

Bluthochdruck



Jeder Dritte Erwachsene



Symptome

- Schwindelgefühl
- Kopfschmerzen, vor allem morgens
- Schlafstörungen
- Nervosität
- Ohrensausen
- Müdigkeit/leichte Ermüdbarkeit
- Nasenbluten
- Kurzatmigkeit
- gerötetes Gesicht
- Übelkeit

Symptome



Metabolisches Syndrom:

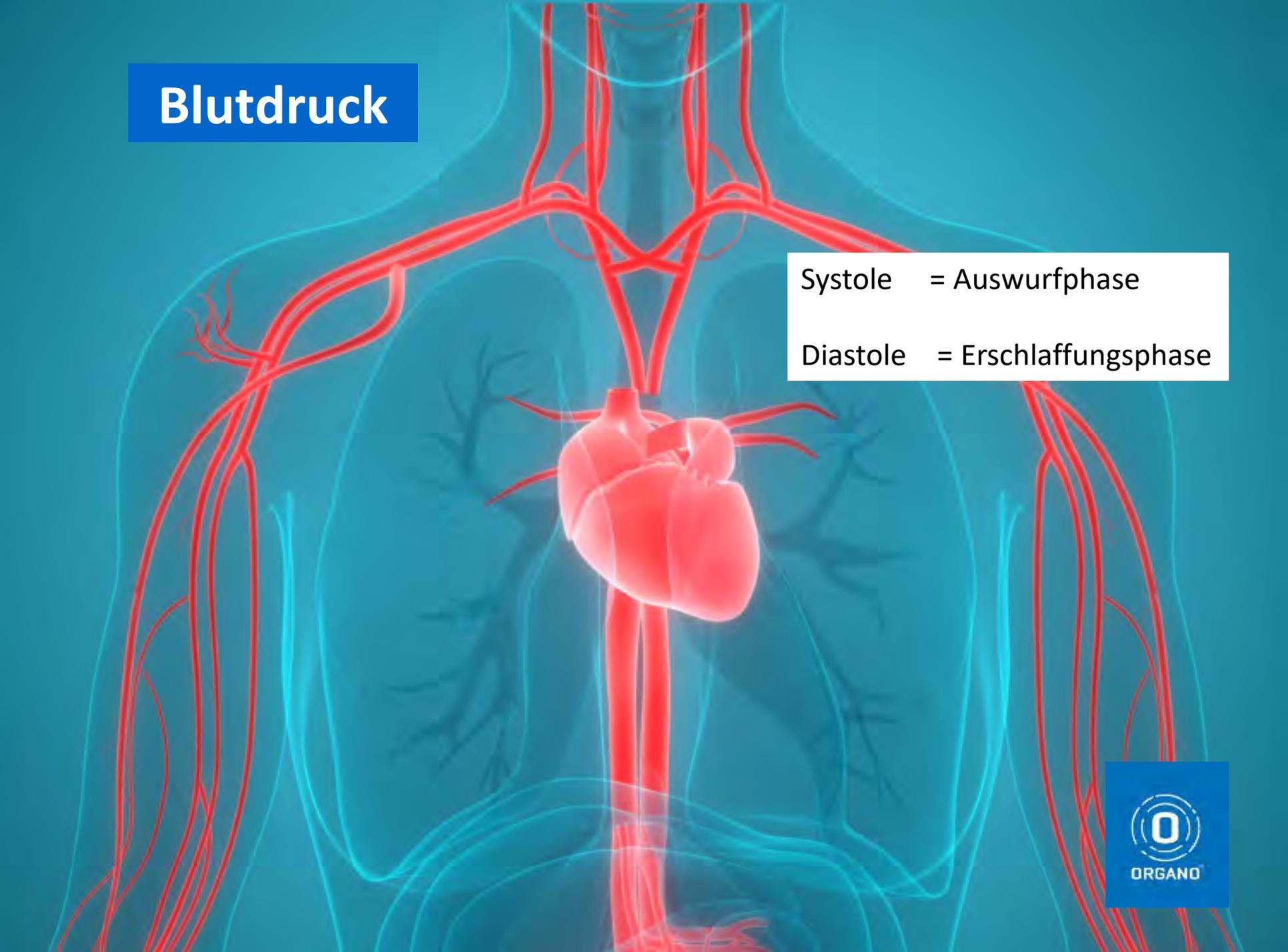
- Bluthochdruck
- Hoher Cholesterinspiegel
- Hoher Blutzucker
- Übergewicht

Spätfolgen



- Schädigung des Herzens
- Schlaganfall
- Herzinfarkt

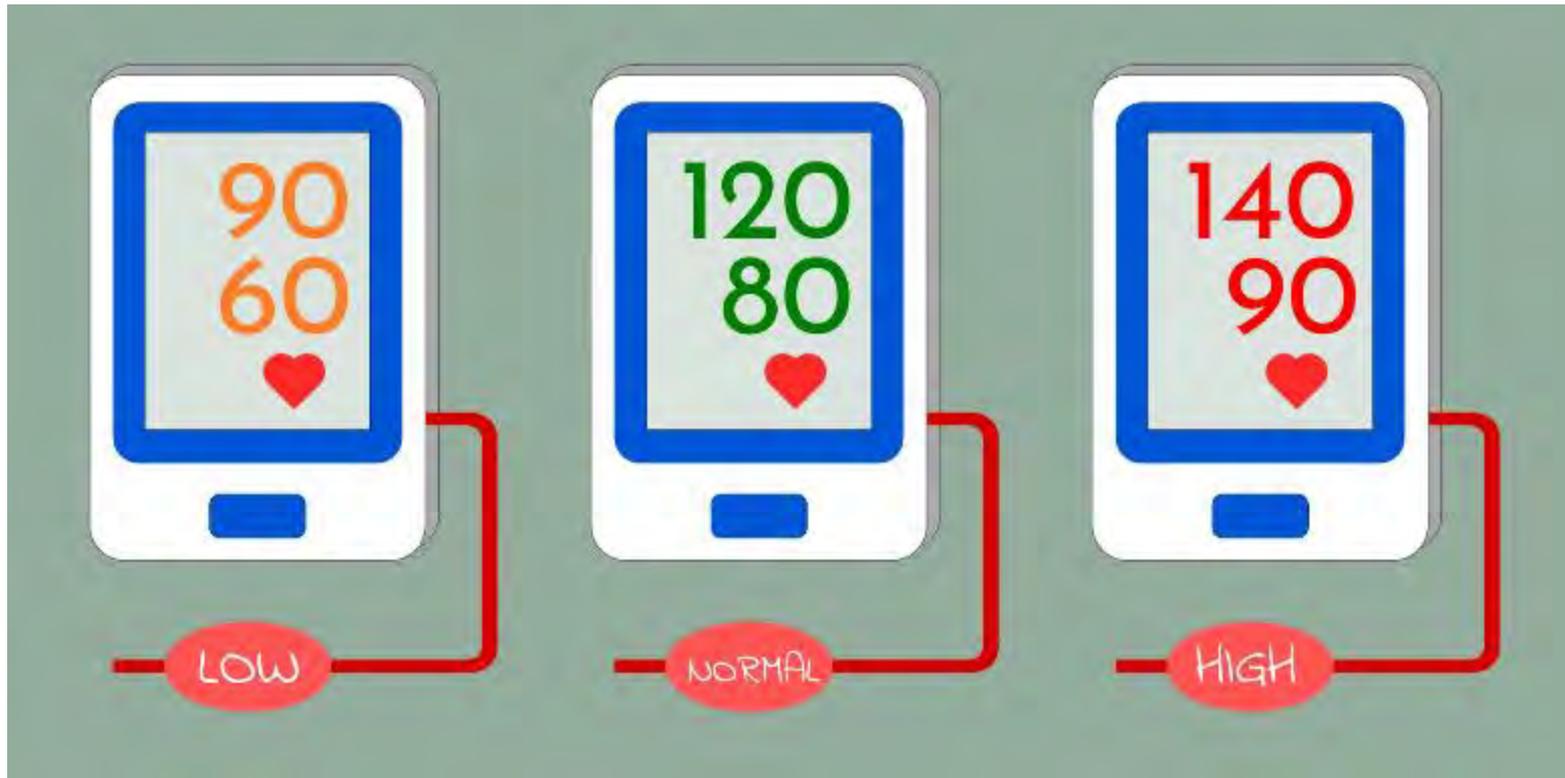
Blutdruck



Systole = Auswurfphase

Diastole = Erschlaffungsphase

Blutdruckwerte



Blutdruckwerte

Blutdruck-Tabelle: Blutdruckwerte auf einen Blick

Blutdruck Einteilung	Systole (erster Wert)	Diastole (zweiter Wert)
Normal	120-129 mmHg	80-84 mmHg
Normal-Hoch	130-139 mmHg	85-89 mmHg
Hypertonie Grad 1 leichter Bluthochdruck	140-159 mmHg	90-99 mmHg
Hypertonie Grad 2 mittelschwerer Bluthochdruck	160-179 mmHg	100-109 mmHg
Hypertonie Grad 3 schwerer Bluthochdruck	über 180 mmHg	über 110 mmHg

Blutdruck bei Älteren



Blutdruck bei Schwangeren



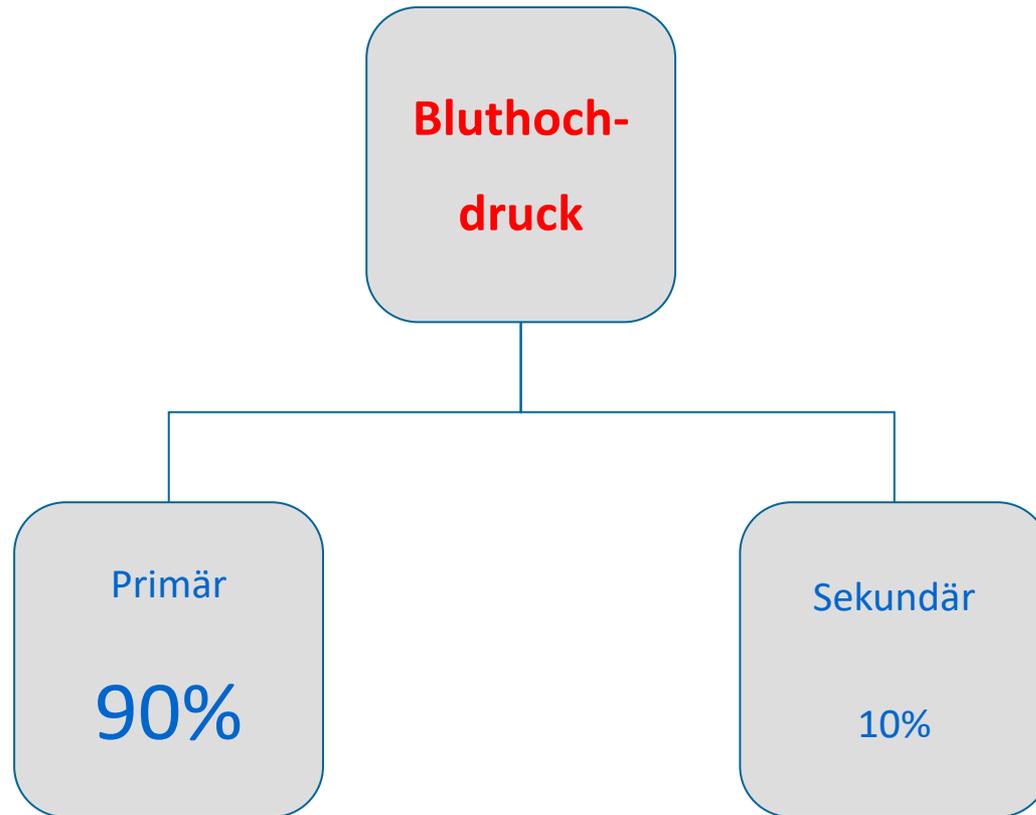
Schlafapnoe



Medikamente

1. Kortison
2. Antirheumatika
3. Antibaby-Pille

Ursachen



Blut- hochdruck

KÖRPER

Drüsen
Organe
Wirbelsäule
Nervensysteme
Schaltungen im Gehirn
ARAS
Zahnfeld
Narben
Matrix
Cranio-Sacrales-System
Immunsystem

GEIST/ Unterbewusstsein

Emotionen
Trauma
Bestimmtes Thema
Codierung
Miasmen
Gelübde
Aka-Verbindungen
Glaubenssätze/Suggestionen
Fehlendes Selbstvertrauen

