



© Itakdalee/Adobe Stock

Effektive Hilfe bei Neurodermitis, Asthma und Lebens- mittelallergien

Welche Rolle spielen die Gene? Was kommt von außen? Welche Ursachen können sonst noch hinter hartnäckigen Allergien stecken? Wir nehmen die häufigsten Beschwerdebilder in den Fokus und zeigen, was Betroffenen hier helfen kann: ab Seite 6.



© Danish/Adobe Stock

Probleme mit Laktose, Histamin und Gluten

„Ich habe das Gefühl, dass ich gar nichts mehr vertrage“ – bekommen Therapeuten häufig zu hören. Wir werfen einen Blick hinter die Kulissen einer sensiblen Verdauung. Das reicht von einer Glutenunverträglichkeit (Seite 40) über das Mastzellen-Aktivierungssyndrom (Seite 28) bis hin zu schlecht verdaulichen Lebensmitteln wie Milch (Seite 60) oder einer Histamin-Intoleranz (Seite 44).

Inhalt

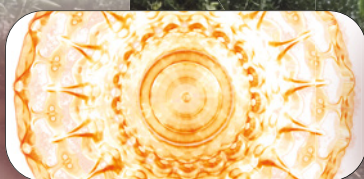
Auslöser und Ursachen Warum Allergien nicht verschwinden Von René Gräber (Hp.)	6
Neurodermitis Welche Rolle spielen die Gene? Von Dr. med. Gerrit Sütfels	12
Neurodermitis – Wege der Selbstheilung:	14
Neurodermitis überwinden in acht Schritten Von Lucie Olsan Provaznikova	14
Meine Haut gerettet durch Creme-Verzicht Von Iris Seidenstricker	17
Standpunkt Können Impfungen Allergien auslösen? Von Hans Tolzin	19
Bioresonanz bei Allergien Mit Frequenzen heilen Von Beate Wiemers	20
Asthma Überwindung der Atemnot Von Dr. phil. Rosina Sonnenschmidt (Hp.)	24
Immunsystem im Daueralarm MCAS oder überaktivierte Mastzellen Von Dr. rer. pol. Gabriela Hoppe (Hp.)	28
Allergien adé Heilen durch Umkehrinformation à la Erich Körbler Von Mag. Ölwin Pichler	32
Paracelsus-Medizin Welcher Allergietyp sind Sie? Von Dr. med. Miguel Corty Friedrich	36
Übeltäter Gluten? Von Magengrimmen bis Zöliakie Von Lothar Ursinus (Hp.)	40
Seltsame Symptome Histamin-Intoleranz Von Claudia Scheiderer	44
Multiple Chemikalien-sensitivität Anpassungsfähigkeit hat Grenzen Von Dr. med. Petra Wiechel	46

Altes Heilwissen und
moderne Methoden

Hildegard Heilkunde Homöopathie Clustermedizin



© Gerhard Seybert/Adobe Stock



© Meta Cluster



© dimensdesign/Adobe Stock

Ob östliche Erfahrungsheilkunde oder Energiemedizin – es gibt zahlreiche Hilfen für allergiegeplagte Menschen. Die einen schwören auf Hildegard von Bingen (Seite 60), andere setzen verlässlich auf Homöopathie (Seite 36) oder vertrauen auf Individual-Methoden wie Clustermedizin (Seite 50) oder Bioresonanz (Seite 20). Wieder andere setzen an der Wurzel an: der Atmung (Seite 24). Wir spannen einen breiten Fächer ausgewählter Therapiemethoden für Sie auf und verraten Ihnen anhand der Paracelsus-Medizin welcher Allergietyp Sie sind (Seite 36).

Clustermedizin

50

Gute Erfolge bei Allergien und HPU

Von Kerstin Hamo (Hp.)

Milchunverträglichkeit

60

Was sagen die alten Medizinsysteme?

Von Dr. jur. Gabriele Feyerer

Fixpunkte

Editorial

3

Kurz & Knapp

53

Buch-Tipps

56

Impressum

65



© River Girl/Adobe Stock

Unerklärliche Beschwerden MCS, HPU, MCAS im Fokus

Von Multipler Chemikalien-Sensitivität (MCS) über Hämopyrrol-laktamurie (HPU) bis zum Mastzellen-Aktivierungs-Syndrom (MCAS): Wir stellen Ihnen diese besonderen Krankheitsbilder vor und gehen auf die generelle Überforderung unserer Regulationssysteme ein. Mehr dazu auf den Seite 28 und 46.



