



## Eine Gefahr für das Immunsystem

Von *mediportal-online*

Erstellt am 16 Jan 2020 - 12:00

Warum manche Schwäche gesund sein kann

Lindenberg, 16. Januar 2020. In der feuchten und kalten Jahreszeit ist ein starkes Immunsystem überlebenswichtig. Zur Gefahr kann es werden, wenn die Abwehrkräfte erschöpfen.

Neue wissenschaftliche Erkenntnisse, warum das Immunsystem erschöpfen kann

Husten, Schnupfen, Heiserkeit gehören zu unserem winterlichen Alltag. Vor allem in der Hochsaison von Erkältungen im Januar und Februar eines Jahres bleibt kaum jemand verschont. Wie gut, wenn wir dann ein leistungsfähiges Immunsystem haben. Nicht nur, um eine gesunde reinigende Erkältung durchzumachen, wie es Naturmediziner interpretieren, sondern damit wir diese Phase schadlos überstehen. Jedoch können die Immunzellen erschöpfen, haben Wissenschaftler herausgefunden. Das sei immer dann der Fall, wenn es dem Immunsystem nicht gelingt, das Gleichgewicht im Milieu aufrecht zu erhalten. Und dann ist dies sogar noch eine positive Reaktion. Ansonsten würde eine zu starke Immunantwort die Zellen zu stark belasten (Quelle: Informationsdienst Wissenschaft (idw) (<https://idw-online.de/de/news717652> [1])). Eine Schwäche kann also auch schützen.

Der richtige Blick auf das Immunsystem

Es gibt zahlreiche Gründe, warum das Immunsystem schwach werden kann. Bei vielen Menschen liegt bereits eine Veranlagung dazu vor, erläutert der Gesundheitsexperte Michael Petersen. Das mag erklären, warum bestimmte Menschentypen in manchen Jahreszeiten gehäuft mit entsprechenden Beschwerdebildern aufwarten. Hinzu kommen Einflüsse von außen, wie eine ungünstige Lebens- und Ernährungsweise, aber auch durch schädliche Stoffe, wie sie heute als Umweltbelastungen allgegenwärtig sind. Das Verständnis aus der Ganzheitsmedizin: Kommen diese Faktoren zusammen, geraten die Selbstregulationskräfte unseres Organismus bei dementsprechend disponierten Menschen aus dem Gleichgewicht. Mit der Folge, dass das Immunsystem erschöpft. Die gute Nachricht: es gibt Lösungen, um die Abwehrkräfte unseres Immunsystems zu unterstützen. Voraussetzung ist, dass wir den Hinweisen ganzheitlich nachgehen und Störungen regulieren, so der Experte.

Der Gesundheitsexperte Michael Petersen stellt solche Gründe und deren Lösungsmöglichkeiten aus ganzheitlicher Sicht in seinem Buch "Der Trick mit dem Immunsystem" ausführlich vor (Info-Seite zum Buch: Für stärkere Abwehrkräfte: Der Trick mit dem Immunsystem (<https://immunsystem.mediportal-online.eu/> [2])).

Das Spezialportal [gesundheitsratgeber-buecher.de](http://gesundheitsratgeber-buecher.de) bietet regelmäßig Besprechungen zu Gesundheits-, Persönlichkeits- und Ernährungs-Ratgebern, zu Neuerscheinungen und Neuauflagen. Rezensiert werden Bücher, E-Books und Portale.

Die Redaktion [mediportal-online](http://mediportal-online) veröffentlicht regelmäßig Meldungen zu Themen der Gesundheit und Medizin im Internet. Hintergrundinformationen, Gesundheitstipps, Informationen aus Forschung und Wissenschaft, ergänzt um hilfreiche Links.

Kontakt

[mediportal-online](http://mediportal-online), M+V Medien-und Verlagsservice Germany Unternehmergeellschaft(haftungsbeschränkt)



Michael Petersen

Ried 1e

88161 Lindenberg

01714752083

[kontakt@mediportal-online.eu](mailto:kontakt@mediportal-online.eu) [3]

<https://www.gesundheit-ratgeber-buecher.de> [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:49):** <http://www.medkom24.eu/node/24483>

### Links:

[1] <https://idw-online.de/de/news717652>

[2] <https://immunsystem.mediportal-online.eu/>

[3] <mailto:kontakt@mediportal-online.eu>

[4] <https://www.gesundheit-ratgeber-buecher.de>