SEELE

Emotionen
Trauma
Bestimmtes Thema
Codierung
Inkarnationsbelastungen

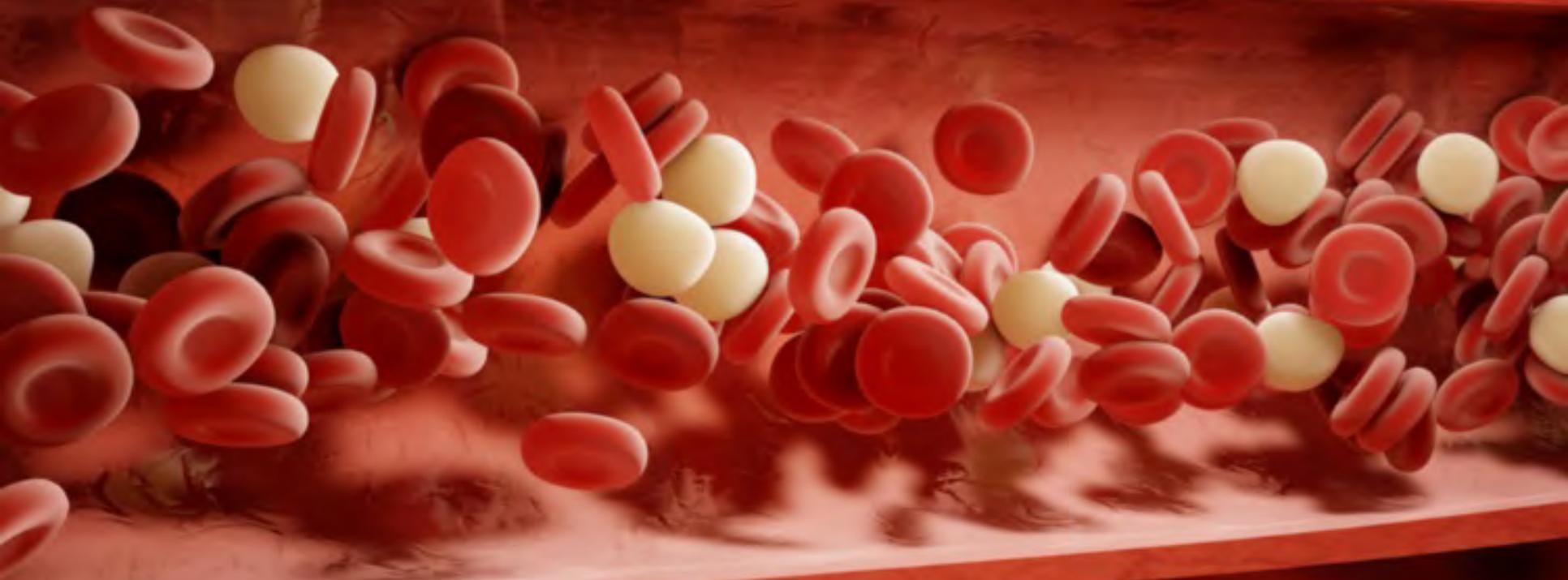
ENERGETISCH

Chakren
Meridiane
Energetische Übergänge
Fünf Elemente

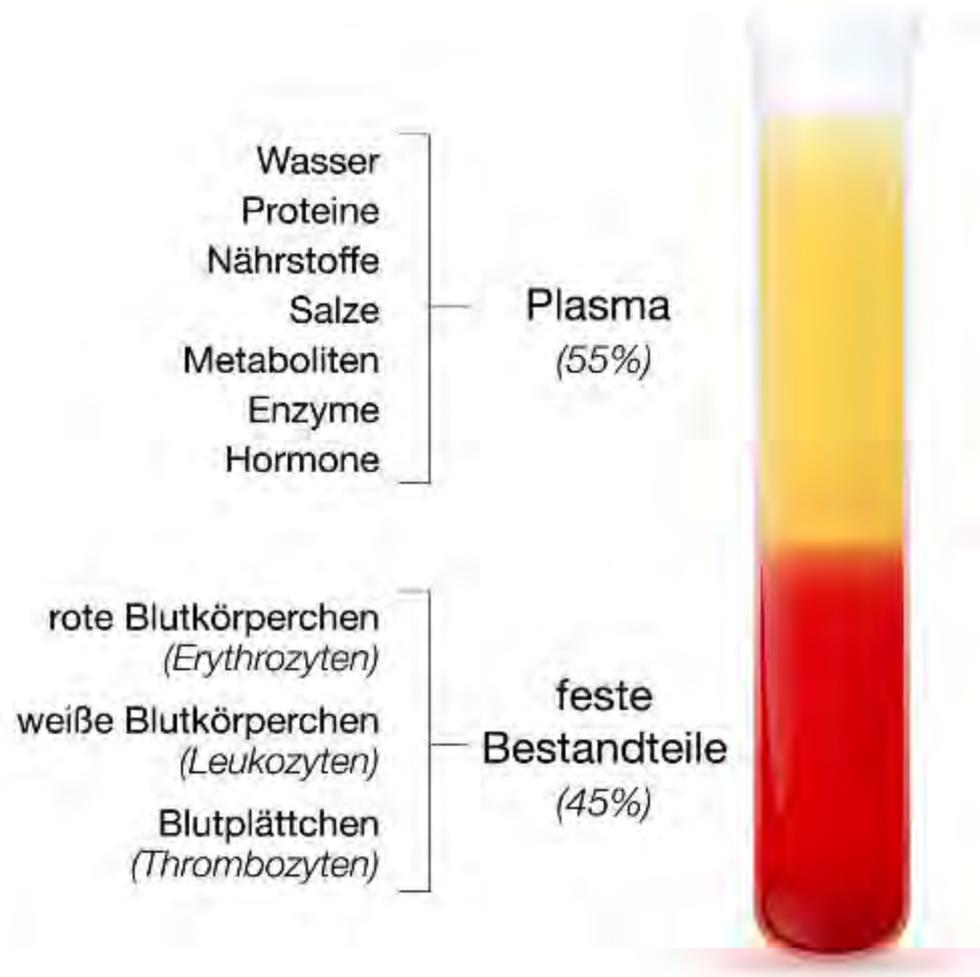
EXOGEN

Schlafplatz
Strahlenbelastung
Erreger
Allergene
Gifte
Schwermetalle

Blut

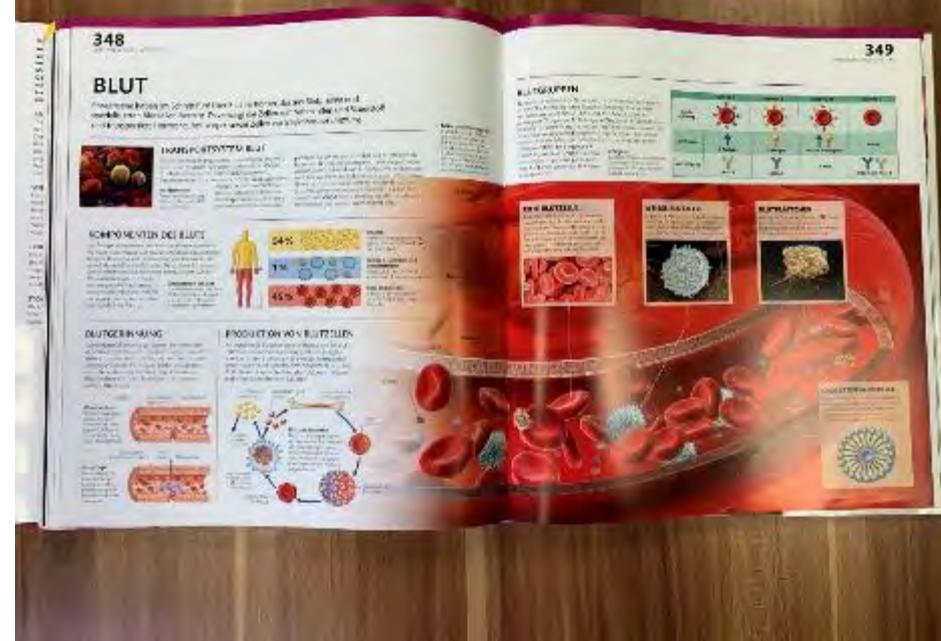


Blut-Bestandteile



Blut-Bestandteile

1. Blutzellen
2. Blutflüssigkeit (Plasma)



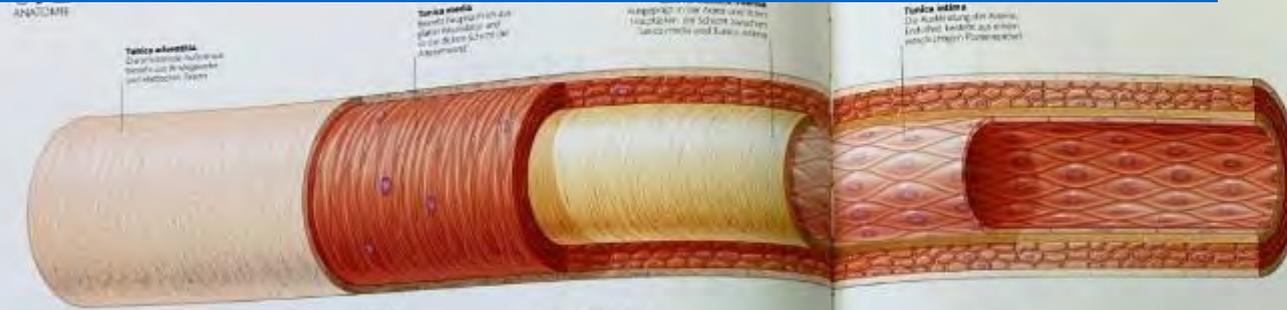
Beispiel:

Sind die Blutzellen bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die die Blutzellen belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“



Blut-Gefäße – Körperatlas S. 73



ARTERIE
Tunica media
Lamina elastica interna
Tunica intima



Tunica adventitia



Doppelsonografie
Die Doppelsonografie ermöglicht es, eine genaue Messung der Blutflussgeschwindigkeit zu erhalten. In diesem Bild ist die Blutflussgeschwindigkeit in einem Gefäß zu sehen.

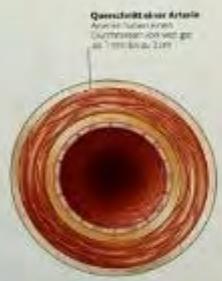
ARTERIE, VENE, KAPILLARE STRUKTUR

Das Herz-Kreislauf-System besteht aus Herz, Blut und Blutgefäßen – das Blutgefäßsystem. Die Herzkammern pumpen das Blut in die Arterien, die sich in Kapillaren verzweigen, um das Blut zu den verschiedenen Geweben des Körpers zu transportieren. Die Kapillaren sind die kleinsten Blutgefäße und bestehen aus einer einzigen Zelle, die Endothelzellen sind. Die Kapillaren sind die kleinsten Blutgefäße und bestehen aus einer einzigen Zelle, die Endothelzellen sind. Die Kapillaren sind die kleinsten Blutgefäße und bestehen aus einer einzigen Zelle, die Endothelzellen sind.

VENENBLASSE
Tunica media
Tunica intima



Endothelzelle
Zellkern
Zellmembran



Querschnitt einer Arterie
Die Arterie hat eine dicke Wand, die aus drei Schichten besteht: der Tunica intima, der Tunica media und der Tunica adventitia.

Arterie
Die Arterie hat eine dicke Wand, die aus drei Schichten besteht: der Tunica intima, der Tunica media und der Tunica adventitia. Die Tunica media ist die dickste Schicht und besteht aus elastischen Fasern, die die Arterie elastisch machen. Die Tunica intima ist die innerste Schicht und besteht aus Endothelzellen. Die Tunica adventitia ist die äußerste Schicht und besteht aus Bindegewebe.



Querschnitt einer Vene
Die Vene hat eine dicke Wand, die aus drei Schichten besteht: der Tunica intima, der Tunica media und der Tunica adventitia.

Vene
Die Vene hat eine dicke Wand, die aus drei Schichten besteht: der Tunica intima, der Tunica media und der Tunica adventitia. Die Tunica media ist die dickste Schicht und besteht aus elastischen Fasern, die die Vene elastisch machen. Die Tunica intima ist die innerste Schicht und besteht aus Endothelzellen. Die Tunica adventitia ist die äußerste Schicht und besteht aus Bindegewebe.



Querschnitt einer Kapillare
Die Kapillare hat eine sehr dicke Wand, die aus einer einzigen Zelle, der Endothelzelle, besteht.

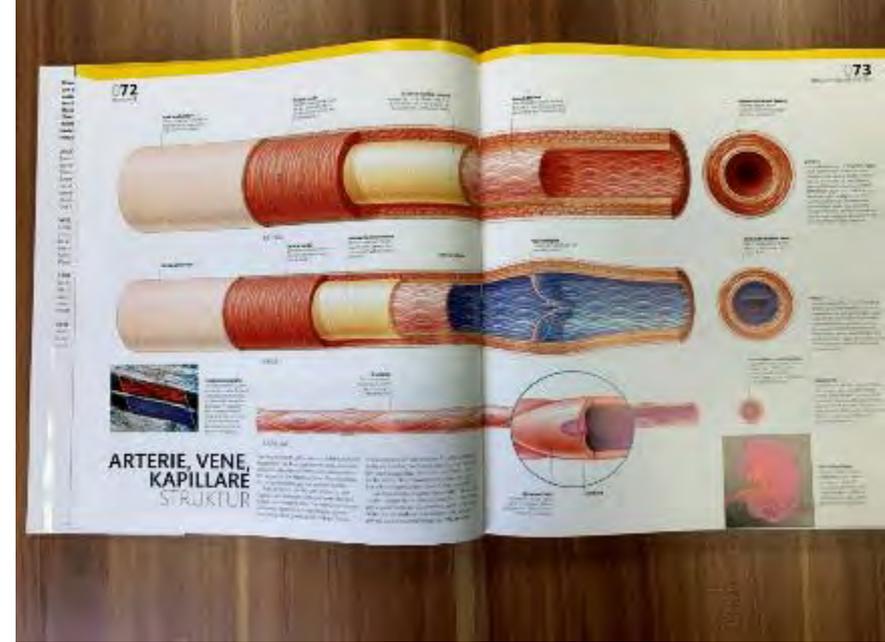
Kapillaren
Die Kapillaren sind die kleinsten Blutgefäße und bestehen aus einer einzigen Zelle, der Endothelzelle. Sie sind die kleinsten Blutgefäße und bestehen aus einer einzigen Zelle, der Endothelzelle.



Microvessel
Das Microvessel ist ein kleines Blutgefäß, das aus einer einzigen Zelle, der Endothelzelle, besteht. Es ist das kleinsten Blutgefäß und besteht aus einer einzigen Zelle, der Endothelzelle.



Blut-Gefäße

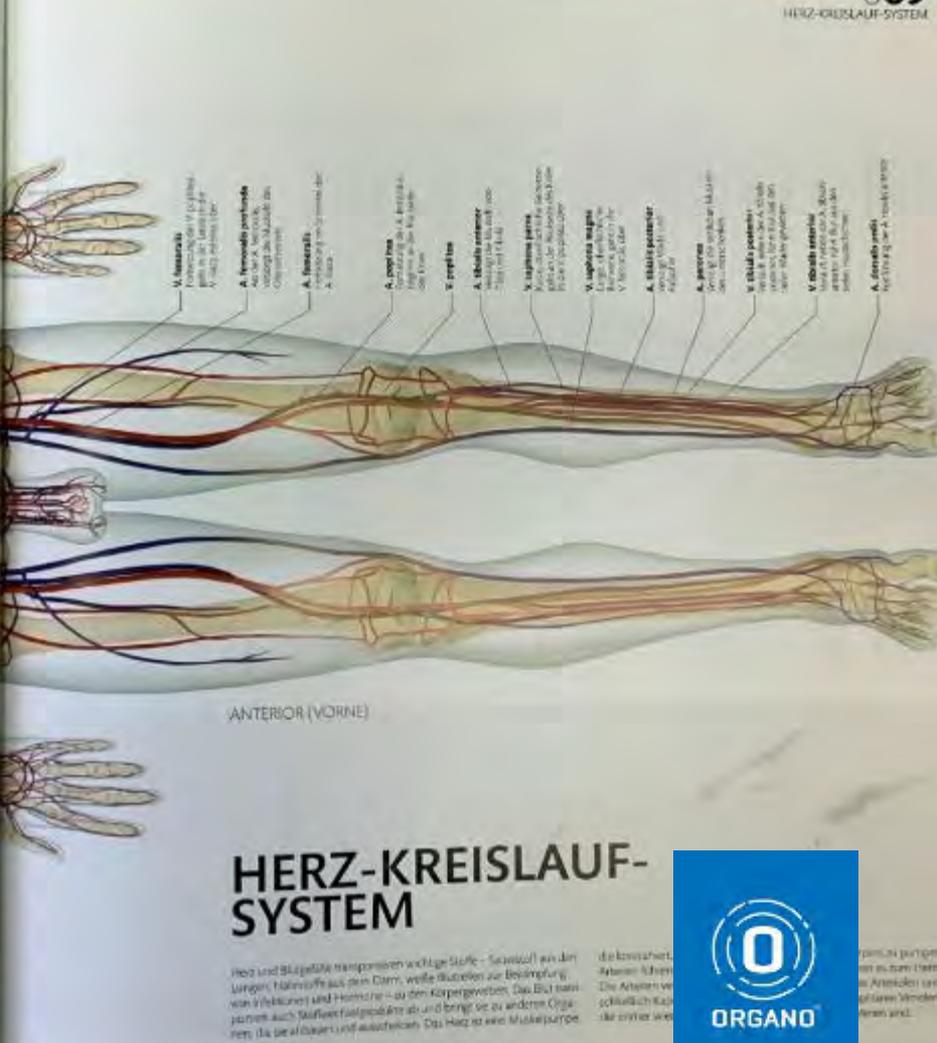
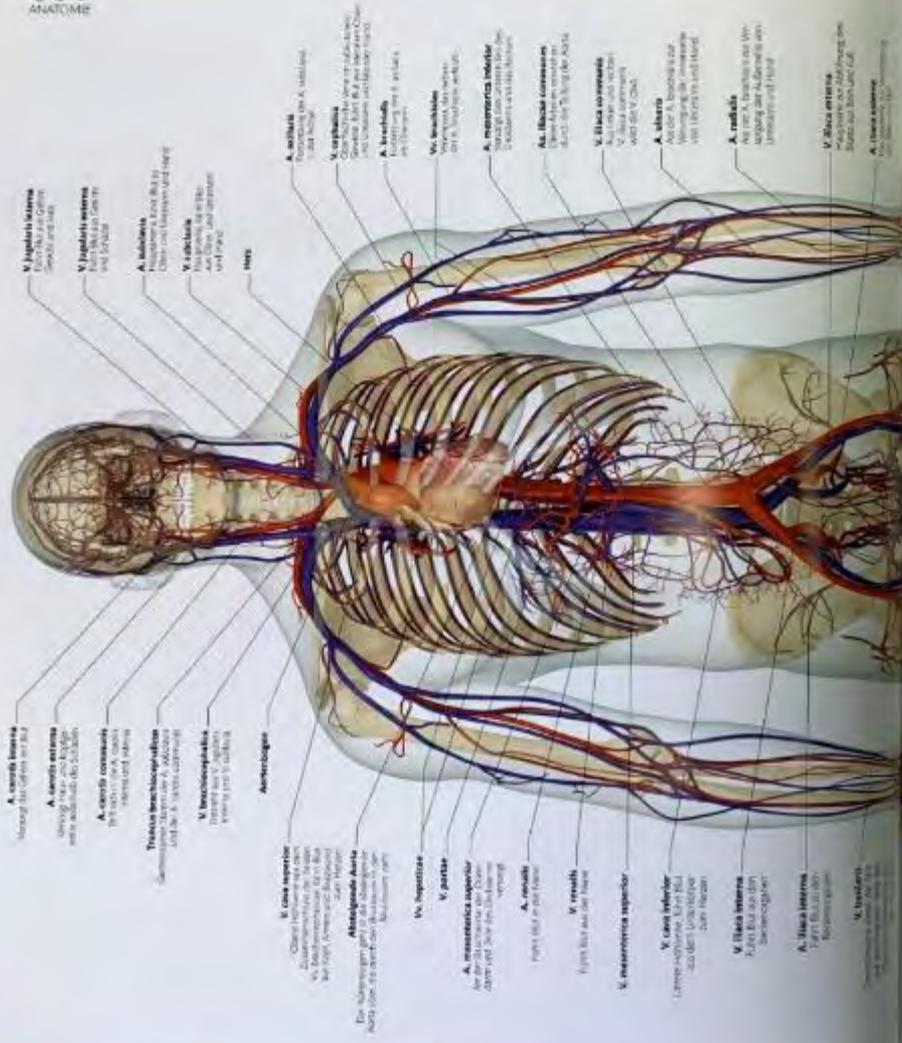


Beispiel:

Ist der Tonus der Blutgefäße bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die den Tonus der Blutgefäße erhöhen und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Blut-Gefäße – Körperatlas S. 68



HERZ-KREISLAUF-SYSTEM

Das Herz und Blutgefäße transportieren wichtige Stoffe – Sauerstoff von den Lungen, Nährstoffe aus dem Darm, weiße Blutkörperchen zur Bekämpfung von Viren, Bakterien und Hormone – zu den Körpergeweben. Das Blut transportiert auch Stoffwechselprodukte ab und bringt sie zu anderen Organen, die sie abgeben und ausscheiden. Das Herz ist wie ein Muskelpumpe...

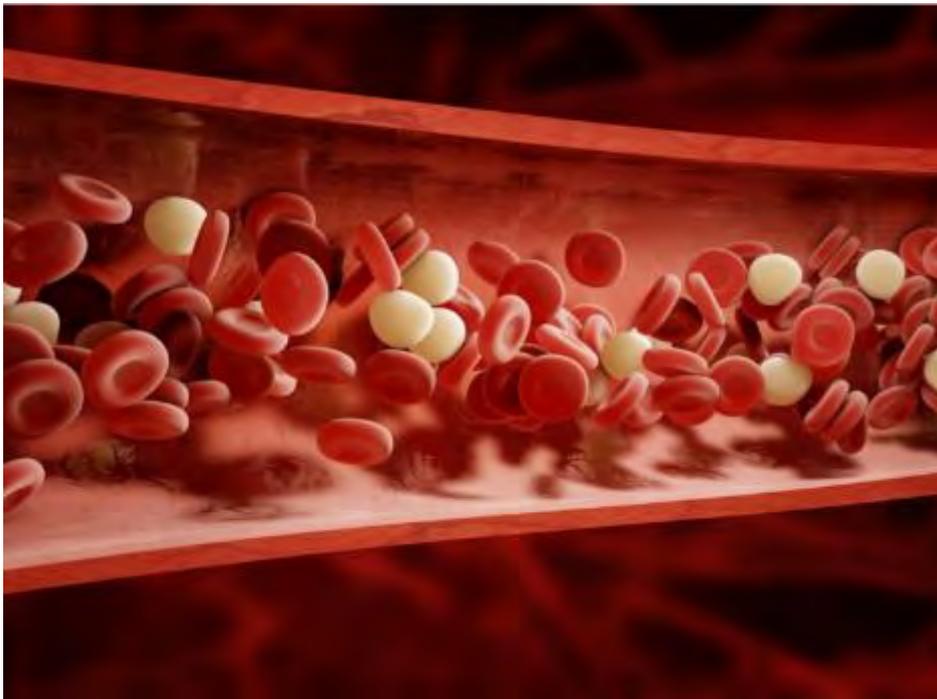
...einmal pro Tag...
...in einem...
...in einem...
...in einem...
...in einem...

