Dr. med. Hans-Udo Kessler

Salutogenese

Die neue Gesundheitsmedizin

Dieser Artikel soll niemanden vom Arzt fernhalten, sondern stellt meine persönliche Einstellung dar. Er hat nichts mit der Krankheitsmedizin zu tun, sondern beleuchtet eine andere Dimension. Der neue Aspekt in der Gesundheitsmedizin ist, dass sie nicht mehr passiv vom Patienten wahrgenommen wird nach der Devise „Ich bin krank und muss jetzt zum Arzt", sondern sie ist aktiv: „Ich will gesund bleiben, also nehme ich sie freiwillig und bewusst an."

Die neue Medizin basiert also auf einem freien, selbstverantwortlichen Willen, gesund zu bleiben. Salutogenese ist ganzheitlich, sie spricht Geist, Körper und Seele an. Sie informiert, lehrt und handelt, sie erklärt dem Menschen die Hintergründe. Zum Beispiel Anatomie, Physiologie, Biochemie, Pathologie, und zeigt Wege – von Kopf bis Fuß – von der Zelle bis zum Organismus – um jung, gesund und vital zu bleiben.

Ich habe mich bemüht, für all die Systeme des Seins die besten und effizientesten Methoden der Gesunderhaltung und Prävention zusammenzutragen und wende sie in unserem Institut an. Wir können nur dann selbstbewusste und verantwortliche Menschen in unserer Gesellschaft haben, wenn wir sie über die Möglichkeiten und Mechanismen der Krankheitsentstehung informieren. In diesem Sinne bieten wir eine Ausbildung zum Gesundheitstrainer an, man könnte es auch Anti-Aging-Trainer nennen. Dieser zeigt die Vorgänge des Älter- und Krankwerdens und gibt anschließend Möglichkeiten des Gesundwerdens an.

Diese Gesundheitsaspekte beziehen sich auf:

1. geistige Gesundheit und Flexibilität – Neurobics –
2. Bewegung – Sport, z. B. Walking, Zhendong
3. Ernährung, Nahrungsergänzung
4. Lebensstil, z. B. Schlaf, Stress, Entspannung
5. Schönheit - Haut, Gewebe

Lassen Sie mich einen Punkt beispielhaft herausgreifen und Ihnen vorstellen, wie die Gesundheitsmedizin bei uns im Institut angewandt wird:

Zhendong ist meiner Ansicht nach das ideale AntiAging-Gerät! Es steht für gesunde Schönheit durch Unterstützung der Hormonstimulation z. B.

- Melatonin, das Schlafhormon
- Serotonin, das Wohlfühlhormon
- Östrogen und Testosteron für Muskelaufbau
- Somatotrope Hormone zur Verjüngung

DR. MED. HANS-UDO KESSLER

studierte Medizin an der Ruprecht-Karls-Universität in Heidelberg. Seit 1990 praktisch tätig und Weiterbildung in fernöstlichen Heilmethoden, Naturheilkunde und Homöopathie. Seit 1997 eigene Praxis und seit 2003 ärztlicher Leiter des „Be Well"-Zentrums in Weinheim/Heidelberg.

Die Vibration insgesamt führt dem Körper wieder die essenziellen Bewegungen zu:

- Alle Muskelgruppen werden erfasst, trainiert und aufgebaut, insbesondere die wenig benutzten atrophierten Muskeln, somit Verbesserung von Haltung, Gangbild und Beweglichkeit
- Multidimensionale Krafteinwirkung auf alle (!) Muskelfasern, wodurch jeder Muskel in sich aufgebaut, erhalten und gestärkt wird
- Koordinationstraining z. B. nach Schlaganfall oder bei koordinationsgestörten Kindern und Erwachsenen

Die Biomechanische Stimulation (BMS) mit Zhendong bewirkt parallel angewendet mit weiteren Maßnahmen eine Potenzierung der Effekte, z. B.:

- Unterstützung der Enzyme
- Gut für isometrische Übungen
- Entschlackung durch „Schütteleffekt"
- Entgiftung und Entsäuerung
- Sofort-Effekte durch Zunahme der Durchblutung
- Gewebestraffung und Umfangreduktion
- Aktiviert Selbstheilungskräfte für Wirbelsäulen-Beweglichkeit, damit Prophylaxe und Therapie von Bandscheiben-Problematiken
- Osteoporose-Prophylaxe und -Therapie

100 Stützpunkt-Praxen gesucht!
Wir statten 100 Praxen mit unserem Beauty- und Präventionskonzept für IGEL-Leistungen aus.
Interesse ?
+49(0)7422 560050 • e-mail: info@activit.de

topfit auf knopfdruck.
Reflexzonen
Anti Aging
Kräftigung
Rechts-Spin
ZHENDONG Master

vital & gesund
- Massage und Entspannung
- Fettminderung, Abnehmen
- Hautstraffung; Anti-Cellulite
- Schnelles und effektives Training
- Fördert Vitalität und Energie
- Das Fitness-Center zuhause

reha & prävention
- Fördert die Entschlackung
- Unterstützt die Osteoporoseprophylaxe
- Anwendung bei Schmerzen und Steifheit
- Verbesserung der Muskelkoordination
- Verbesserung des Gleichgewichtssinnes
- Regt Blut- und Lymphfluss an

www.zhendong.de
Deutschland / Österreich
ActiVit
Activit GmbH & Co. KG
Albert-Moser-Str. 10
D-78713 Schramberg
Tel.: 07422 / 56 00 50
e-mail: Info@activit.de
neu Fachbuch € 8.-
neue wege zu gesundheit und wohlbefinden

Es gibt kein System, mit dem in so kurzer Zeit so viel erreicht werden kann!

Die Mikrozirkulation – 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. 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.

Schon zweimaliges Training mit Zhendong (fünf bis zehn 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.

Praktische Beispiele

Frau B., 46 J., Venenschmerzen passé

Seit über 20 Jahren leidet sie unter teilweise schmerzenden Krampfadern. Teilweise musste sie sogar Stützstrümpfe tragen. Am linken Bein vor sechs Jahren Entfernung (Stripping) einer Vene, was aber nur kurze Zeit half - die Krampfadern und Schmerzen kehrten auch hier nach einiger Zeit wieder zurück.

Nach drei Wochen täglich dreimal fünf Minuten Zhendong fuhr sie in den Urlaub und hatte die während der gesamten Zeit keine Venenprobleme, sogar in der Sonne.

Herr D., Entschlackung funktioniert

Nach Benutzung von Zhendong verspürte er sofort eine enorme Stärkung in den Beinen und im ganzen Körper. Schwellungen der venösen Beine haben stark abgenommen. Prostata und Blase haben sich verbessert. Außerdem kann er jetzt wieder besser schlafen.

Frau B., weniger Medikamente

Frau B. konnte nach und nach ihre Medikamente absetzen. Sie kann wieder problemlos laufen und besser schlafen. Mit dem Gerät hat sie ihre Arthritis und Fibromyalgie im Griff. Außerdem hat sie acht Pfund verloren.

Herr H., 84Jahre, OP abgesagt

Herr H. sollte seine Krampfadern operieren lassen. Aber seine pflegebedürftige Frau ist auf ihn angewiesen. Nach kurzer Absprache mit dem behandelnden Arzt versuchten wir Zhendong, in der ersten Woche täglich dreimal für jeweils eine Minute, dann steigerte er sich auf dreimal fünf Minuten. Heute ist er bei zweimal zehn Minuten und fühlt sich sehr wohl. Seine Beine schmerzen nicht mehr und die Adern sind auch nicht mehr so dick. Die OP ist ihm erspart geblieben.

Ein wichtiger Zusatzaspekt bei der Zhendong-Anwendung ist, dass diese Behandlungsform mir und meinen Patienten / Klienten richtig Spaß macht!