Medizinische Voraussetzungen für einen Therapie-Erfolg

- Medizinische Voraussetzungen dafür, dass eine Therapie Früchte bringt, sind folgende Massnahmen:
- der Verzicht auf das **Rauchen**: unsere Bemühungen für eine Erhöhung des Sauerstoff-Gehaltes im Körper und eine verbesserte Durchblutung macht keinen Sinn, wenn Sie mit Nikotin-Konsum das Aufgebaute fortlaufend zerstören. Dann lassen Sie es besser und sparen sich das Geld für eine Behandlung und investieren es besser in Ihre Zigaretten, solange Sie noch können.
- die Begrenzung von **Stress**, indem Sie besorgt sind für genug Schlaf, ausreichende, wenn auch nur kleinste **Ruhepausen**. Ruhe ist auch angebracht nach biologisch wirkenden Therapien, die meist mit einer Immunstimulation einhergehen. Also sollen Sie beispielsweise nach einer Ozon-Therapie keinen hektischen Tag anfügen lassen oder durchfesten mit Alkohol.
- eine ausreichende **Ernährung** durch genügende Zufuhr von Makro- und Mikro-Nährstoffen. Hier wissen es viele Patienten besser: sie haben das Gefühl, mit 1-2 Früchten pro Tag sich genügend Vitalstoffe zuzuführen. Dazu gehört viel mehr: Umstellung bzw. Verzicht beim Verzehr von schädlichen Nahrungsmitteln, nämlich einerseits weniger bis fast kein Zucker, weniger Fleisch, keine gebratene Fette, möglichst keine konservierte Fertigprodukte, andererseits mehr pflanzliche Faserstoffe, viele biologisch lebende Nahrungsmittel, die an der Sonne gereift sind (=„Lebens"-mittel).
- eine ruhige **Tiefatmung** anstatt eine stressbedingte unbewusste kurze Atmung.
- Behandlungen müssen im Rahmen einer **Kur** durchgeführt werden, soll ein nachhaltiger Effekt erzielt werden. Die Repetition von biologischen Stimuli ist das Entscheidende in der Naturmedizin. Die Rahmenbedingungen tragen das Ihre dazu bei: kein besonderer Arbeits- oder Psychostress während der Kur.
- Wir **kombinieren** Behandlungen gerne, z. B. in der gleichen Sitzung Ozon- und Sauerstoff-Therapie und pulsierendes Magnetfeld. In der Kombination nützen Behandlungen noch mehr.

Kosten und Gesundheit

- Wir müssen die Gesundheits-Kosten in Relation für andere Ausgaben im Leben sehen.
- Das, was Sie an Geld ausgeben für Ihr persönliches **Vergnügen** (ein Essen im Restaurant, Ihr Hobby) oder was Sie der Wartungs-Service am PC oder an Ihrem Auto kostet, liegt in der Regel viel höher als das, was Sie für Ihre **Gesundheit** ausgeben. Somit vernachlässigen die meisten Menschen ihren eigenen Körper und ihre eigene Seele. Abnützung und Krankheit lassen nicht lange auf sich warten (siehe z. B. die immer in jüngeren Jahren anfallenden Gelenksprothesen, Herzgefäss-Operationen etc.).
- Durch einen **„Service" an sich selber** fügen Sie Ihrem Organismus grundsätzlich etwas Gutes zu, verzögern den Verschleiss und den Alterungsprozess. Bei Schlemmer-Ferien mit üppigen Gelagen und reichlich Alkohol ist das Gegenteil der Fall.
- Wir müssen lernen, anders zu denken, was unsere Gesundheit anbelangt: Die wenigsten Menschen sind sich bewusst, dass sie für die Eigen-Rennovation von Körper und Seele **fortlaufend etwas investieren** müssen, soll die eigene biologische Behausung nicht bald am Boden liegen. Wir sind es uns gewohnt, das meiste, was mit Gesundheit zu tun hat, zu delegieren an Medizinal-Personen: Der Therapeut oder der Arzt soll flicken. Diese veraltete Vorstellung reicht im stressgeladenen heutigen Leben mit höherem Endalter nicht mehr aus, den vielfachen Strapazen für Körper, Seele und Geist noch genug trotzen zu können, das heisst mit möglichst wenig Schäden und Kratzern an der Gesundheit über die Runde zu kommen. Der vernünftige vorausschauende Mensch investiert deshalb in seine Behausung, bevor die ersten Schäden da sind und evt. gar nicht mehr eliminiert werden können. So wird bei etwas mehr Engagement an uns selber nicht gleich der Griff ins biologische Ersatzteil-Lager notwendig.