



Naturheilpraxis

Dr. rer. nat. Gabriele Mecklenbrauck
Heilpraktikerin

- Klassische Homöopathie
- Wirbelsäulentherapie
- Wirbelsäulenmassage
- Schmerzbehandlung mit individueller Elektro-Impulstherapie
- Misteltherapie

89075 Ulm · Stäudlenweg 47 · Tel. 07 31 / 9 27 00 61
E-Mail: praxis@mecklenbrauck-ulm.de
Homepage: www.mecklenbrauck-ulm.de

Was ist das Immunsystem?

Def.:

Abwehrsystem des Körpers, das Gewebeschädigungen durch Krankheitserreger verhindert und anormale körpereigene Zellen abtötet.

Krankheitserreger:

- Bakterien
- Viren
- Pilze
- Protozoen (z.B. Plasmodien)
- Parasiten (z.B. Würmer)

Was ist das Immunsystem?

Bestandteile des Immunsystems:

- Mechanische Barrieren:
Haut, Schleimhäute, Augen, Atemwege,
Mundhöhle, Magen, Darm, Harntrakt
- Abwehrzellen:
weiße Blutkörperchen, versch. Sorten
 - Leukozyten: Makrophagen, Granulozyten (neutrophile, basophile, eosinophile), natürliche Killerzellen, dendritische Zellen
 - Lymphozyten: T – und B-Lymphozyten

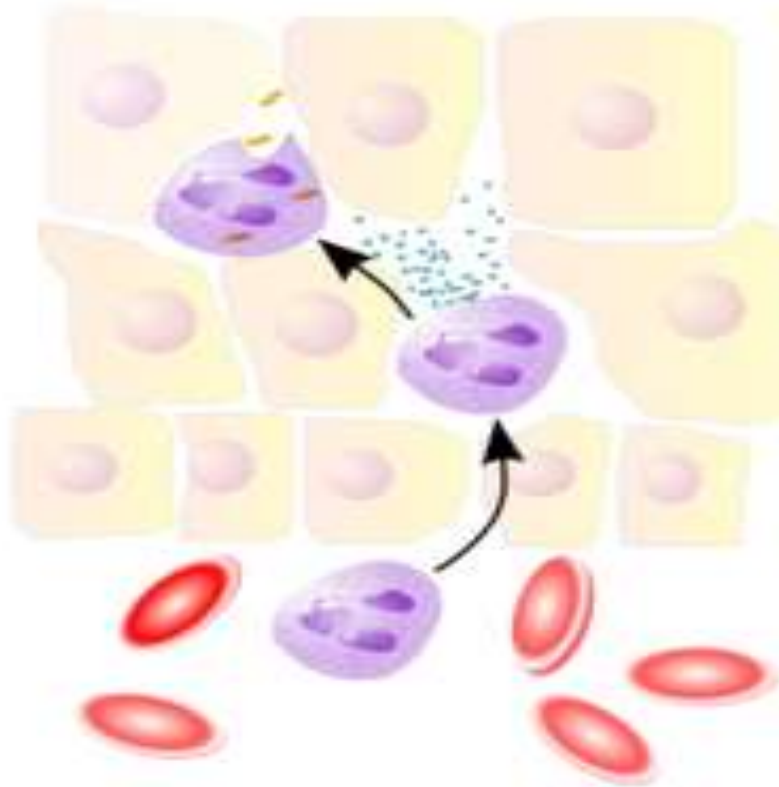
Was ist das Immunsystem?

Bestandteile des Immunsystems:

- Humorale Bestandteile (Eiweiße, die passiv im Blut, Lymphe, Gewebsflüssigkeit zirkulieren):
 - Verschiedene spezifische Antikörper
 - Andere Plasmaeiweiße (Komplementsystem, Lysozyme) → töten Bakterien ab
 - Interleukine (körpereigene Botenstoffe)

Was ist das Immunsystem?

