

GUTE DURCHBLUTUNG - unser Jungbrunnen

Nach übereinstimmender Einschätzung vieler Experten spielt die Durchblutung der Gefäße eine zentrale Rolle für die Funktion von Organen aber auch des Immunsystems. Neueste Erkenntnisse aus der Gefäßforschung zeigen, dass mit Hilfe der Biomechanischen Stimulation (BMS), wie sie mit ZHENDONG durchgeführt werden kann, die Durchblutung, vor allem der Millionen kleinster Gefäße im Körper, verbessert werden kann.

Hatte eine Frau in Deutschland Anfang des Jahrhunderts nur eine Lebenserwartung von knapp über 50 Jahren, so hat sie heute laut Statistik noch weitere 35 Jahre vor sich, ein Mann 31 Jahre. Zumindest für die Industrienationen ist zu erwarten, dass sich auch zukünftig die Lebenserwartung positiv entwickeln wird. Ziel muss deshalb der Erhalt der Leistungsfähigkeit unserer Organsysteme auf einem bestehenden Niveau und damit verbunden der Erhalt der Lebensqualität sein.

Um die Vitalitätskurve nach oben zu verschieben, gibt es vielerlei Ansatzpunkte. Auch wenn die einzelnen Mechanismen, die die Funktionsfähigkeit unseres Organismus über die Jahre beeinträchtigen, vielfältig sind, so gibt es doch ein zentrales Bindeglied: die Mikrozirkulation des Blutes, also die Durchblutung von Milliarden kleinster Haargefäße im menschlichen Körper.

Eine gestörte Mikrozirkulation bedeutet eine Mangelversorgung der Zellen mit Sauerstoff und Nährstoffen. Dies kann entweder direkt, oder über die vermehrte Bildung von freien Radikalen zum Absterben einer Zelle führen. Bei den so genannten freien Radikalen handelt es sich meist um instabile Sauerstoffverbindungen. Um von diesem labilen Zustand aus Stabilität zu erreichen, haben freie Radikale eine sehr starke Tendenz mit anderen Molekülen, insbesondere Eiweiß- und Fettmolekülen, zu reagieren. Die dabei entstehenden Verbindungen sind zum Teil nicht mehr funktionsfähig und werden sozusagen als Müll in der Zelle abgelagert. Zu den Erkrankungen, die mit der Bildung von freien Radikalen in Verbindung gebracht werden, zählen Herzinfarkt, Schlaganfall und Arteriosklerose. Vermutlich spielen sie aber auch eine wesentliche Rolle bei der Entstehung von bösartigen Tumoren.

Wenn der genetische Schutzschild nachlässt

Ist die Mikrozirkulation gestört, führt der daraus resultierende Sauerstoffmangel zu einer vermehrten Bildung von freien Radikalen in den Zellen. In unserem Körper entstehen täglich etwa 300 Milliarden freie Sauerstoffradikale pro Tag, gegen die auch Schutzmechanismen zur Verfügung stehen. Sie machen einen Großteil dieser aggressiven Sauerstoffmoleküle unschädlich. Wenn der genetische Schutzschild jedoch im Laufe der Lebensjahre nachlässt, kommt es zu einer Störung des Gleichgewichtes im Organismus zwischen den freien Radikalen und den entsprechenden Schutzmechanismen, die im Körper angelegt sind. Dieses Ungleichgewicht wird als oxidativer Stress bezeichnet. Der oxidative Stress ist neben einer Mangelversorgung der Zellen mit Sauerstoff und Nährstoffen sowie der Ablagerung von Stoffwechselschlacken in den Zellen eine wichtige Ursache für das Absterben von Zellen im menschlichen Körper.

Sauerstoff bedeutet Leben

Sauerstoff ist von elementarer Bedeutung für fast alle Zellen in biologischen Geweben. Sauerstoff wird zum größten Teil in gebundener Form am Hämoglobin, das in den Erythrozyten eingelagert ist, von der Lunge zu den sauerstoffverbrauchenden Zellen transportiert und dort verstoffwechselt. Arteriell Hämoglobin im großen Körperkreislauf, das in der Lunge aufgesättigt wurde, ist fast zu 100 % mit Sauerstoff beladen (Pulsoximeter-Messung). Im peripheren Gewebe wird der Sauerstoff dann entlang der Kapillaren an die Zellen abgegeben (O₂C-Messung). Entsprechend niedrigere Sättigungen des Hämoglobins mit Sauerstoff werden in den Gewebereichen am venösen Ende der Kapillare und in den nachgeschalteten Venolen und Venen gemessen.



Abb. 1



Abb. 2



Abb.3

Abb.1 zeigt einen Gefäßabschnitt mit schlechter Durchblutung; Abb. 2 einen schnelleren Blutstrom, besser gefüllte Blutgefäße, sowie wieder eröffnete oder neu gebildete Mikrogefäße. Abb. 3 zeigt die Zhendong-Anwendung mit rotierender Bodenplatte und Massagebändern.

Schon zweimaliges Training mit Zhendong (5 – 10 Minuten) pro Tag zeigt eine deutliche Verbesserung der Durchblutung. Gleichzeitig berichten die Anwender, dass Sie sich fitter und energiegeladener fühlen. Der Stoffwechsel wird angeregt, sodass oft als angenehmer Nebeneffekt eine Gewichtsabnahme auftritt. Die Haut wird straffer und sieht frischer und jugendlicher aus. Da die Anwendung auch eine Entschlackungswirkung hat, sollte reichlich Wasser – über den Tag verteilt – getrunken werden.