Blut – Homocystein-Spiegel



= giftiges Stoffwechselabbauprodukt!

Blut – Homocystein-Spiegel



Abbau durch:

- Folsäure
- Vitamin B6
- Vitamin B12

Blut – Homocystein-Spiegel



Verursacht ein erhöhter Homocystein-Spiegel den Bluthochdruck?

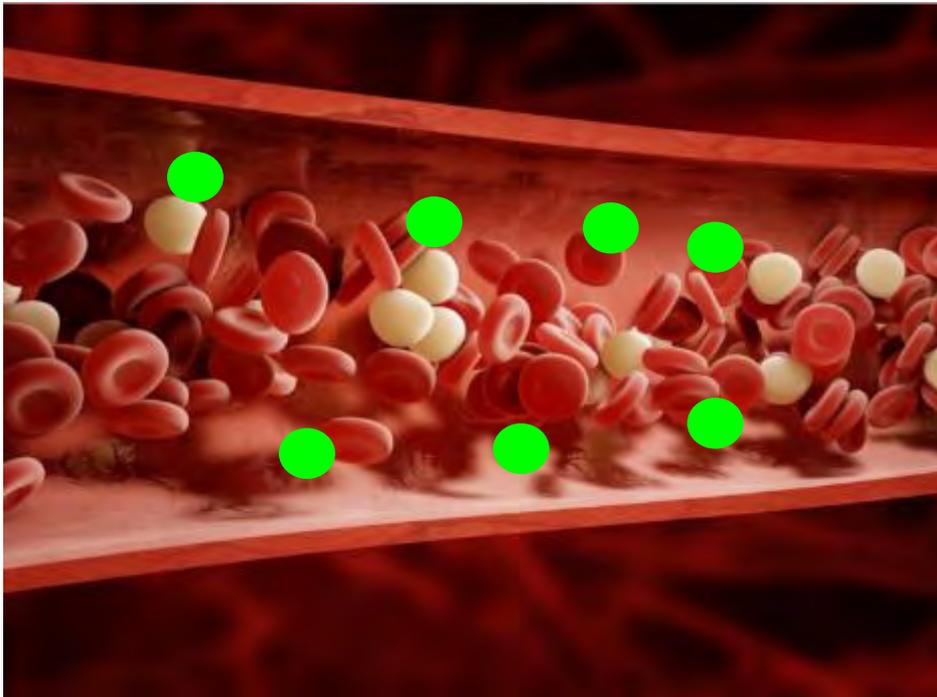
„Ausleiten von zu viel Homocystein im Blut, das den Bluthochdruck verursacht.“

Ist ein Mangel vorhanden an:

- Folsäure
- Vitamin B6
- Vitamin B12



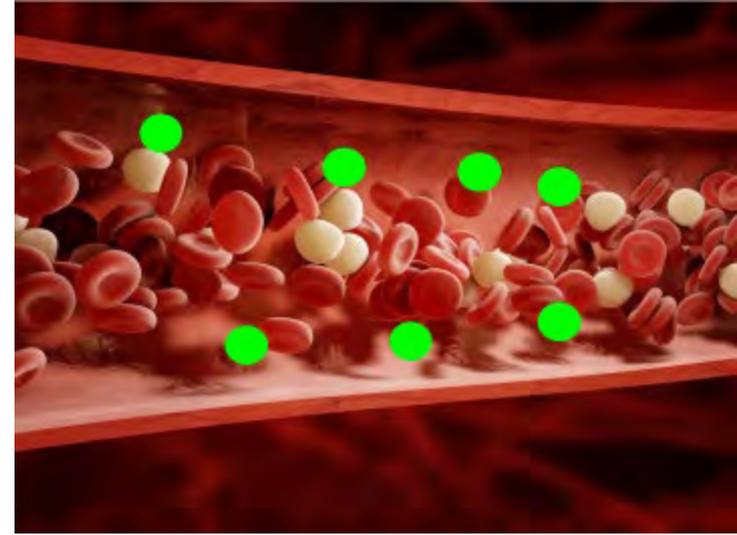
Blut – Freie Radikale



Freie Radikale durch:

- Bakterien
- Viren
- Medikamente
- Säuren
- Gifte

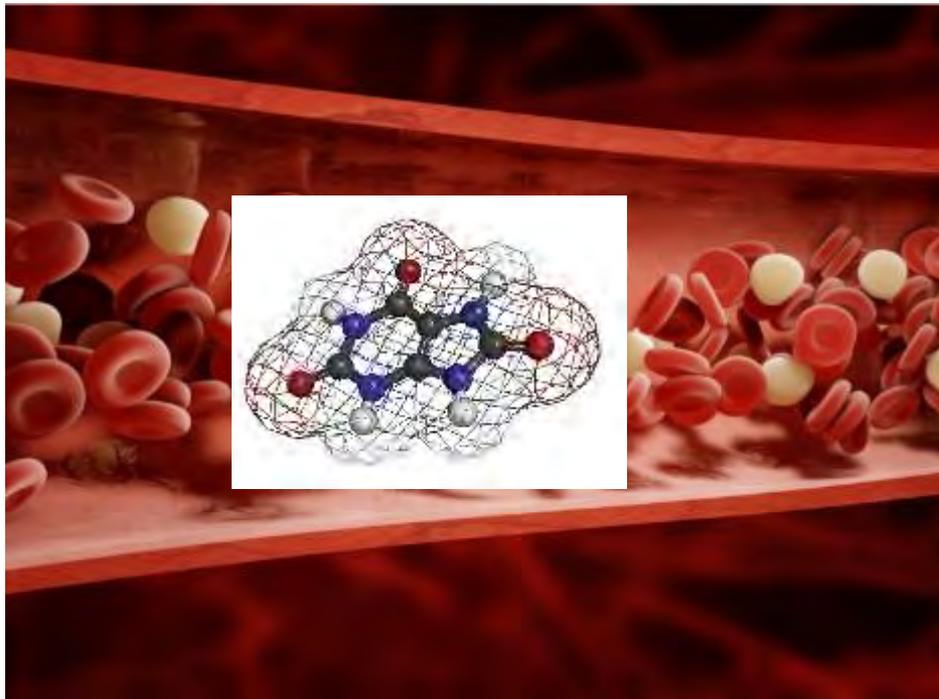
Blut – Freie Radikale



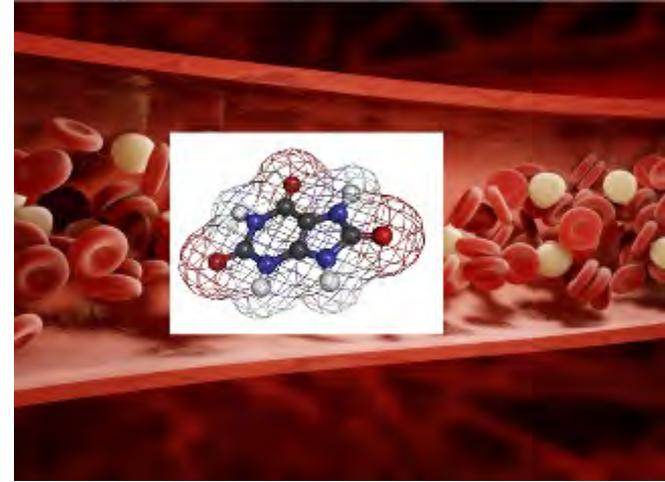
Verursachen vermehrte freie Radikale den Bluthochdruck?

„Ausleiten von zu viele freie Radikale im Blut, die den Bluthochdruck verursachen.“

Blut – Erhöhte Harnsäure



Blut – Erhöhte Harnsäure

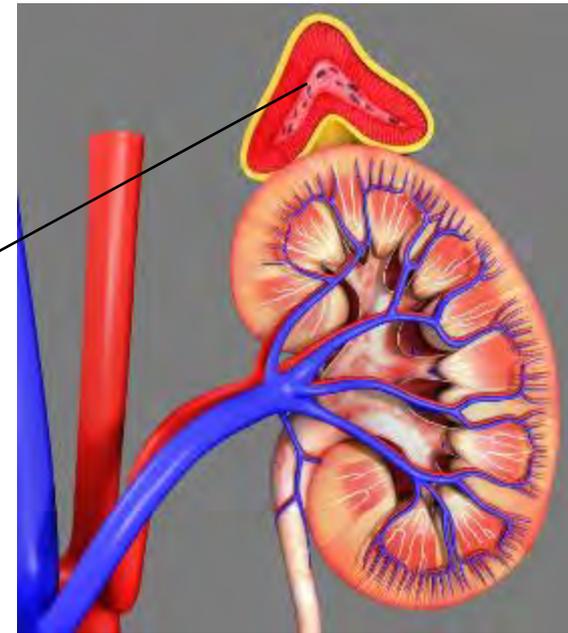
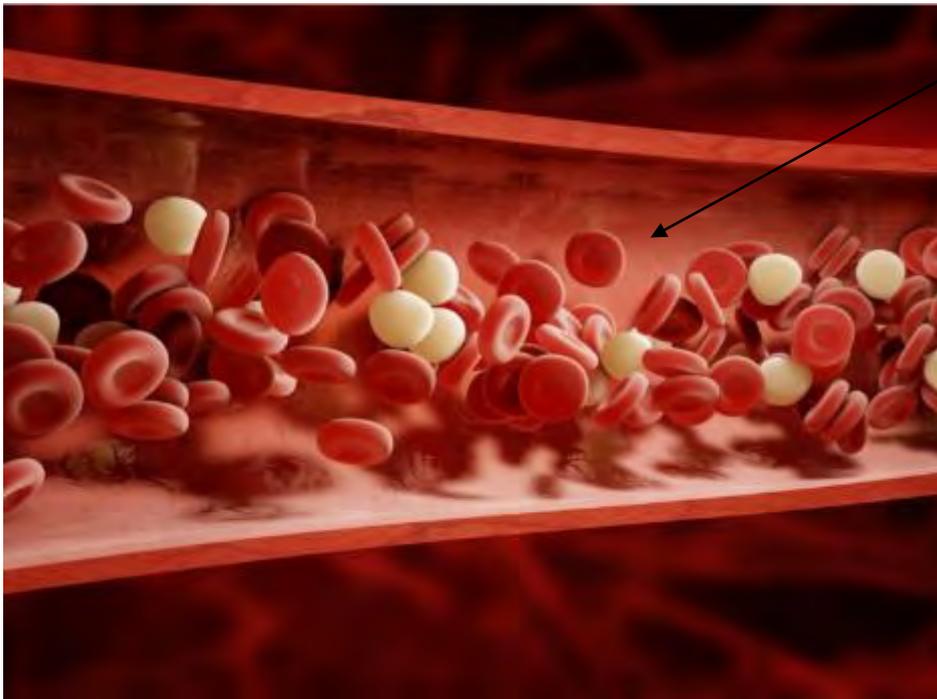


Verursacht eine erhöhte Harnsäure im Blut den Bluthochdruck?

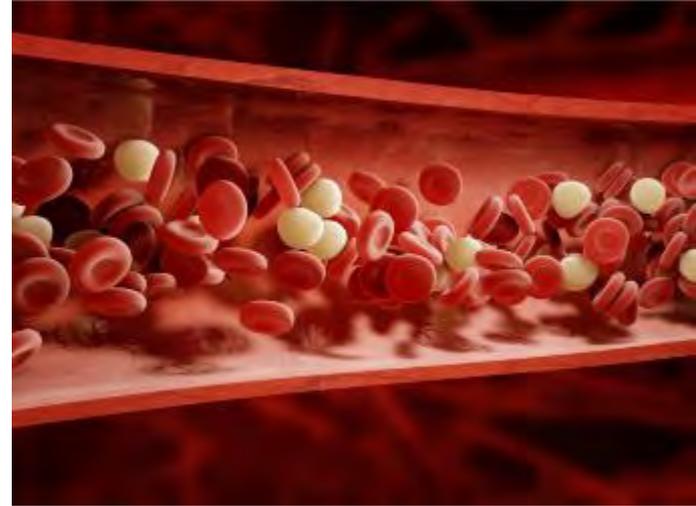
„Ausleiten der erhöhten Harnsäure im Blut, die den Bluthochdruck verursachen.“

Blut – zu viele Stresshormone

- Adrenalin
- Noradrenalin
- Cortisol



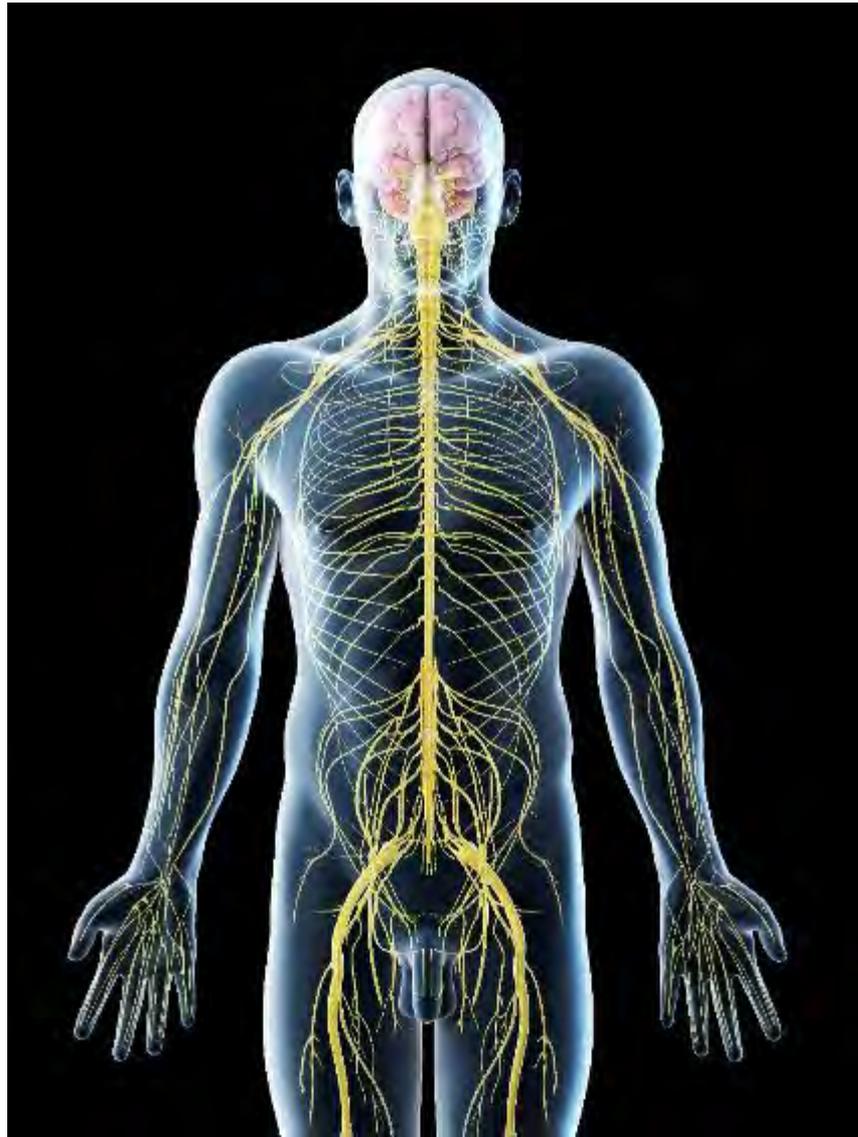
Blut – zu viele Stresshormone



Sind zu viele Stresshormone im Blut vorhanden bezüglich des Bluthochdrucks?

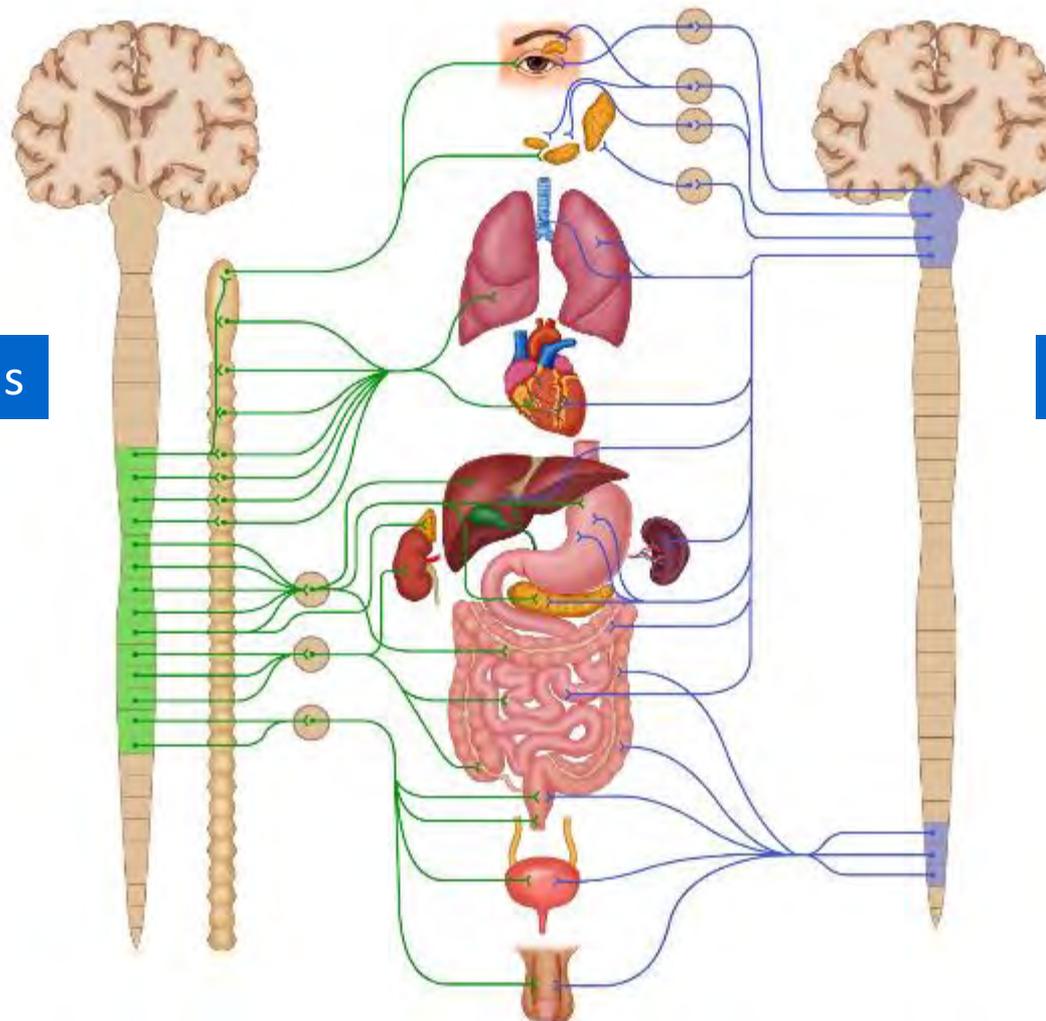
„Ausleiten aller zu vielen Stresshormone im Blut, die den Bluthochdruck verursachen.“

