

## Was braucht das Gefäßsystem?

Dein gesamtes Gefäßsystem reicht fast zweieinhalbmal um die Erde – Wie bitte! Ja! Alle Blutgefäße, also Kapillare, Venen und Arterien eines Menschen zusammen sind ca. 100.000 km lang.

Arterien transportieren sauerstoffreiches Blut vom Herzen hin zu den Organen und in das Gewebe. Venen befördern das sauerstoffarme Blut zurück zum Herzen.

Kapillare sind die kleinsten Gefäße. Ein Kapillargefäß ist viel dünner als ein Haar.

Die Kapillarwände bestehen aus nur einer dünnen Zellschicht, so gelangen Sauerstoff und Vitalstoffe aus dem Blut **in** die Zellen und Kohlendioxid und Abfallstoffe **aus** der Zelle.

Das Blut versorgt auch das Herz! Und das Herz erbringt darüber seine Leistung! Dickflüssiges Blut oder durch Ablagerungen bedingte Engpässe bringen Druck in das Gefäßsystem.

Zu den Risikofaktoren der koronaren Herzerkrankung zählt die Übersäuerung des Blutes. Die Blutplättchen klumpen sich wie kleine Geldröllchen zusammen, anstatt frei herum zu schweben. Eine Übersäuerung entsteht z. B. durch die Nahrung (tierische, fettige, zuckerlastige), Medikamente, Impfmittel, Narkosen, Chemie im Haushalt, Elektrosmog, Stress und zu geringe Bewegung und Atmung.

Der Darm, das großflächige Immunsystem, hat für den Um- und Abbau von lebensnotwendigen und chemischen Stoffen einiges zu leisten. Nach der Darmpassage gehen die Wirkungsstoffe von Medikamenten, deren Nebenwirkstoffe z.B. Allergieauslöser, Konservierungsstoffe und Füllstoffe über das Blut zur Leber weiter.

Dein Körper ist jeden Tag gewillt sich gesund zu erhalten und Schwachstellen wieder zu regenerieren. Beobachte nur was Dein Körper bei einer kleinen Schnittwunde vollbringt.

**Worin ich Dir „Hilfe für das Herz und die Gefäße“ geben kann ist:**

Welche Möglichkeiten gibt es für einen gesunden Blutfluss und elastische Gefäße?

Was braucht Dein Blut?

Dein Weg: Power statt „sauer“. ( R.Jentschura )

Drehe Deinen Schlüssel zur Gesundheit langsam, und es öffnen sich Türen und Schlösser. Jede Hinwendung und Bewegung hat eine Wirkung.

**Für Freizeit- und Profisportler empfehle ich** für den erfolgreichen Sport die Säure-Basen-Balance. Warum? Wer sauer trainiert verliert an Vitalstoffen, welche zur Funktionalität von Muskeln (auch Herzmuskel), Sehnen, Knorpel, Bandscheiben u.m. benötigt werden.

### Meine Herzensangelegenheit für Dich:

**Das Ausleiten von giftigen Stoffen, die die Zelle belasten.**

**Das Herz-Kreislaufsystem stärken mit lebensnotwendigen Stoffen, die zur Genesung und Gesunderhaltung beitragen.**

**Hilf Deinem Herzen und gehe in die Freude.** Ich freue mich auf Deinen Anruf unter der Telefonnummer 06128 – 8600 920