Granulozyt, der eingedrungene Bakterien
„phagozytiert, d.h. „auffrisßt“

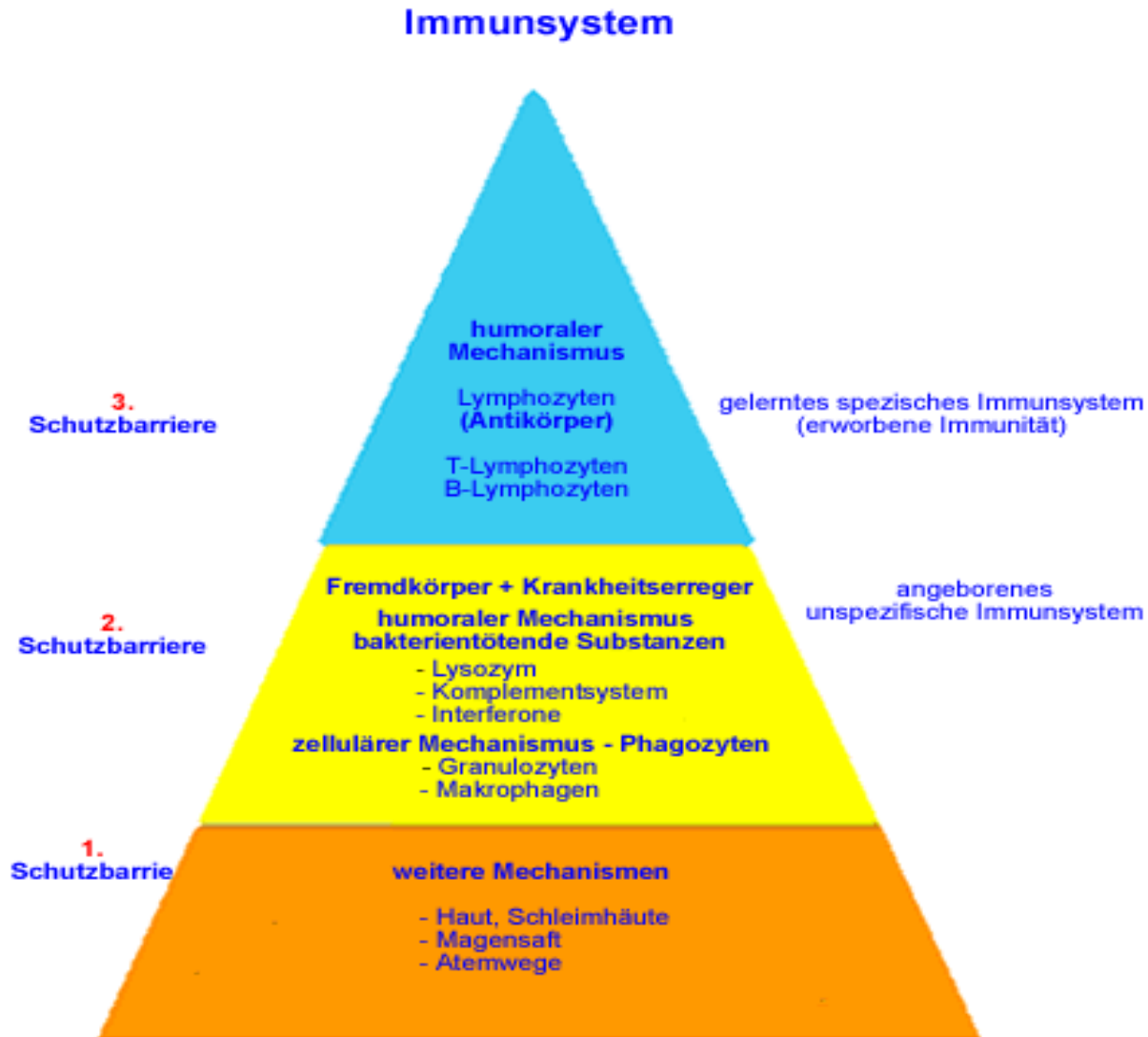


Was ist das Immunsystem?

Man kann auch unterteilen in:

- Angeborenes unspezifisches Immunsystem
 - Alle äußeren Barrieren
 - Leukozyten
 - Komplementsystem
 - Lysozyme und Interleukine
- Gelerntes spezifisches Immunsystem
 - B- und T- Lymphozyten
 - Spezifische Antikörper

Was ist das Immunsystem?



Wie funktioniert eine „Immunantwort“?