Nervensysteme



Nervensysteme – Autonomes Nervensystem

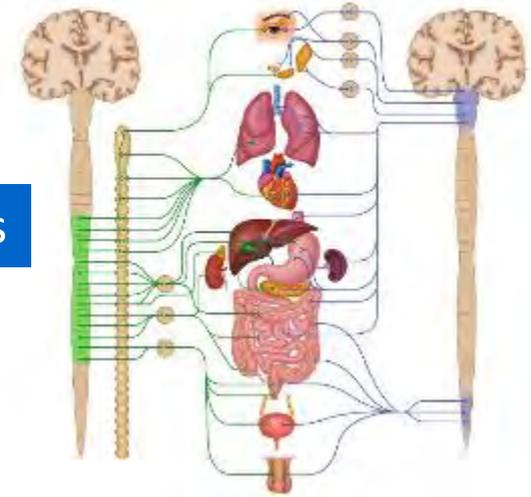
Sympathikus



Parasympathikus

Nervensysteme – Autonomes Nervensystem

Sympathikus



Beispiel: Sympathikus

Ist das sympathische Nervensystem bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die das sympathische Nervensystem belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Nervensysteme – ARAS

Ist das ARAS bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die das ARAS belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“



Nervensysteme – Hirnstamm



Gehirnatlas S. 62

Nucleus tractus solitarius



Regulierung von:

- Blutdruck
- Atmung
- Herzschlag



Nervensysteme – Hirnstamm

Ist der Hirnstamm bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die den Hirnstamm belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“



Muskulatur



Nackenmuskulatur



Nackenmuskulatur



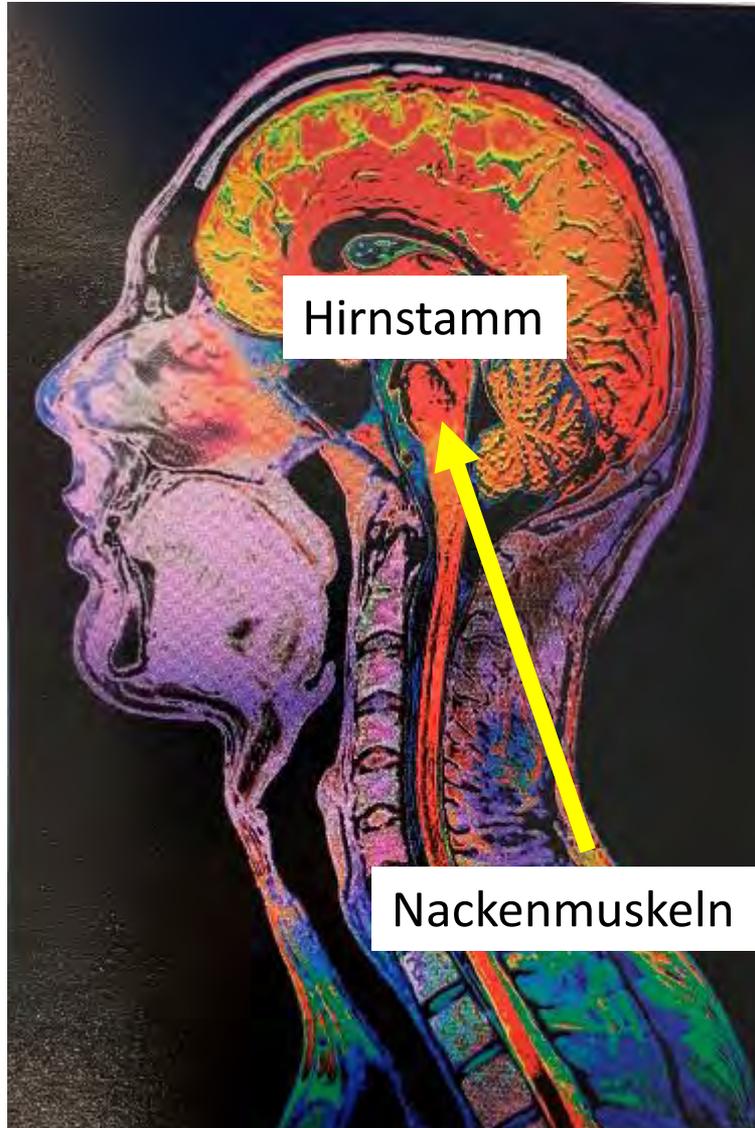
Büroarbeit



Schleudertrauma



Nackenmuskulatur



Körperatlas S. 62

Direkte Nervenverbindung!

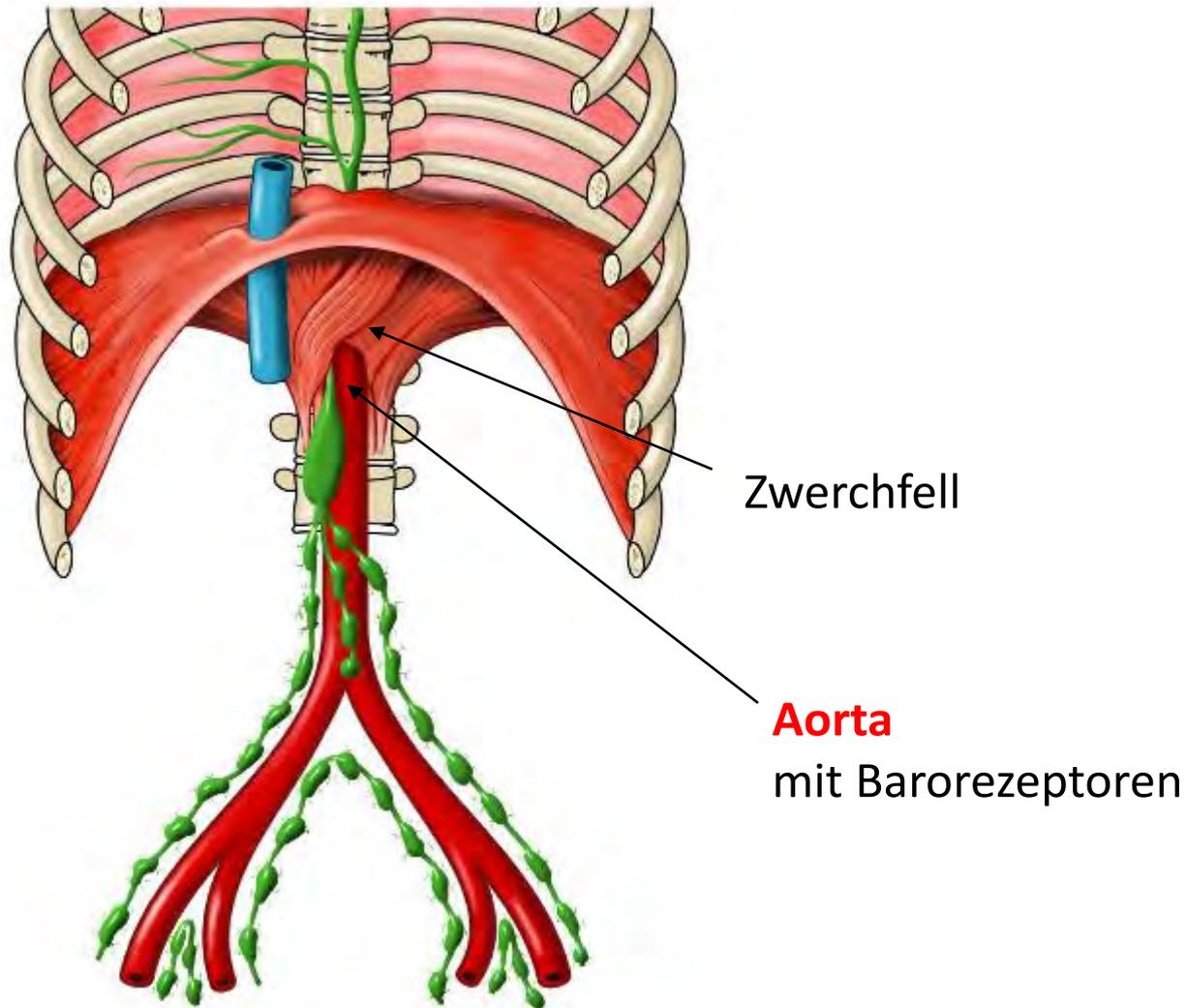
Nackenmuskulatur



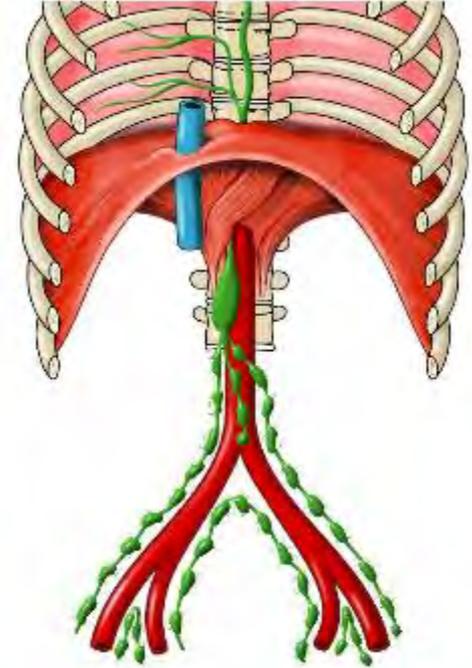
Hat die Nacken- und Halsmuskulatur einen Einfluss auf den Bluthochdruck?

„Ausleiten sämtlicher Spannungsenergien in der Nacken- und Halsmuskulatur, die den Bluthochdruck verursachen.“

Zwerchfell - Atemmuskel



Zwerchfell - Atemmuskel

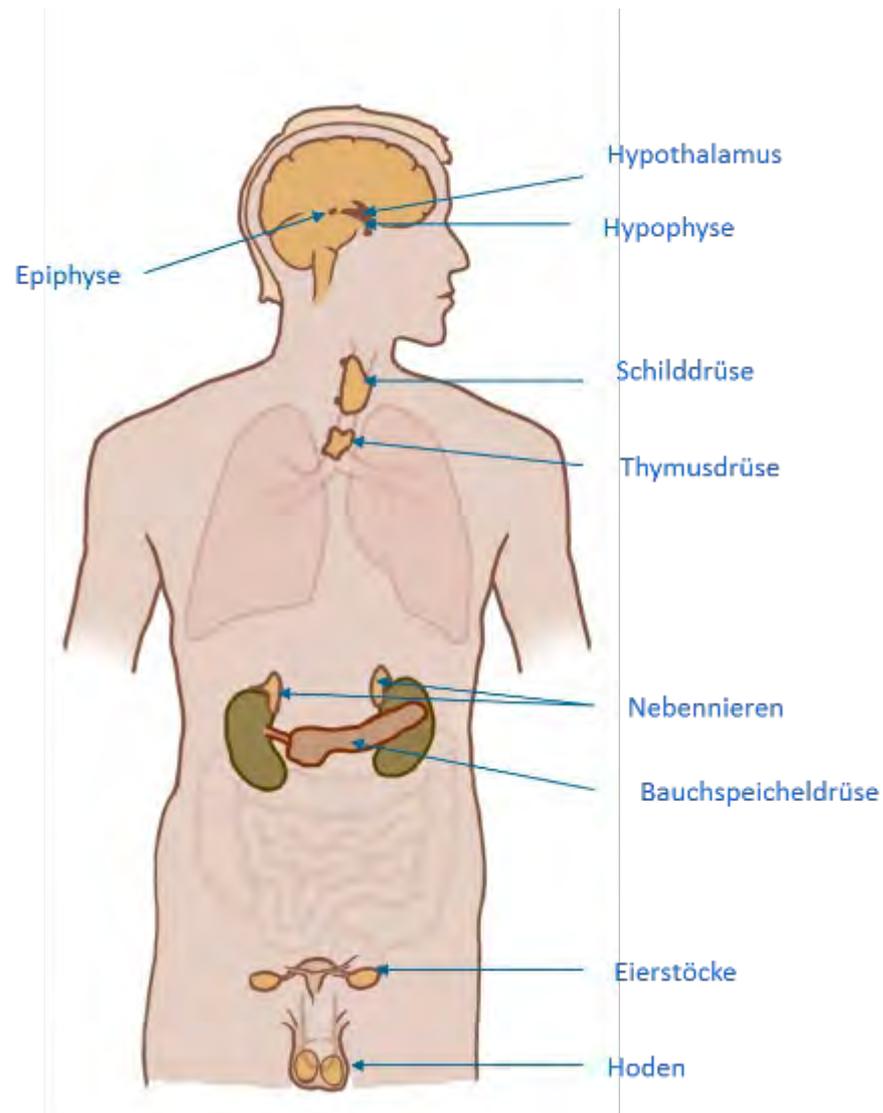


Verursacht ein verspanntes Zwerchfell den Bluthochdruck?

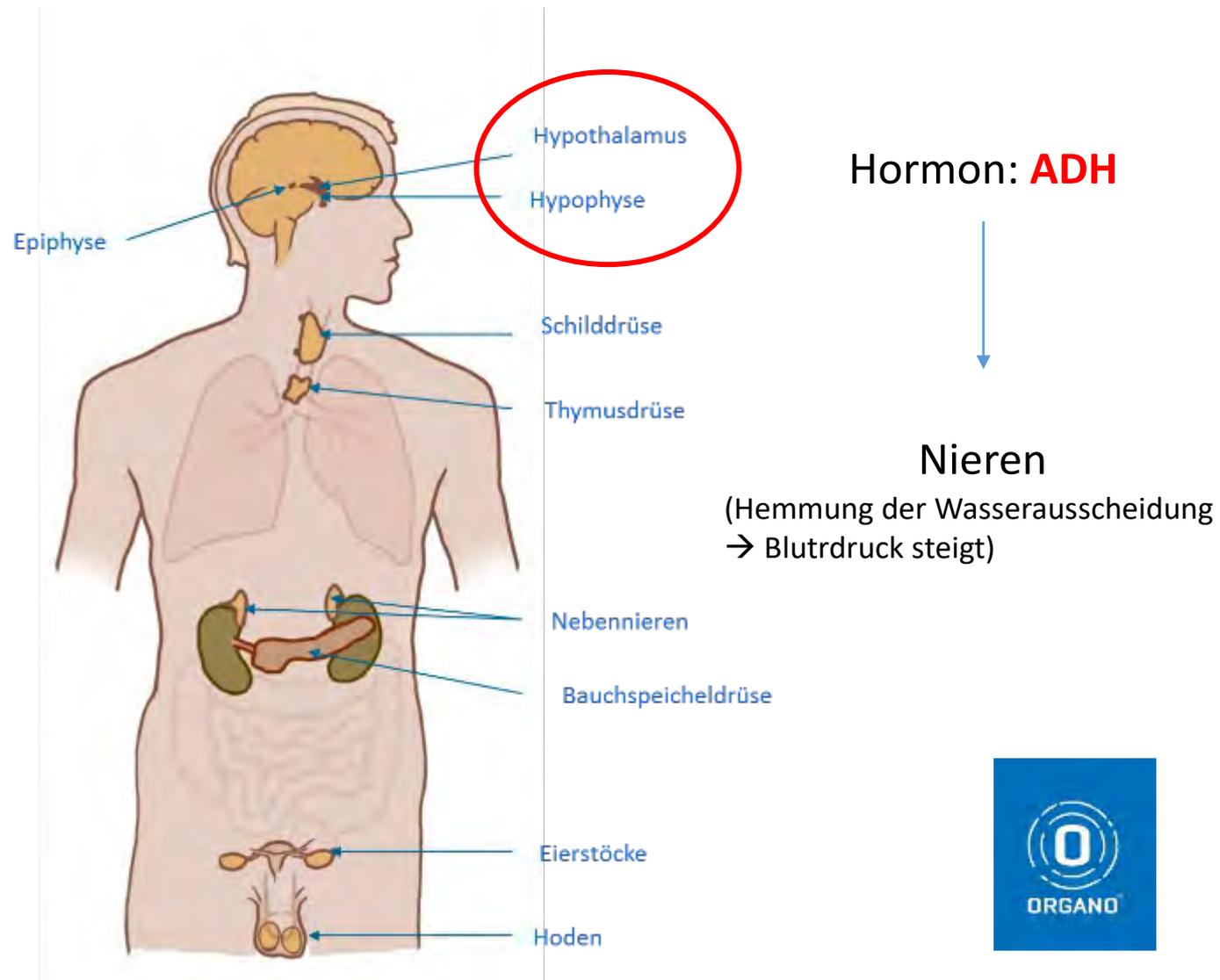
„Ausleiten aller Spannungsenergien im Zwerchfell, die den Bluthochdruck verursachen.“

