



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Bluthochdruck

Eine der häufigsten Zivilisationserkrankungen ist der Bluthochdruck, eine Krankheit, die nicht weh tut, aber über 50% der über 50jährigen und bereits 75% der über 60jährigen betrifft. Eine Krankheit, die auf Dauer sehr gefährlich ist.

Bluthochdruck fördert Folgeerkrankungen wie Arterienverkalkung, Diabetes, Übergewicht. Er kann in besonders schwerer Ausprägung zu einem Schlaganfall führen, mit irreversiblen Schäden an Gehirn und Nervensystem. In Europa ist Deutschland das Land mit den meisten Bluthochdruck-Erkrankten und den meisten Schlaganfällen.

Die Ursachen des Bluthochdrucks sind noch nicht vollständig erforscht. Ärzte sprechen gerne von essentiell Hypertonus, wobei das Wort „essentiell“ kaschiert, dass man die wirklichen Ursachen noch nicht hinreichend kennt. Es ist interessant, dass in der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg, in der es sehr wenig zu essen und häufig Mangelzustände auftraten, es nur wenige Menschen mit einem Bluthochdruck gab. Die Nachkriegszeit hat die Zahl der Zivilisationskranken wie Herzinfarkt, Schlaganfall, Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht drastisch reduziert. Erst nach 1948, als es wieder mehr Angebot an reichhaltigen Speisen gab, nahm die Zahl der Bluthochdruck-Erkrankungen zunächst langsam, später rapide zu. Es ist zudem bezeichnend, dass Bewegungsmangel und damit häufig einhergehendes Übergewicht oft mit einem Bluthochdruck verbunden sind. Der Bluthochdruck muss also im Zusammenhang mit unserer Ernährung und Bewegung entstehen.

Es gibt interessante Untersuchungen aus Südafrika aus den 50er Jahren. Damals stellten Wissenschaftler fest, dass Menschen aus dörflichen, traditionellen Strukturen nur selten unter Bluthochdruck und anderen Zivilisationskrankheiten litten. Wenn diese Menschen aber in Städte zogen, um dort zu arbeiten, nahmen sie zumeist auch die Ernährungsgewohnheiten der städtischen Bevölkerung an. Einige Jahre konfrontiert mit dieser neuen Ernährungsform, bekamen diese Menschen die gleichen Erkrankungen wie die städtische Bevölkerung, wohingegen die ursprüngliche Bevölkerung in den Dörfern nicht an Zivilisationskrankheiten erkrankte.

Mein Fazit ist: Die Ursachen für den Bluthochdruck begründen sich in Eiweißüberernährung in Kombination mit Bewegungsmangel. Zivilisationsbedingte Entwicklungen hin zu einem vermehrten Auftreten der Bluthochdruck-Erkrankung lassen sich z.Zt. in vielen Schwellen- oder Entwicklungsländern beobachten. Wenn der Wohlstand steigt und westliche Ernährungsgewohnheiten übernommen werden, werden die Menschen krank.

Annähernd das gesamte Eiweiß, das wir essen, wie Fleisch, Fisch, Eier, Milchprodukte, Soja etc. kann nur zu einem geringen Teil vom Körper aufgenommen und in unseren Zellen eingebaut werden. Der größere Teil wird zwar mit der Nahrung aufgenommen, anschließend aber



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

über Leber und Nieren wieder ausgeschieden. Bei diesem Prozess entstehen belastende Stoffwechselprodukte, die zu Verschlackung, d.h. einer massiven Belastung des Bindegewebes, führen.

Eiweiß, welches aus der Nahrung über die Darmschleimhaut aufgenommen wird, wird über die Lymph- und Blutgefäße weitertransportiert. Hierbei wird ein Teil dieses Eiweißes an der Innenwand der feinen Blutgefäße vorübergehend deponiert. Ein Körper im Ernährungsgleichgewicht, wird dieses wandständige Eiweiß später wieder abholen und verarbeiten. Nimmt der Mensch jedoch auf Dauer zu viel Eiweiß auf, bleibt dieses an der Gefäßinnenwand hängen und verengt den inneren Durchmesser der Gefäße – ähnlich wie bei Kalkablagerungen in Wasserrohren. Damit aber alle Organe genügend über das Blut mit Sauerstoff und anderen Nährstoffen versorgt werden können, muss das Herz in Folge stärker pumpen, um dadurch den Druck in den Blutgefäßen zu erhöhen. So entsteht allmählich ein Bluthochdruck.

Das Prinzip ist also einfach: Eiweißablagerungen aus der Nahrung werden an der Innenwand der feinen Blutgefäße abgelagert, der innere Durchmesser der Blutgefäße wird verringert und das Herz muss größeren Druck aufbauen, damit die Organe ausreichend versorgt werden können. In der Naturheilkunde spricht man deswegen beim Bluthochdruck auch von einer „Eiweiß-Speicherkrankheit“.

Es gibt jedoch Lösungen und Hilfen, um dem Problem der Bluthochdruck-Erkrankung zu begegnen. Das geeignetste „aktive“ Mittel ist Bewegung, weil dabei vermehrt Eiweiß für die Muskulatur verbraucht wird. Eine passive, sehr intelligente und zudem auch körperliche Aktivität optimal unterstützende Hilfe ist die Einnahme eines komplexen, hochwertigen Eiweißproduktes wie z.B. unseres JUMASAN ENERGETIC PROTEIN. Durch die konsequente Einnahme lässt sich sowohl der Bluthochdruck auf Dauer normalisieren, als auch sonstige Schäden der Eiweißspeicherkrankheiten reduzieren.

Man darf die Frage stellen, ob der Bluthochdruck-Erkrankung durch die Dauereinnahme von Medikamenten, die den Blutdruck zwar senken, aber nicht die Ursachen der Krankheit beseitigen und darüber hinaus natürlich auch noch unerwünschte Nebenwirkungen haben, adäquat begegnet werden kann. Dies ist aus meiner Sicht lediglich ein bequemer Weg, bei dem man jedoch seine schädlichen Lebensgewohnheiten beibehält.

Dr. med. Jürgen Freiherr von Rosen
Schlosspark-Klinik Gersfeld

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654-160 Fax +49 (0) 6654-1663 direktion@schloss-klinik.de dr-von-rosen.de