- Erreger durchbrechen die Barrieren
- Makrophagen, dendritische Zellen, Granulozyten phagozytieren = „fressen“ sie
- Präsentieren Bruchstücke auf ihrer Oberfläche
- B- und T- Lymphozyten werden aktiviert und produzieren spezifische Antikörper
- Diese können
 - Dort andocken und die Erreger binden
 - Sie markieren, so dass andere Abwehrzellen oder das Komplementsystem sie vernichten können
- Antikörper und T-Gedächtniszellen bleiben erhalten → schnellere und effektivere Bekämpfung bei neuer Infektion mit gleichem Erreger.

Wann wird man krank?

- Zu große Menge von Erregern vorhanden
- Erreger sind extrem „virulent“ d.h. Krank machend
- Zustand des Immunsystems ist schlecht
 - Barrieren schwach oder geschädigt
 - Allgemeinzustand ist schlecht
 - Immunsystem war oder ist mit anderer Abwehr beschäftigt (Vorherige oder gleichzeitige andere Erkrankung)
 - Es fehlen einzelne Komponenten des Immunsystems oder sind geschwächt (angeboren oder erworben)

Wie kann man das Immunsystem stärken?

- Auf guten Allgemeinzustand achten → „fit“ halten
- Psychische Stabilität, **sehr wichtig!!!**
- Barrieren „pflegen“: Haut, Mundhöhle, Atemtrakt, Magen, Darm,...
- Hygiene
- Impfungen
- Erkrankungen sorgfältig ausheilen
- Abwehrzellen bei ihrer Vermehrung unterstützen

Wie kann man das Immunsystem stärken?

Guter
Allgemeinzustand

z.B. Kneipp`sche
Säulen

Pfarrer Sebastian Kneipp

(Bad Wörishofen)

(1821 – 1897)

Ordnungs-
therapie

Ernährungs-
therapie

Bewegungs-
therapie

Hydro-
therapie

Naturheilpraxis Dr.rer.nat. Gabriele
Mecklenbrauck, Stäudlenweg 47, 89075
Ulm

Was bedeutet das?

- Ordnungstherapie
 - regelmäßiger Tagesrhythmus
- Ernährungstherapie
 - Obst, Gemüse, mageres Fleisch, Ballaststoffe, trinken
- Bewegungstherapie
 - Täglich spazieren, Sport mit Freude.....
- Hydrotherapie
 - Wechselduschen, Armbäder, Bäder, Schwimmen...
- Phytotherapie
 - Heilpflanzen, z.B. Bitterstoffe bei Verd.störungen, Thymian bei Erkältungen

Phytotherapie, Beispiele

- **Grippale Infekt, Vorbeugung:**
 - Echinacea, Umkaloabo
- **Magen – Darm- Infekte:**
 - Bitterstoffe: Artischocke, Löwenzahn, Enzian, Tausendgüldenkraut, Wermuth.....
- **Blasenentzündungen:**
 - Goldrute, Ackerschachtelhalm...
- **Herzprobleme:**
 - Weißdorn

Phytotherapie, mehr Beispiele

- **Halsschmerzen, Husten:**
 - Thymian, Efeu, Salbei..
- **Schnupfen:**
 - Orangenöl, Salzlösung
- **Bindehautentzündung, trockenes Auge:**
 - Augentrost

Impfungen

Aktive:

abgeschwächte Erreger werden geimpft →
Immunsystem bildet Antikörper gegen diese

Passive:

Antikörper werden direkt injiziert

Misteltherapie



Naturheilpraxis Dr.rer.nat. Gabriele
Mecklenbrauck, Stäudlenweg 47, 89075
Ulm

Misteltherapie

- Bekannt aus Krebstherapie
 - Inhaltsstoffe der Mistel :
 - Viscotoxine
 - Lektine
- diese hemmen Wachstum von Krebszellen
- beschleunigen Vermehrung der Immunzellen

Empfehlenswert zur Vorbeugung und bei Immunschwäche:

7-wöchige Kur mit Injektionen des Mistelextrakts

Was noch?