Hormonsystem

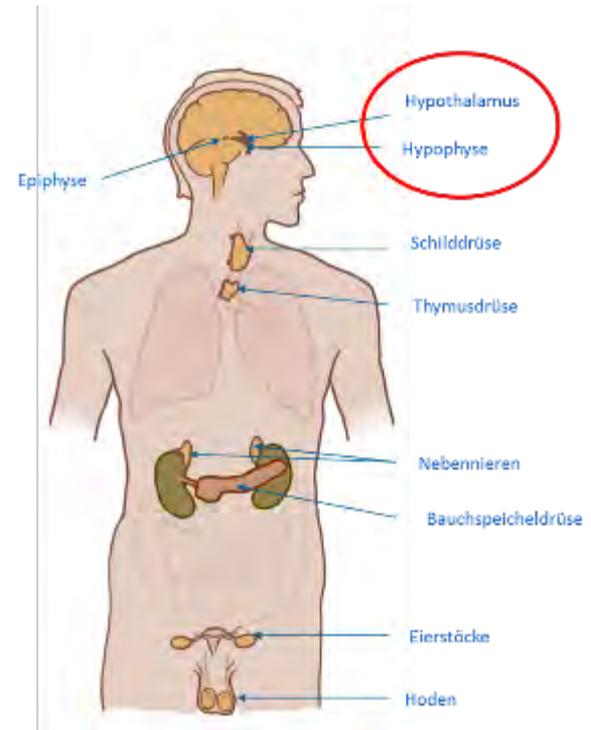
ca. 6% die Ursache von Bluthochdruck



Hormonsystem - Hirndrüsen



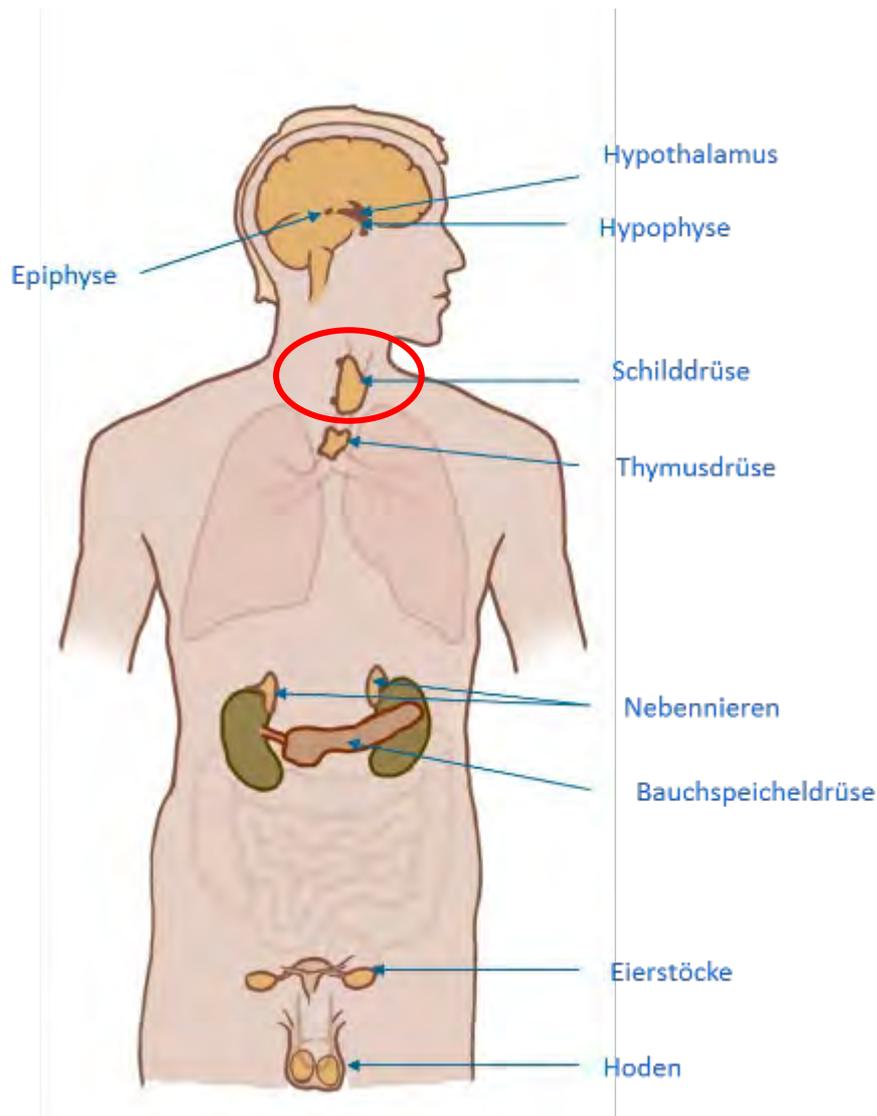
Hormonsystem - Hirndrüsen



Haben die Hirndrüsen Hypothalamus und Hypophyse einen Einfluss auf den Bluthochdruck?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die die Hirndrüsen Hypothalamus und Hypophyse belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Hormonsystem - Schilddrüse

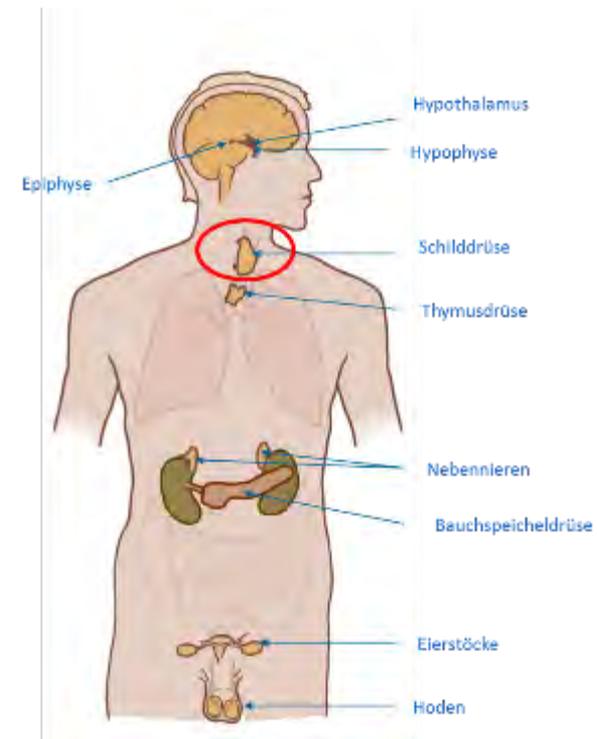


Hormon: **T3, T4**



Herz und Blutgefäße

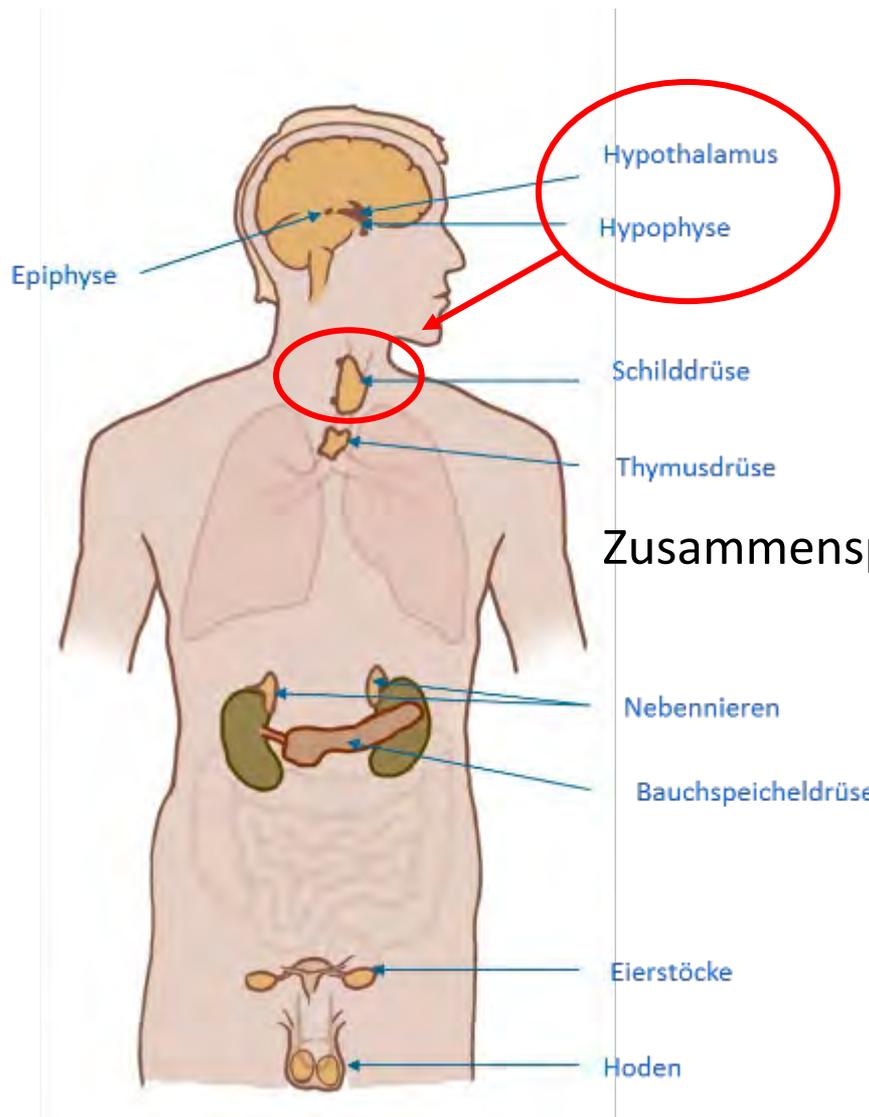
Hormonsystem - Schilddrüse



Hat die Schilddrüse einen Einfluss auf den Bluthochdruck?

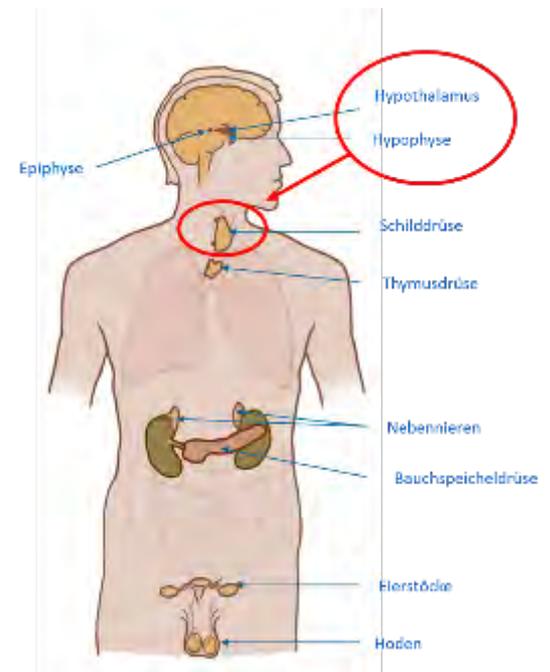
„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die die Schilddrüse belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Hormonsystem - Schilddrüse



Zusammenspiel in Ordnung?

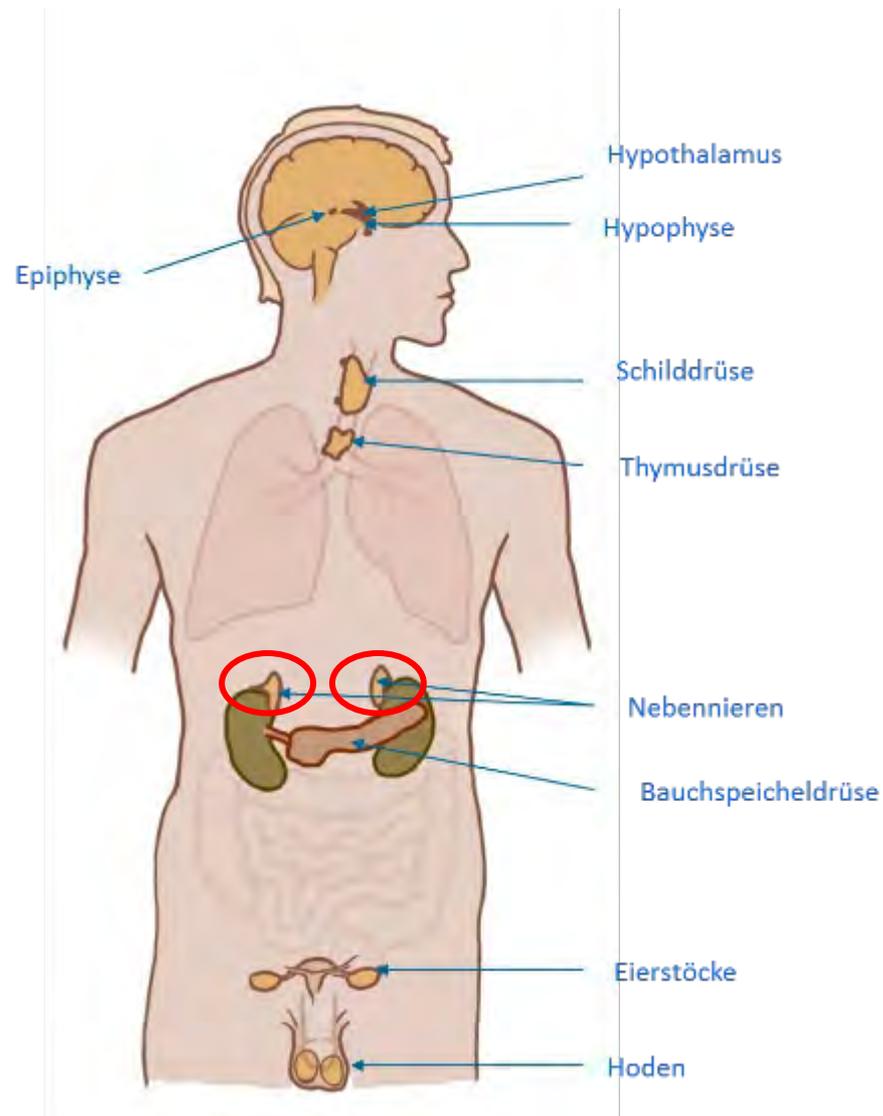
Hormonsystem - Schilddrüse



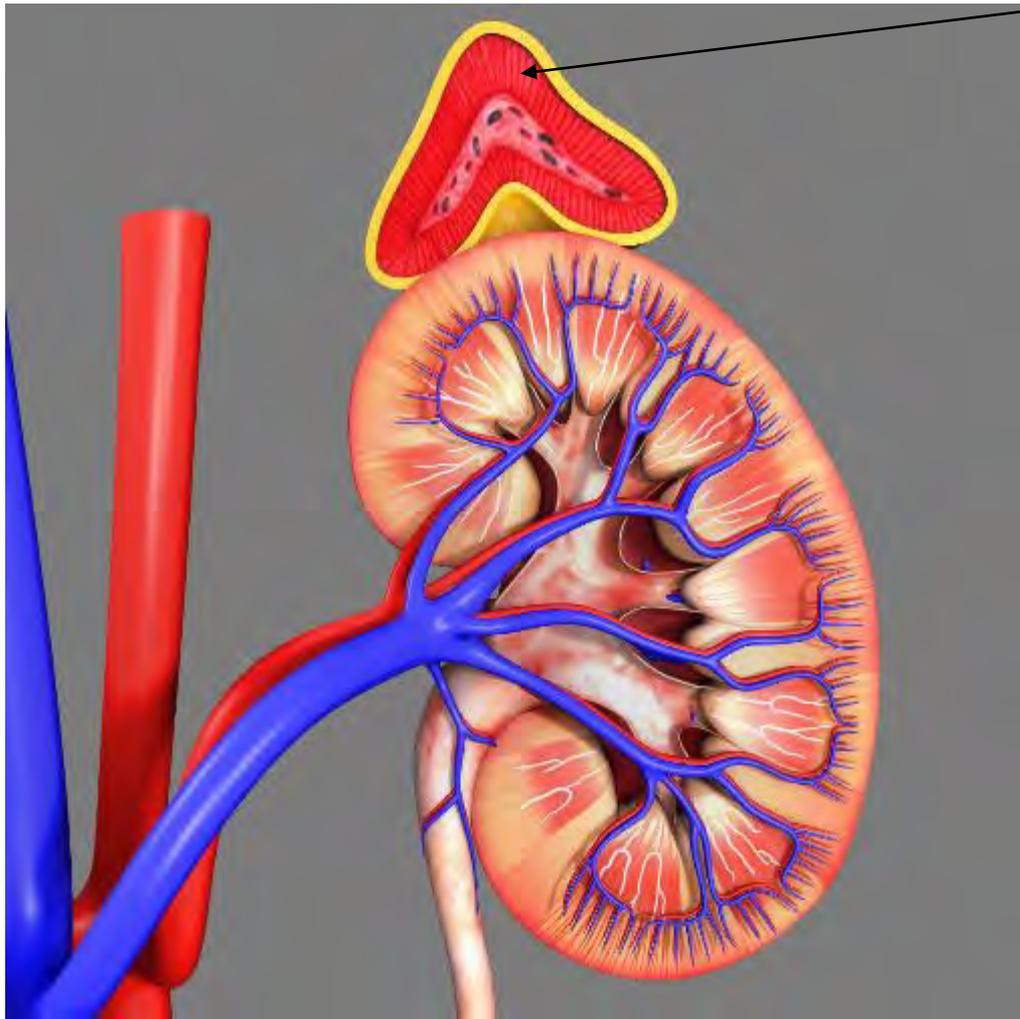
Ist das Zusammenspiel Hypothalamus - Hypophyse - Schilddrüse bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die das Zusammenspiel Hypothalamus – Hypophyse – Schilddrüse belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Hormonsystem - Nebenniere



