**Mitochondrien Therapie**

Ein etwas anderer Blick auf Beschwerden, Schmerzen und Müdigkeit

Mitochondrien sind die “Kraftwerke der Körperzellen” und haben eine entscheidende Rolle im Energiestoffwechsel des Körpers.

Die Hauptaufgabe der Mitochondrien besteht darin, die aufgenommene Nahrung zusammen mit Sauerstoff in nutzbare Energie umzuwandeln. Diese Energie wird in Form von Adenosintriphosphat (ATP) gespeichert, das im gesamten Körper benötigt wird. Besonders viele Mitochondrien befinden sich in Zellen mit hohem Energieverbrauch, wie Muskelzellen, Nervenzellen und Eizellen. Insgesamt leisten Mitochondrien einen entscheidenden Beitrag zur Energieversorgung in unserem Körper

Eine gute Energieversorgung

* Unterstützt die Immunabwehr
* Erhält die Ordnung im Körper
* Ist Voraussetzung für Reparaturen, Versorgungs- und Entsorgungsaufgaben im Körper (Blut- und Lymphgefäße, Organe, Gelenke, Muskeln und Nerven)
* Optimiert die Hormonproduktion in Zellen / Drüsen und deren Verteilung
* Kann Wahrnehmungsfunktionen, mentale Fähigkeiten, Verdauung und motorische Funktionen von Muskeln qualitativ und quantitativ verbessern
* Verringert Müdigkeit und Antriebslosigkeit

Eine eingeschränkte Energieversorgung respektive ein eingeschränkter Energiestoffwechsel im Zellinnern kann sich vielfältig bemerkbar machen.

Symptome / Beschwerden können sein:

* Müdigkeit
* Energie- und Antriebsmangel
* Sensibilitäten
* Schlafstörungen
* aber auch Allergien und viele chronische Krankheiten und Schmerzen.

Dabei betroffen sind insbesondere die Energiezentralen der Körperzellen, die Mitochondrien. Sie sind die Ursache von akutem oder chronischen zellulären Energiemangel, die zu obengenannten körperlichen und psychischen Beschwerden führen können. Z.B. andauernder Stress kann die Funktion der Mitochondrien hemmen. Die betroffene Körperzelle kann ihre Aufgaben nur noch teilweise oder gar nicht mehr wahrnehmen.

***Eine gründliche Aufnahme der aktuellen Beschwerden (Anamnese), ergänzt mit Laboruntersuchungen, kann gezielt Ursachen aufzeigen.***

Die Mitochondrien Therapie kann die Energieversorgung respektive den Energiestoffwechsel direkt durch eine optimierte Sauerstoff- und Brennstoffverwertung in der Körperzelle angehen. Sie kann die Grundlage für den optimierten stofflichen Umbau und die bessere Energie- respektive die ATP-Produktion in den Mitochondrien sein. Körperfunktionen sollen wieder in Schwung gebracht werden.

Sie kann helfen bei:

* Abwehrschwächen und Infektionen
* Ablagerungen / Depots im Körper
* Hormonmangel
* Verdauungsproblemen
* generelle und lokale Überforderungen auf körperlicher und psychischer Ebene
* wenig Lebensenergie
* Entzündungen und Schmerzen im Bewegungsapparat
* zu wenig Sauerstoff, Brenn- und Baustoff in den Zellen
* fehlenden Enzymen, Coenzymen
* Membran- Rezeptoren-, Pumpendefekten (an Zellen, Mitochondrien)

***Bestandteil der Therapie ist eine entsprechende Lebensführung mit***

1. einer (Umstellung auf) kohlenhydratarme(n) Ernährung
2. Heilfasten oder (zeitweises) Hungern, Intervallfasten
3. körperlichen Aktivitäten
4. Stressreduktion
5. Sicherung und Verbesserung der Nachschlafqualität
6. Reduktion von Umweltbelastungen und -giften (Medikamente und Elektrosmog nicht vergessen)
7. Mikronährstoffen (Mineralstoffe und Spurenelemente, Vitamine, Omega-3-Fettsäuren, Aminosäuren, sekundären Pflanzenstoffen und weiteren essenziellen Mikronährstoffen) - Oxidativem und nitrosativem Körperstress ist besondere Beachtung zu schenken  
   (anhand der Ausführungen von Dr. sc. med. Bodo Kuklinski, www.dr-kuklinski.info)

Diese Therapie ist so einfach und in der heutigen Zeit dennoch so schwierig umzusetzen…

***Gerne unterstütze ich Sie bei naturheilkundlichen Therapien und Rezepturen.***

Faulensee, 01.02.2024, TEN Praxis Kurt Weber