständnis in Lektion 2 über den Aufbau der Atemwege sprechen.

Ich wünsche Ihnen gute Gesundheit und verbleibe bis zum nächsten Mal mit den besten Wünschen aus Lübbecke.



Ihr

*P. Hartmeier*

Dieser Online-Kurs ist für jeden kostenlos zugänglich! Es ist erwünscht, dass dieses Wissen (dieser Online-Kurs) verschenkt und weitergegeben wird. Sie dürfen diese PDF-Datei kopieren und weitergeben! Ausdrücklich ist auch die Bereitstellung dieses Online-Kurses auf Ihrer Internetseite gestattet. Jedoch darf das Copyright nicht verletzt werden! Es ist nicht erlaubt diese PDF-Datei und den Text in irgendeiner Art und Weise, ohne Erlaubnis des Urhebers, zu verändern.