Hormonsystem - Nebenniere



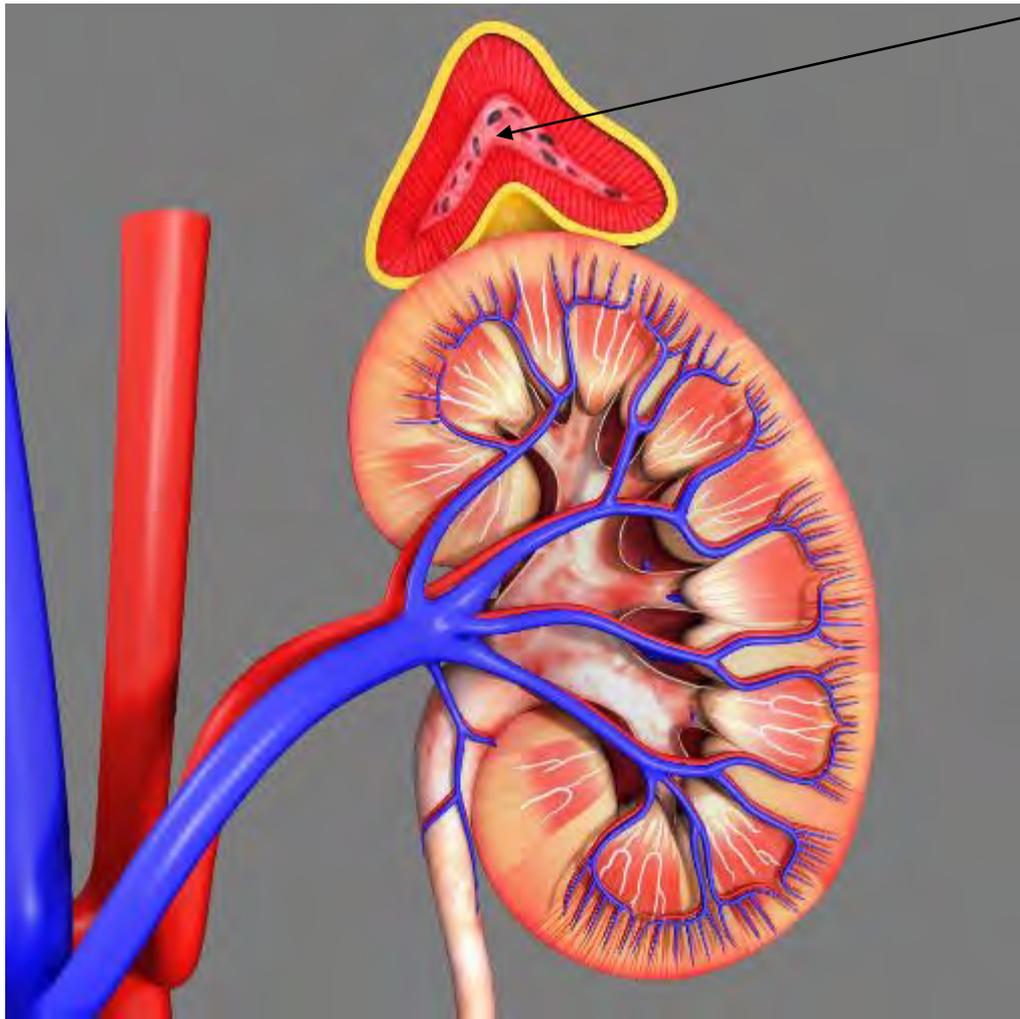
Nebennierenrinde

Hormon: - **Aldosteron**
- **Cortisol**



Flüssigkeitshaushalt,
Herz (Cortisol)

Hormonsystem - Nebenniere



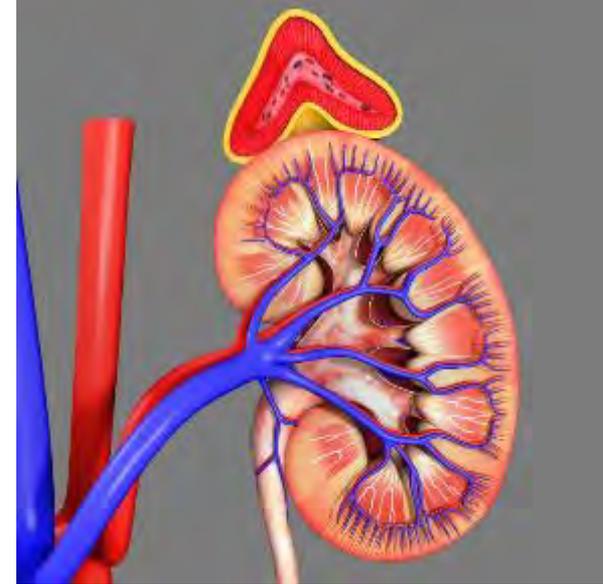
Nebennierenmark

Hormon: - **Adrenalin**
- **Noradrenalin**



Herz und Blutgefäße

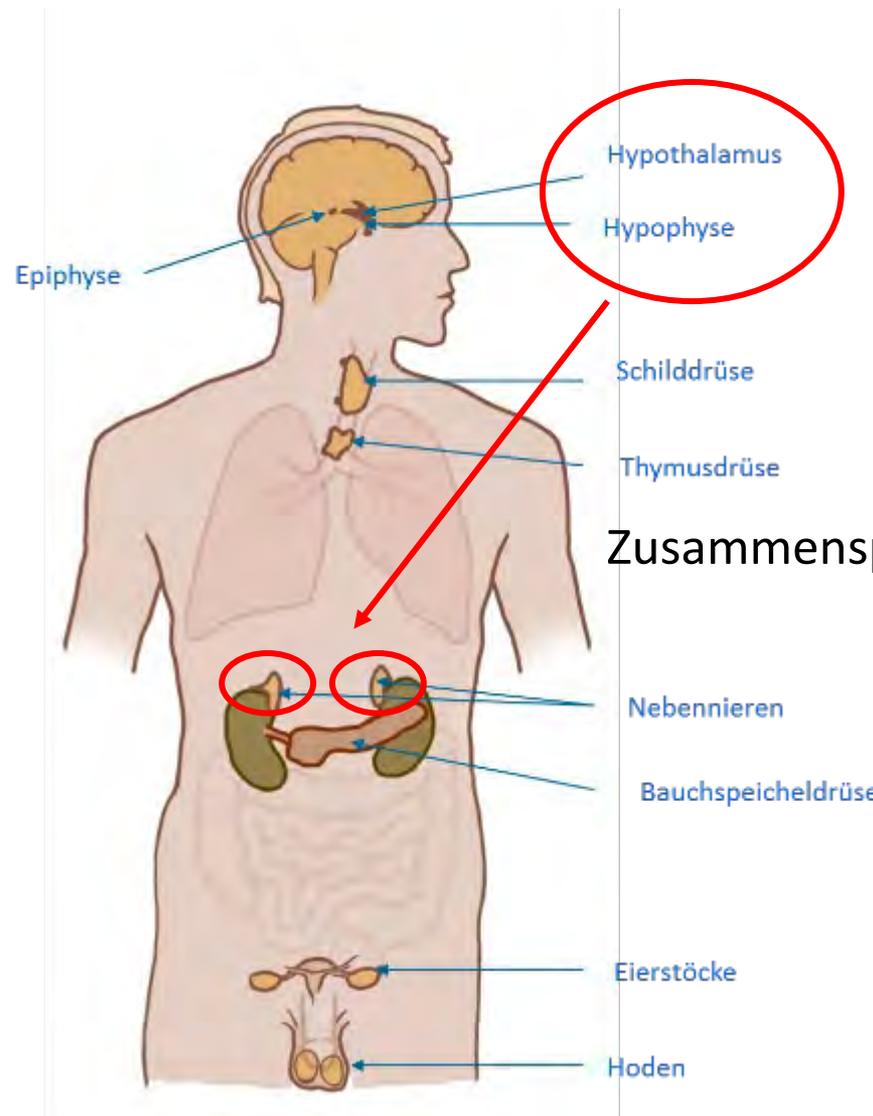
Hormonsystem - Nebenniere



Haben die Nebennieren einen Einfluss auf den Bluthochdruck?

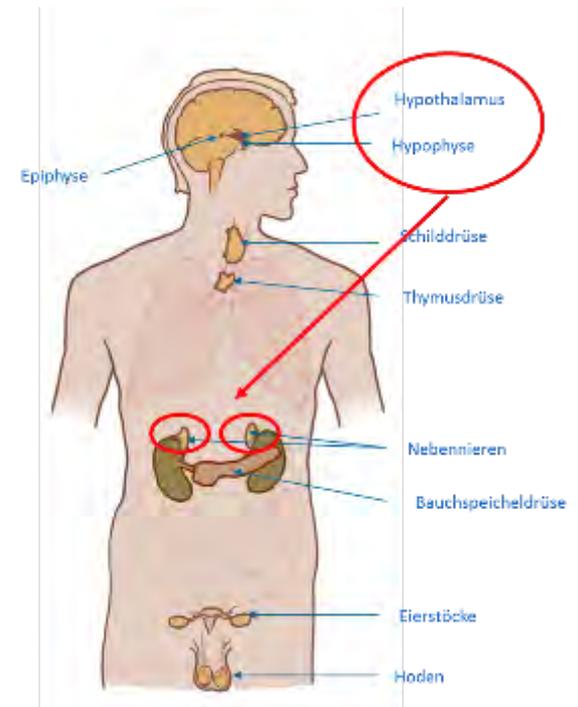
„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die die Nebenniere belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Hormonsystem - Nebenniere



Zusammenspiel in Ordnung?

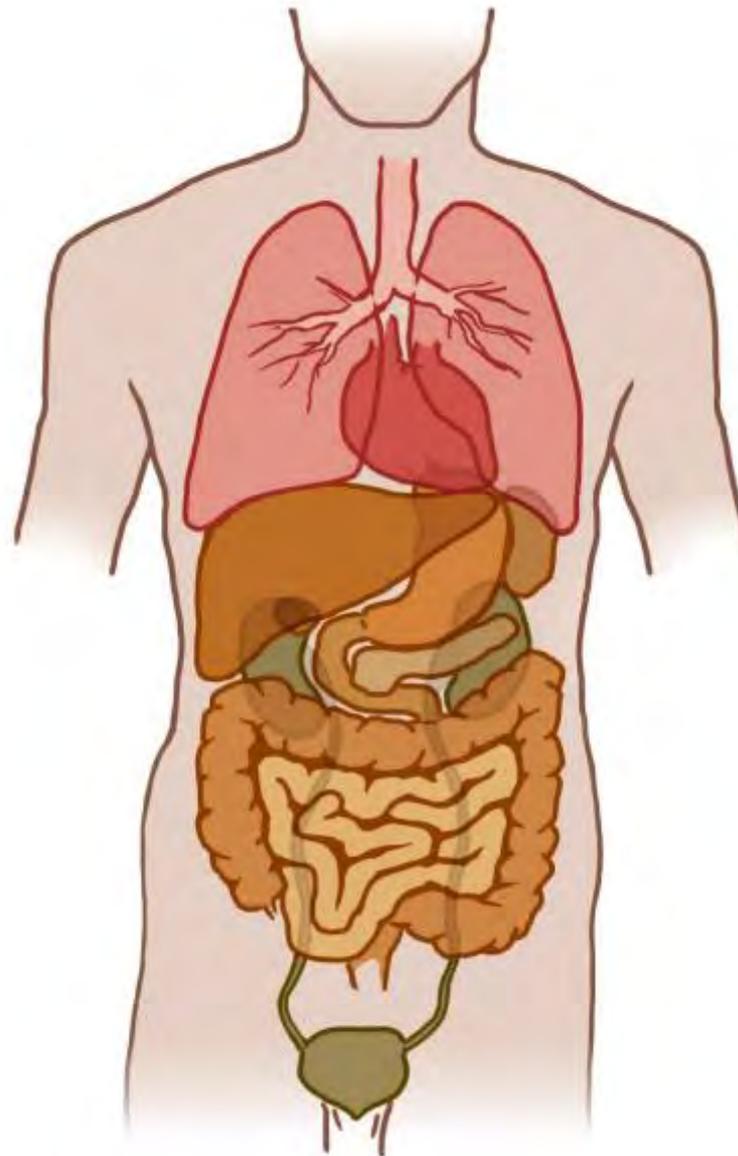
Hormonsystem - Nebenniere



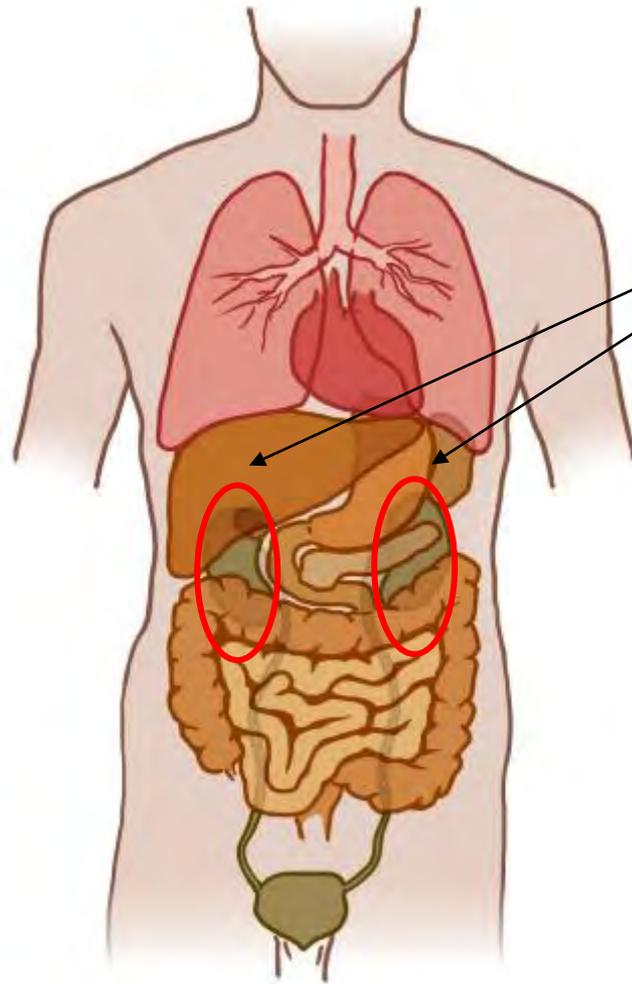
Ist das Zusammenspiel Hypothalamus - Hypophyse - Nebennieren bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die das Zusammenspiel Hypothalamus – Hypophyse – Nebennieren belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Organe



Organe - Nieren



Nieren:

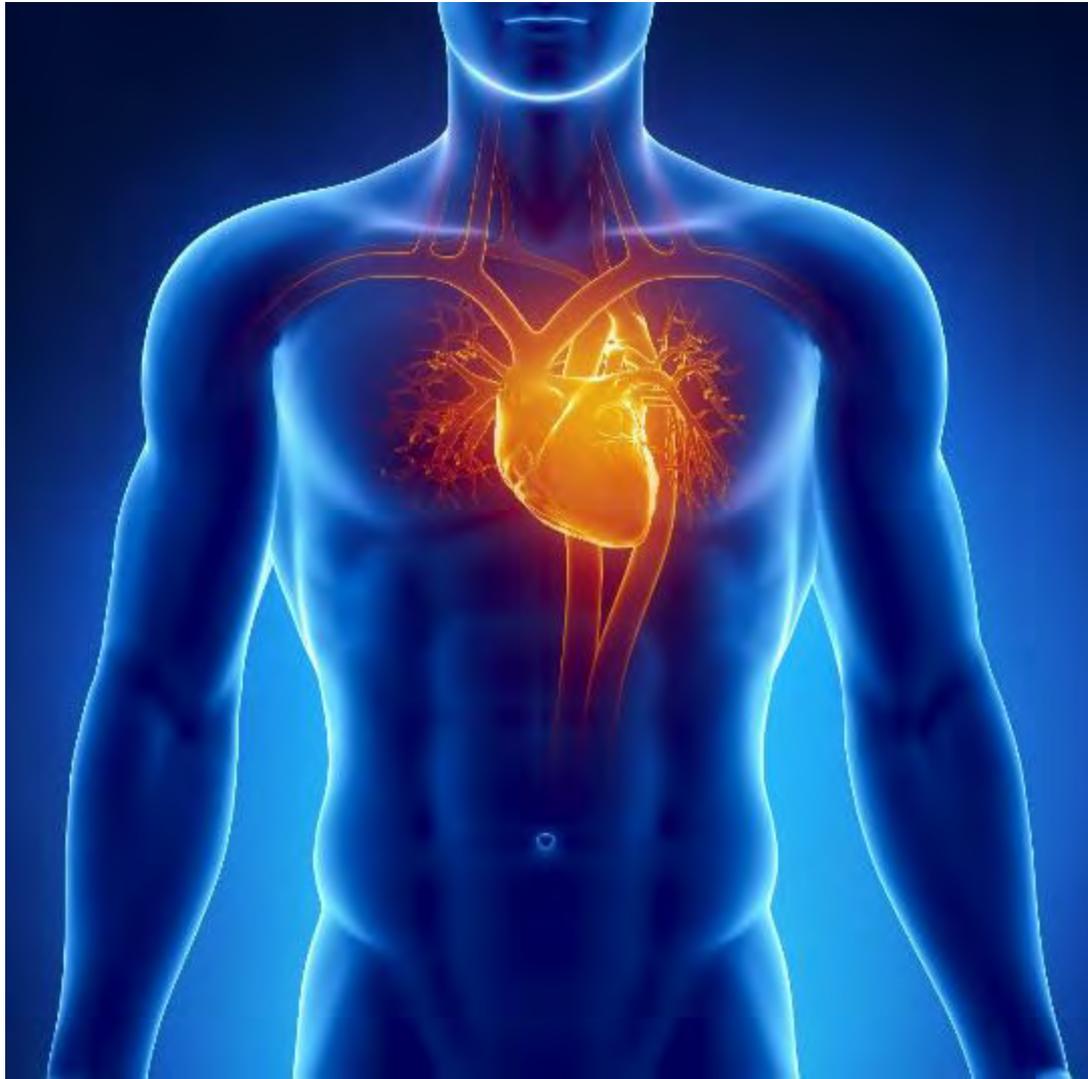
RAAS

Renin-Angiotensin-Aldosteron-System



Wasserhaushalt,
Elektrolythaushalt

Organe - Herz



Herz



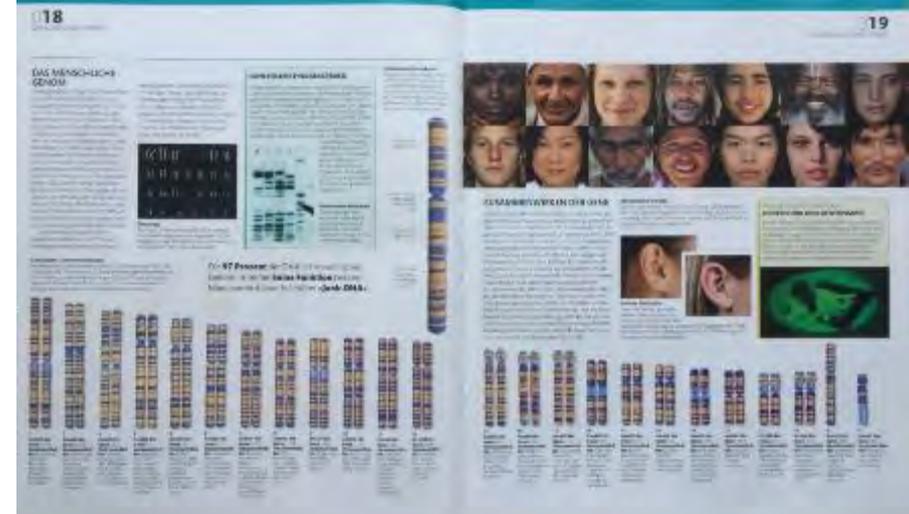
Erhöhter Gefäßdruck



Vererbung



Vererbung - Gene

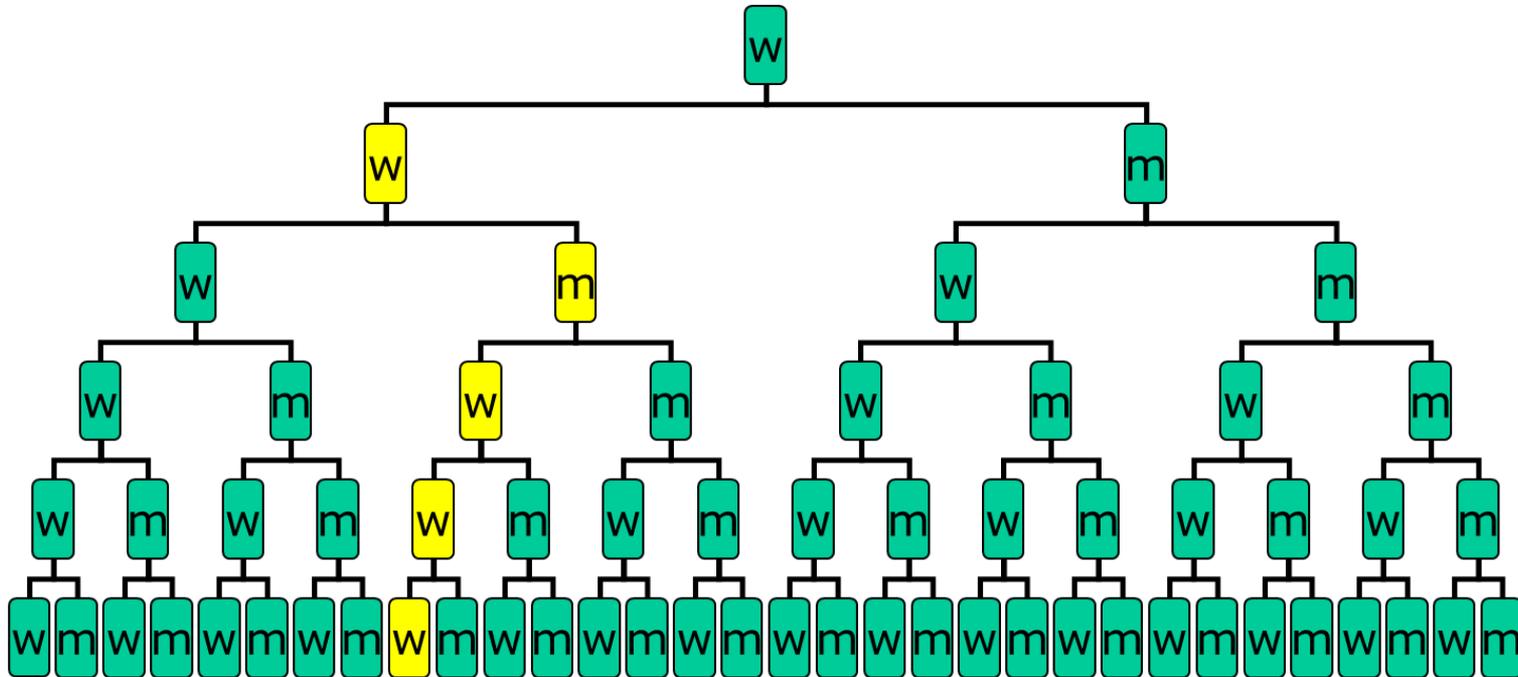


Sind Belastungen auf den Genstrukturen vorhanden bezüglich des Bluthochdrucks?

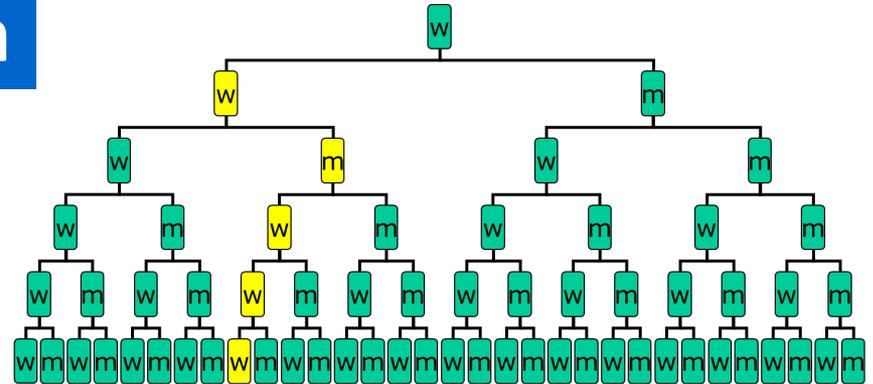
„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien auf den Genstrukturen, die den Bluthochdruck verursachen.“



Vererbung - Miasmen



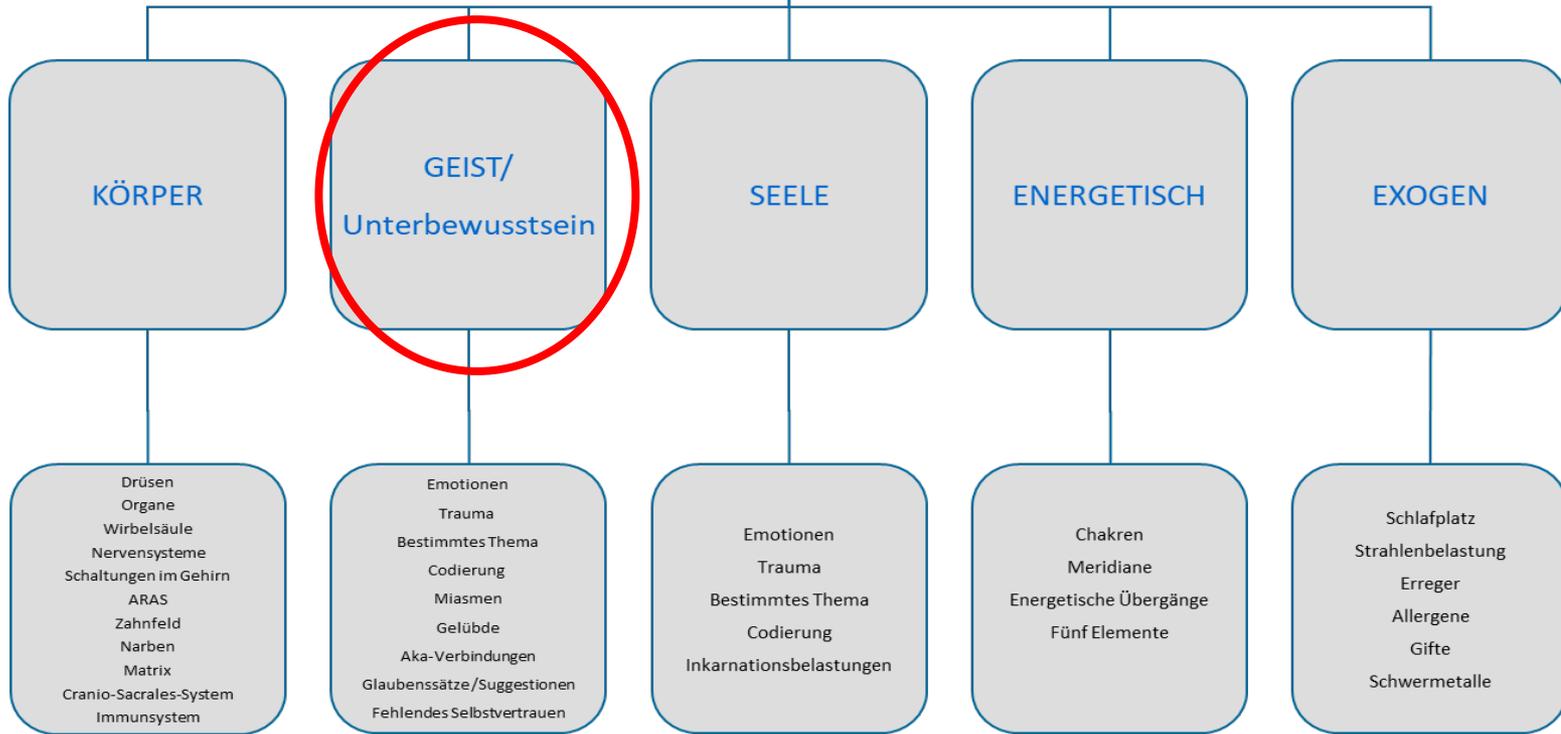
Vererbung - Miasmen



Sind belastende Miasmen auf dem Unterbewusstsein vorhanden,
die den Bluthochdruck verursachen?

„Ausleiten aller negativen Miasmen auf dem Unterbewusstsein,
die den Bluthochdruck verursachen.“

Blut- hochdruck



Unterbewusstsein

Ist zu viel Druck auf dem Unterbewusstsein bezüglich des Bluthochdrucks?



Unterbewusstsein



Ist zu viel Druck auf dem Unterbewusstsein bezüglich des Bluthochdrucks?

„Ausleiten aller erdrückenden Energien auf dem Unterbewusstsein, die den Bluthochdruck verursachen.“

Unterbewusstsein

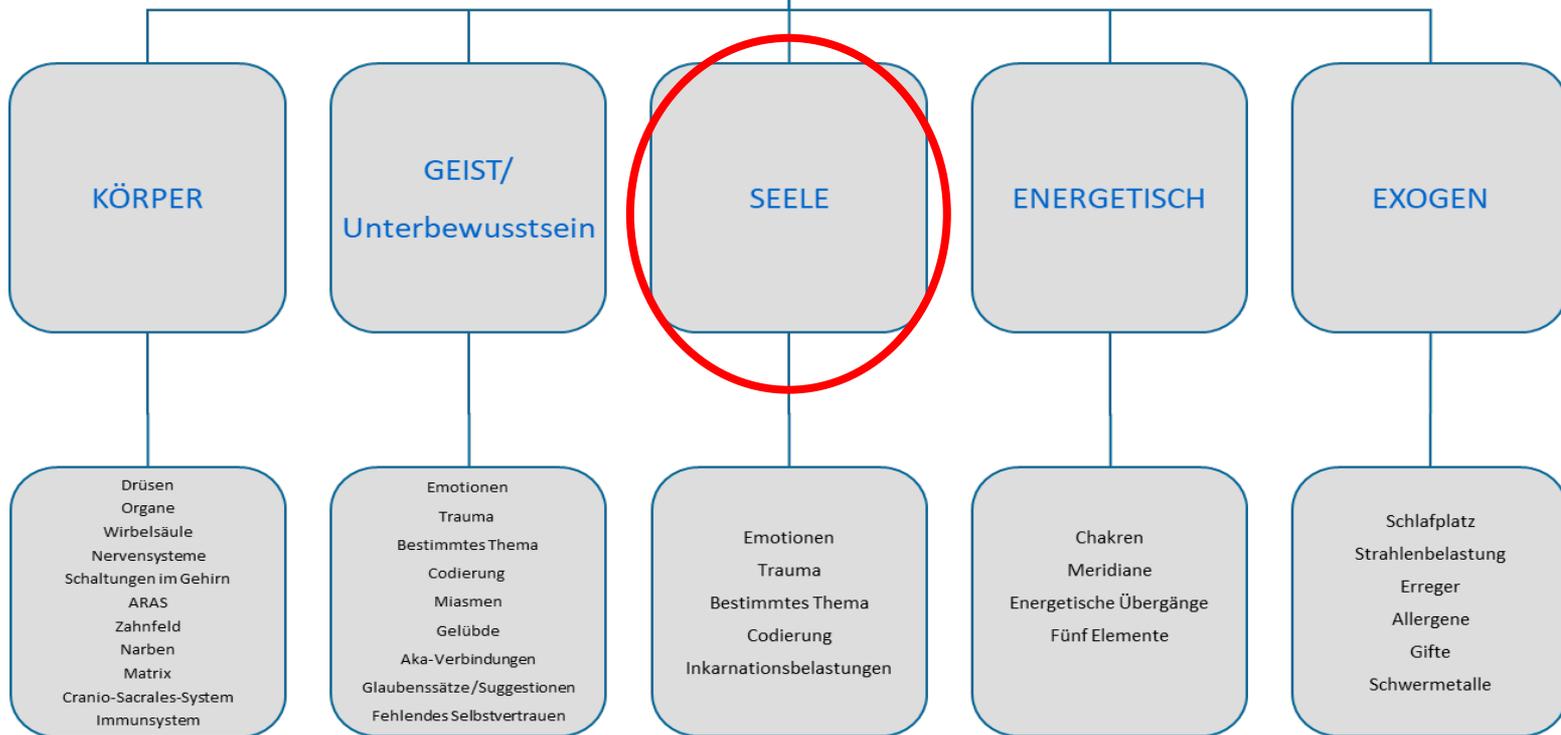
Ist noch ein bestimmter Druck vorhanden durch:

- Leistungsdruck (von innen und aussen)
- Hohe Erwartungshaltung
- Ungelöste Konflikte
- Verdrängte Emotionen
- Unterdrückte Emotionen
- Unterdrückte Aggressionen
- Ängste
- Ärger, Wut, Zorn
- Perfektionismus
- Innerer Druck
- Übertriebene Selbstbeherrschung
- Unflexibilität

„Ausleiten aller unterdrückten Aggressionen auf dem Unterbewusstsein, die den Bluthochdruck verursachen.“



Blut- hochdruck



Seele

Ist ein erhöhter Seelendruck vorhanden bezüglich des Bluthochdrucks?



ORGANO

Erhöhter Seelendruck



Ist ein erhöhter Seelendruck vorhanden bezüglich des Bluthochdrucks?

„Ausleiten des erhöhten Seelendrucks, der den Bluthochdruck verursacht.“



Erhöhter Seelendruck

Ist noch ein bestimmter Seelendruck vorhanden durch:

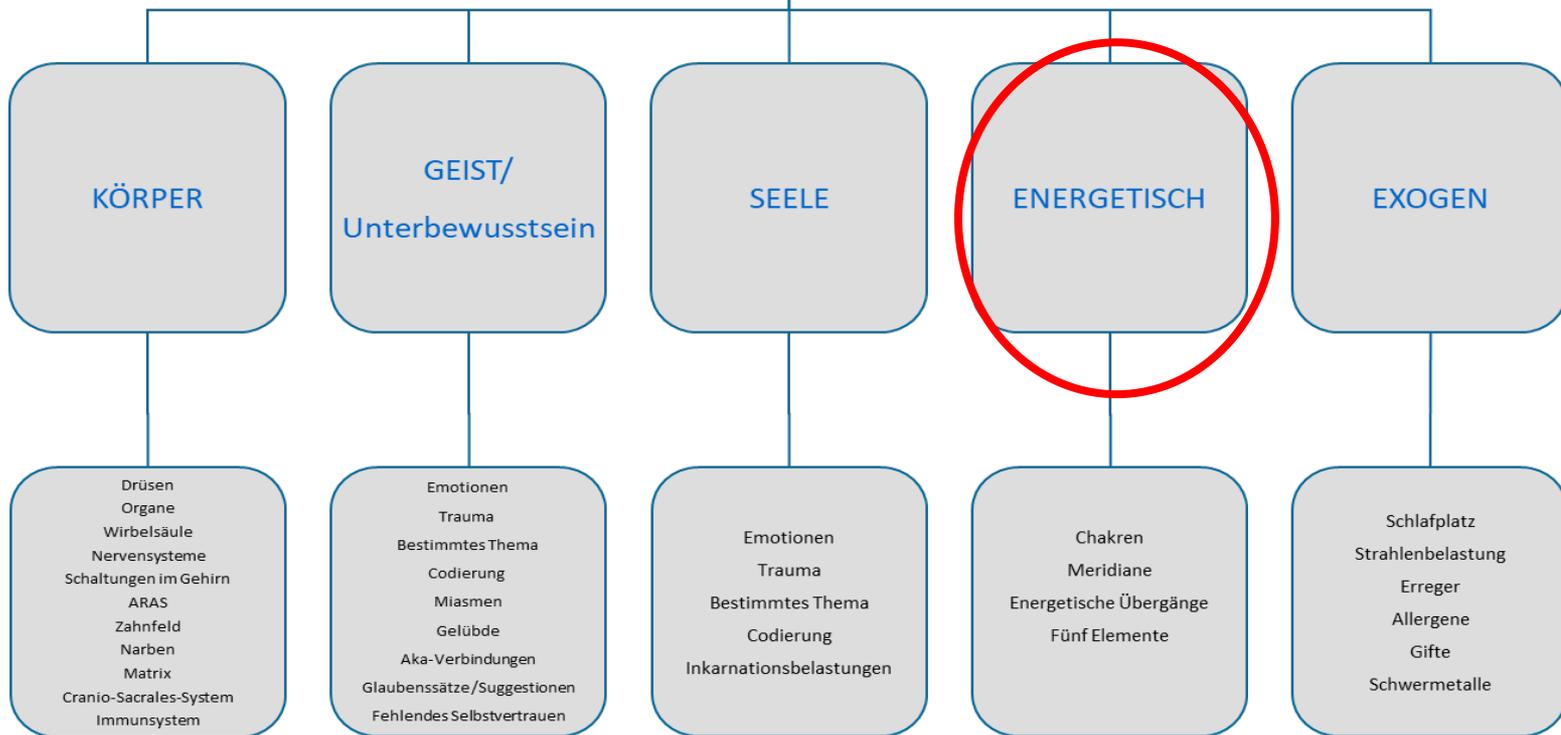
- Leistungsdruck (von innen und aussen)
- Hohe Erwartungshaltung
- Ungelöste Konflikte
- Verdrängte Emotionen
- Unterdrückte Emotionen
- Unterdrückte Aggressionen
- Ängste
- Ärger, Wut, Zorn
- Perfektionismus
- Innerer Druck
- Übertriebene Selbstbeherrschung
- Unflexibilität