- Klassische Homöopathie (sog. Konstitutionelle Behandlung)



Naturheilpraxis Dr.rer.nat. Gabriele
Mecklenbrauck, Stäudlenweg 47, 89075
Ulm

Klassische Homöopathie – was ist das?

- Spezielles naturheilkundliches Heilverfahren, Arzneien stammen aus dem Pflanzen- Tier- und Mineralreich
- Einsetzbar für alle Erkrankungen die
 - nicht chirurgisch behandelt werden müssen
 - irreversible Ausfälle wie z.B. bei Diabetes und Schilddrüsenerkrankungen
- Kompatibel mit schulmedizinischer Behandlung bzw. Medikamenten
- Entwickelt von dem Arzt Samuel Hahnemann (1755 - 1843)

Klassische Homöopathie

- Was kann sie bewirken?

Bringt Körper und Seele ins Gleichgewicht durch Anstoßen von Regelkreisen, die die Selbstheilungskräfte aktivieren

- Wie??????????

Homöopathie – was ist das?

- **Individuelle Arznei** muss gesucht werden
- Dabei ist wichtig:
 - Körperliche Beschwerden, alle! Auch frühere
 - Krankheiten, die in Familie auftraten
 - Ereignisse im Lebenslauf (Unfälle, aber auch schlimme Erlebnisse.....)
 - Allgemeines: Wärme, Kälteempfinden, Speisen, die man mag oder nicht
 - Schlaf, Träume
 - Verhalten (z.B. nachgiebig, ungeduldig, ordentlich....)

Was sind homöopathische Arzneien? Wie werden sie hergestellt? Wie wirken sie?



Was sind homöopathische Arzneien?

- Sie stammen aus dem Pflanzen- Tier- oder Mineralreich
- Es wird eine Urtinktur aus den Substanzen hergestellt
- Diese wird immer weiter verdünnt und verschüttelt („potenziert“)
- → die ev. Giftwirkung nimmt dabei ab, die Stärke u. Tiefe der Wirkung nimmt zu
- Chemisch ist in der homöopat. Arznei ab der Potenzierung D24 (d.h. 10^{24}) kein Molekül der Ausgangssubstanz mehr vorhanden
- Die **Information** ist aber weiterhin darin enthalten

Homöopathische Arzneien

Es gibt:

- Tropfen, bzw. Dilutionen wie beschrieben
- Globuli: Milchkügelchen, die mit der entsprechenden Verdünnung der Arznei getränkt wurden

Klassisch homöopathische Behandlung – Beispiel 2

Patientin Frau S. , 35 Jahre, Hausfrau, 2 Kinder:

- Letzten Winter 3 Mal sehr krank, grippale Infekte, jedes Mal Nasennebenhöhlenentzündung
- Kann sich nicht erholen, fühlt sich müde, matt völlig fertig,
- Bekommt immer wieder Furunkel an versch. Stellen
- Schläft sehr schlecht, wacht auf mit Herzrasen
- Immer geschwollenen Lymphknoten am Hals
- Zahnfleisch ständig entzündet
- Hat in der letzten Zeit 4 kg abgenommen

Was kann man mit einer klass. homöopathischen Behandlung erreichen?

- **Frau S.:**
 - Beginn der Behandlung Sept. 2009,
3 Globuli Lac caninum (Hundemilch) in C200



Was kann man mit einer klass. homöopathischen Behandlung erreichen?

- **Frau S.:**

- Nach 1 Woche:

- Schlaf ganz schlecht,
 - erschöpft,
 - aber Mundschleimhaut besser,
 - heftigen Infekt bekommen

- 5 Wochen:

- geht besser,
 - schläft gut mit Baldrian,
 - zugenommen,
 - Großmutter in Altenheim in Nähe untergebracht,
 - Aber: Haut schlecht, sehr viele Pickel bekommen

Was noch???

Wenn Sie eine klassisch homöopathische
Behandlung versuchen möchten →

- Außer einer möglichen Erstreaktion gibt es keine Nebenwirkungen bzw. Risiken!
- Die Kosten sind vergleichsweise gering und ausgesprochen übersichtlich.

Vielen Dank fürs Zuhören!



Naturheilpraxis Dr.rer.nat. Gabriele
Mecklenbrauck, Stäudlenweg 47, 89075
Ulm