Hänsel und Gretel...

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Hänsel und Gretel würden sich heutzutage niemals mehr von der Hexe ins Knusperhäuschen locken lassen. Denn den meisten Kindern ist schon im Kleinkindalter bekannt und bewusst, gegen was sie alles allergisch sind und wie die Folgen daraus aussehen. Gluten, Zucker und Farbstoffe haben nun mal die meisten Lebkuchen, zumindest die, die von einer in die Jahre gekommenen Hexe gebacken wurden.

Ohne hier ungesunde Süßigkeiten verherrlichen zu wollen – ich habe Mitleid mit den vielen Kindern, denen der Genuss von Schaumküssen, Brause, sauren Stangen, Lakritze, Gummibärchen und Co verwehrt bleibt. Ja natürlich, ich habe auch auf die gesunde Ernährung meiner Kinder geachtet, dennoch gab es die Regel, dass am Geburtstag gegessen und getrunken werden darf, was das Herz begehrt, auch und besonders die ungesunden Sachen. Angefangen vom Spezi bis hin zu den bunten Smarties auf dem Schokoladenkuchen über Pommes mit viel Mayo, Pizza und Würstl. Denn da ist, aus meiner Sicht, der Spaß und die Freude größer als der Schaden. Und die Leber möchte ja auch mal wieder was zu tun haben. Es ist für mich ein Stück Lebensqualität, wenn ich weiß, mein Körper kann damit umgehen, wenn ich auch mal ungesund esse.

Mittlerweile ist hierzulande fast jedes sechste Kind von einer Allergie betroffen. Und das, obwohl man heute, aus meiner Sicht, viel mehr auf die Ernährung achtet als früher, inzwischen auch in vielen Schulen.

Wenn ich an meine eigene Kindheit zurückdenke, so haben wir gerade in den 1970er und 1980er Jahren eher ungesund gegessen. Unsere Mütter fanden es toll, dass es endlich Fertigsaucen von Maggi oder Knorr gab, die Zeit und Arbeit sparten und die wenig Platz im Schrank brauchten. Salat war für die Hamster, Hasen oder Meerschweinchen und Wasser war zum Waschen da. Getrunken hat man es eher selten, wenn überhaupt, dann nur mit Kohlensäure. Die richtigen Durstlöscher waren gelbes Limo und Spezi. Apfelschorle war da schon eher ein gesundes Getränk. Am Kiosk in der Schule konnte man Ketchup-Semmeln (kein Witz!) käuflich erwerben, was uns viel lieber war als das Pausenbrot von Mutti. Ich kann mich nicht daran erinnern jemals Obst an diesem Schulkiosk gesehen zu haben. Dennoch gab es niemanden auf den Geburtstagen, der einen glutenfreien Geburtstagskuchen mitbrachte oder wegen einer Milchallergie auf die Schokolade verzichtete. Ich erinnere mich auch an kein Kind, das aufgrund einer Pollenallergie beim Ball spielen

auf der Wiese nicht mitmachen konnte. Was hat sich also verändert?

Die Gründe dafür sind sicherlich vielschichtig und wohl kaum in einem Satz auf einen Nenner zu bringen. Genau das ist der Ansatz dieser raum&zeit spezial Ausgabe: Allergien und Unverträglichkeiten. Das Thema Allergien aus allen Blickwinkeln zu beleuchten, um für alle Betroffenen wieder mehr Lebensqualität zu erlangen. Denn Allergien können auch einsam machen, wenn jeder Restaurantbesuch oder die Einladung bei Freunden zur Herausforderung wird. Neben allen körperlichen Zusammenhängen und Symptomen darf sich jeder Einzelne auch fragen: Warum bin gerade ich, gegen dieses oder jenes allergisch, reagiere über, beziehungsweise mein Körper reagiert über oder lehnt es ab. Und: Wie kann ich es vermeiden, dass ich jemals eine Allergie bekomme?

Sehr viele Antworten darauf finden Sie in dieser Ausgabe. Ich wünsche Ihnen viele Anregungen und Erkenntnisse beim Lesen. Viel Erfolg und Freude beim Weg zurück in ein genussvolles Leben.

In diesem Sinne
Herzlichst Ihre

Andrea Ehlers