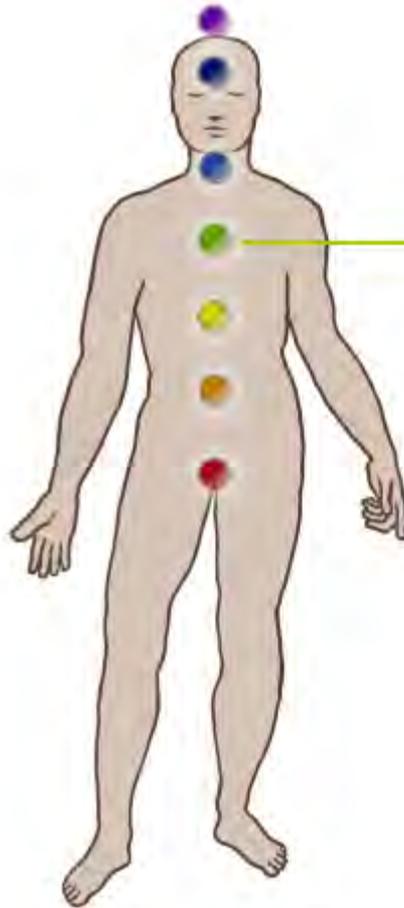
„Ausleiten aller unterdrückten Aggressionen auf der Seele, die den Bluthochdruck verursachen.“



Blut- hochdruck



Energiesystem – Herzchakra



Herzchakra

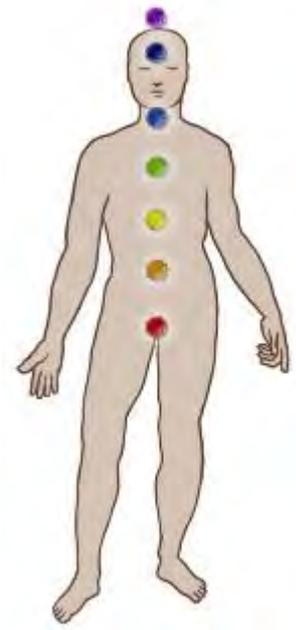
Lage:

über dem Herzen

Themen:

Liebe, Mitempfinden, Hingabe,
Selbstlosigkeit, Entfaltung der
Herzensqualitäten, miteinander teilen,
mit dem Herzen dabei sein, Heilung,
Wahrhaftigkeit

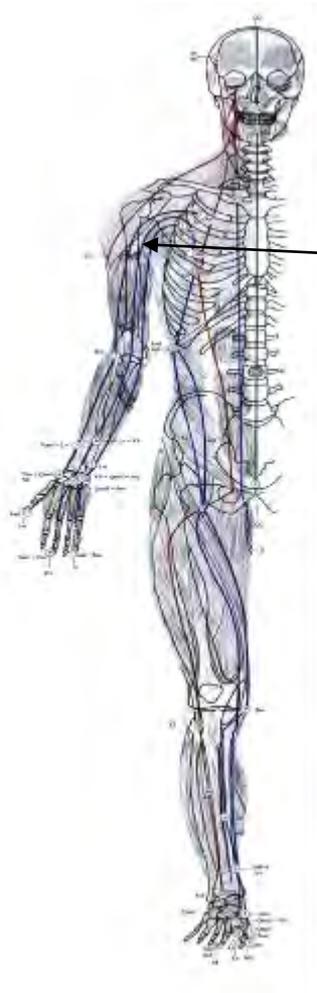
Energiesystem – Herzchakra



Ist das Herzchakra bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

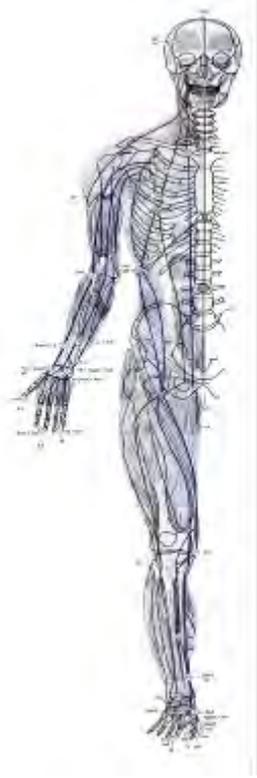
„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die das Herzchakra belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Energiesystem – Kreislaufmeridian



Kreislauf-Meridian

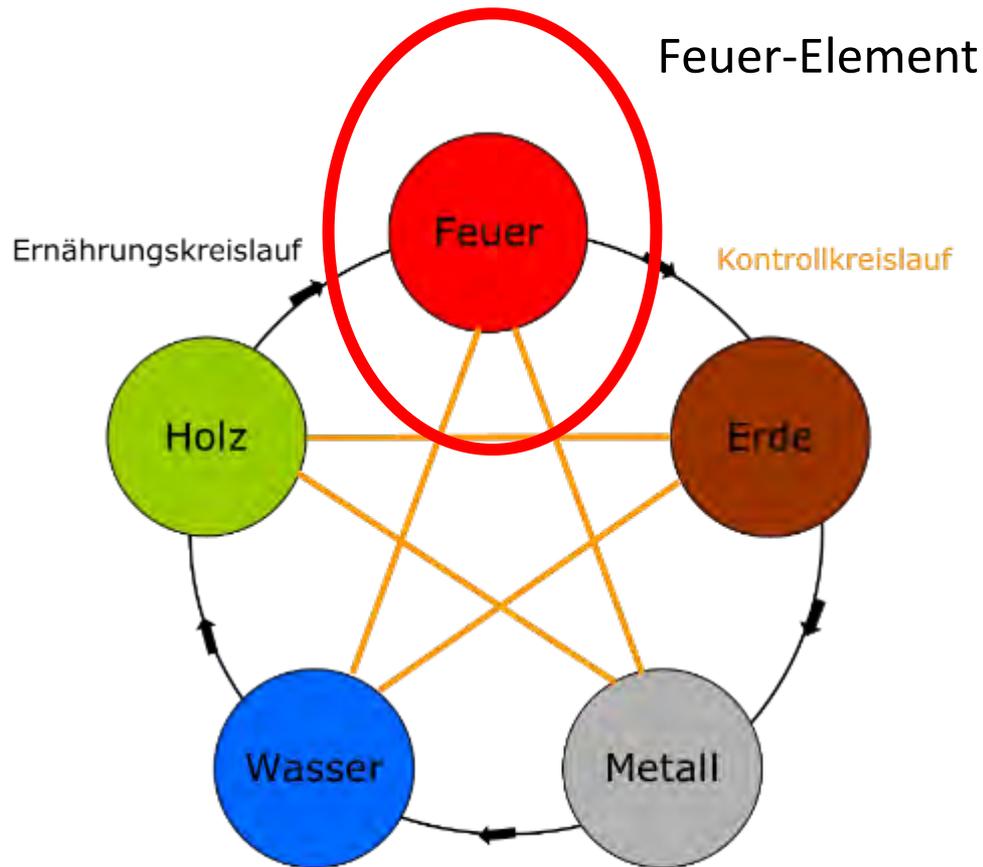
Energiesystem – Kreislaufmeridian



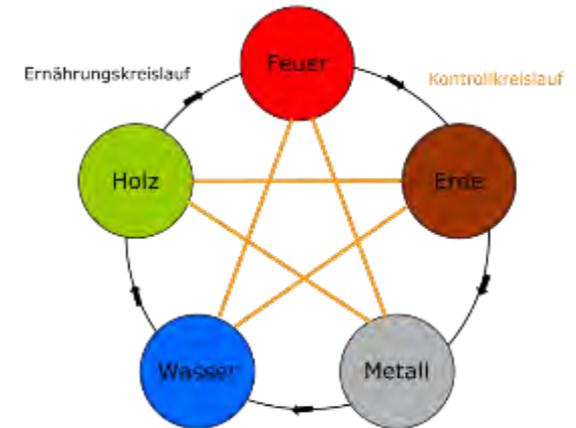
Ist der Kreislauf-Meridian bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die den Kreislauf-Meridian belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Energiesystem – Fünf Elemente



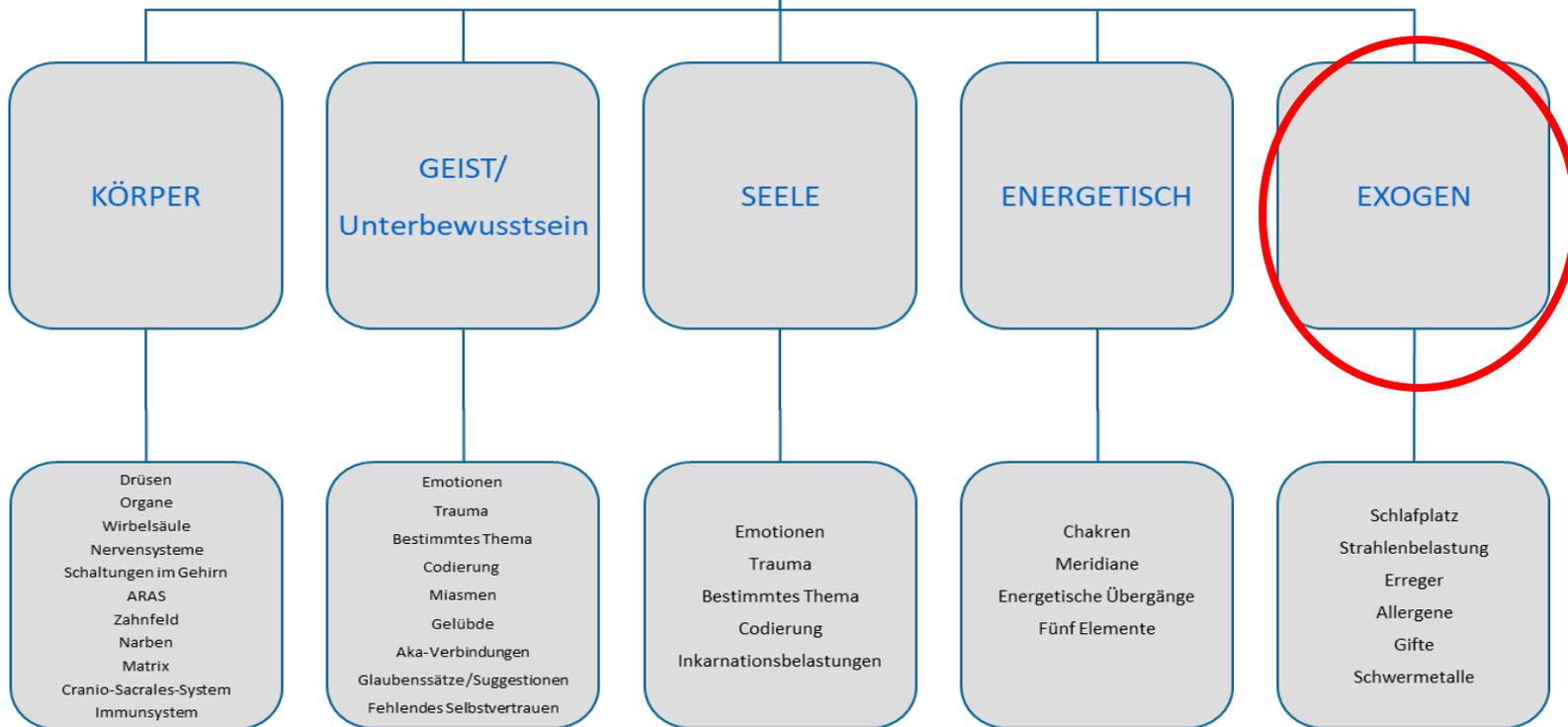
Energiesystem – Fünf Elemente



Ist das Feuer-Element bezüglich des Bluthochdrucks in Ordnung?

„Ausleiten aller negativen Informationen und Energien, die das Feuer-Element belasten und blockieren und somit den Bluthochdruck verursachen.“

Blut- hochdruck



Eigeninitiative

5 Möglichkeiten



1. Ernährung - Reduzierung

1. Salz
2. Alkohol
3. Tierische Fette
4. Saure Lebensmittel



Reduzierung - Salz

- 10 mmHG



Fertiggerichte



Brot



Salzgebäck



Wurst

Salzersatz – frische Kräuter

- Petersilie
- Schnittlauch
- Dill
- Bärlauch
- Basilikum
- Brunnenkresse
- Rosmarin
- Thymian

Reduzierung - Alkohol

- 5 mmHG



Austesten

Ernährung

1. Salzreduzierung
2. Alkoholreduzierung
3. Tierische Fette Reduzierung
4. Saure Lebensmittel Reduzierung

Therapeutische
Wertigkeit

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Bemerkungen



Lebensmittel, die den Blutdruck senken

1. Heidelbeeren und andere Beeren
2. Bananen
3. Rote Beete
4. Dunkle Schokolade (ab 80% Cacao)
5. Kiwi
6. Wassermelone
7. Hafer
8. Grünes Blattgemüse
9. Linsen
10. Knoblauch
11. Granatäpfel
12. Zimt
13. Nüsse

2. Stress-Reduzierung

- 10 mmHG



2. Stress-Reduzierung



Austesten

Stress

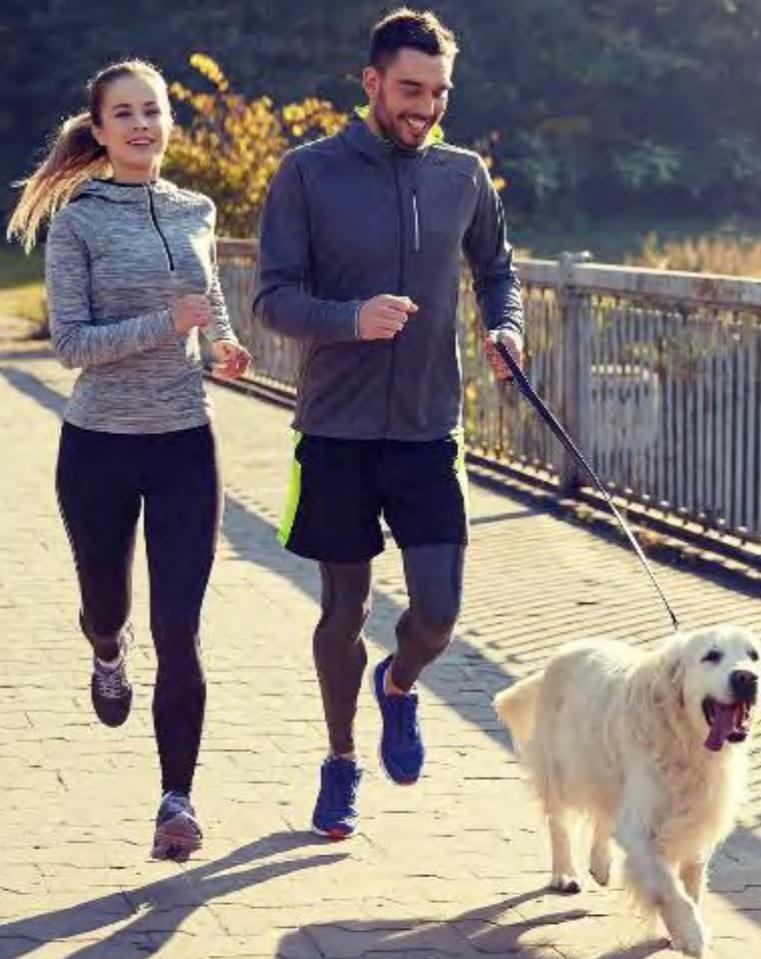
1. Stressreduzierung durch Sport
2. Stressreduzierung durch Entspannung
3. Stressreduzierung durch soziale Kontakte
4. Stressreduzierung durch erholsamen Schlaf

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Häufigkeit

3. Bewegung/Sport

- 10 mmHG



3. Bewegung/Sport



Austesten

Bewegung / Sport

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Dauer der Sporteinheit / Wie oft in der Woche

A large, empty light blue rectangular box intended for the user to enter the duration of the sports unit or the frequency per week.

4. Gewichtsreduzierung

- 1,5 mmHG pro kg



4. Gewichtsreduzierung



Austesten

Gewichtsreduzierung

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Empfohlene Gewichtsreduktion



5. Mineralstoffe und Vitamine

1. Magnesium
2. Vitamin C
3. Vitamin D
4. Folsäure, Vitamin B6 und B12 (Homocystein)
5. Coenzym Q10
6. L-Arginin
7. Omega 3-Fettsäuren
8. Probiotika
9. Olivenblatt-Extrakt
10. OPC
11. Brennessel
12. Knoblauch



Download unter
„Mein ORGANO“

Bluthochdruck Eigeninitiative



Ernährung

1. Salzreduzierung
2. Alkoholreduzierung
3. Tierische Fette Reduzierung
4. Saure Lebensmittel Reduzierung

Therapeutische
Wertigkeit

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Bemerkungen

Stress

1. Stressreduzierung durch Sport
2. Stressreduzierung durch Entspannung
3. Stressreduzierung durch soziale Kontakte
4. Stressreduzierung durch erholsamen Schlaf

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Wichtig:

Bewegung / Sport

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Erwartete Schmerzbahn / Wie oft in der Woche

Gewichtsreduzierung

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Lebensmittel-Gewichtskategorie

Mineralstoffe und Vitamine

1. Magnesium
2. Kalium
3. Vitamin C
4. Vitamin D
5. Folsäure, Vitamin B6 und B12 (Homocystein)
6. Coenzym Q10
7. L-Arginin
8. Omega 3-Fettsäuren
9. Probiotika
10. Olivenblatt-Extrakt
11. OPC
12. Brennnessel
13. Knoblauch

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10





ORGANO[®]