

Werte Leser,

wir alle wünschen Gesundheit & Vitalität bis ins hohe Alter und Viele sind bereit, dazu einen Beitrag zu leisten. Unser Körper ist ein Wunderwerk und stets darauf bedacht, den vitalen Zustand zu erhalten und auch wieder herzustellen.

Dies gelingt umso besser, je mehr wir um die wahren Bedürfnisse unseres Organismus und dessen Funktionen wissen. Je liebevoller wir mit uns und unserem Körper umgehen, umso eher kann unser Wunsch in Erfüllungen gehen.

Unsere Gesundheitspost will Ihnen in diesem Sinne dienen und wir hoffen, dass Sie viel Nutzen daraus ziehen und Gefallen daran finden mögen.

In dieser Ausgabe

Stumme Killer Entzündungen - „silent inflammation“

Erfahrungsbericht: In 80 Tagen 18 kg leichter und mit 60 Jahren top fit

WHO will Softdrinks besteuern;

Wenig Schlaf macht dick

Sparen Sie mit Kyäni Prime

Vortragsreihe: „schlank & vital, einfach & genial“

sagte der
Neurowissenschaftler
James Joseph von der Tufts
Universität.
**„Wo der eine ist, ist auch
der andere.“**

Die Anzahl der Krankheiten,
die mit stummen
Entzündungen in Verbindung
gebracht werden und oft
große Schmerzen
verursachen, sind
atemberaubend.
Herzkrankheiten,
Schlaganfall, Krebs,
Diabetes, Alzheimer,
Parkinson, Asthma,
rheumatoide Arthritis,
Geschwüre,
Reizdarmsyndrom,
Fibromyalgie u.v.a. Wir
können uns völlig gesund
fühlen, während unbemerkt
stumme Entzündungen

langsam unseren Körper immer weiter
und weiter schädigen. (Underwood, A.
2005)

Dr. Barry Sears ist Präsident der
Stiftung für Entzündungsforschung in
den USA.

Er hebt hervor, dass stumme
Entzündungen über 75% der westlichen
Bevölkerung betreffen.

Er betont auch, dass es kein
Medikament gibt, um stumme
Entzündungen rückgängig zu machen.

**„Aber es gibt
entzündungshemmende
Ernährungsweisen und
Nahrungsergänzungen, die es
können.“** (Sears, B. 2005).

**Ernährung mit Köpfchen und
"phytochemicals"!**

Neben dem Wissen um die
entzündungshemmenden Möglichkeiten

Stumme Killer



„Stumme“ Entzündungen
als Titelgeschichte des
TIME-Magazins Feb. 2004

Der Traum der
Menschen vom
Erreichen eines
hohen Alters in
Gesundheit,
voller Lebens-
kraft und bei
gutem Aussehen
ist uralte. Aber
erst seit den
90er Jahren des
letzten Jahr-

hunderts gewinnt die Wissenschaft auf
mikrobiologischer Ebene tiefere
Einblicke in die Alterungsprozesse.
Dabei wurden zwei stille Killer unseres
Stoffwechsels erkannt. Einer der
Killer wird als „oxidativer Stress“
durch freie Radikale beschrieben. Der
zweite Killer ist der sogenannte
„inflammatorische Stress“, worunter
man die „silent inflammation“ oder die

stille bzw. schleichende
Entzündungsreaktion versteht.
Normalerweise dienen Entzündungen
als Maßnahme im Abwehrkampf gegen
Krankheitserreger (Infektion). Diese
nur zeitweise auftretenden
Entzündungen sind völlig normale
Prozesse und wichtig für die
Gesundung.

Anders verhält es sich mit den
anhaltenden Entzündungen; sie können
zu Gewebeschädigungen und vielen
ernsten Krankheiten führen. In letzter
Zeit richten immer mehr Forscher ihr
Augenmerk auf diese andauernden,
geringgradigen Entzündungszustände,
die viele Menschen - ohne es zu
wissen - durchmachen, da sie unterhalb
der Schwelle des wahrnehmbaren
Schmerzes ablaufen.

**„Entzündung ist der böse Zwilling
der Oxidation.“**

PER VIAS NATURALES

1

Auf natürlichem Wege

bei der Auswahl der richtigen Kohlenhydrate und Fettsäuren hat sich die Präventionsmedizin immer mehr den eindrucksvollen Eigenschaften von Pflanzeninhaltsstoffen zugewandt. Bekannt sind neben den Omega-3-Fettsäuren (auch Vitamin F genannt) die Isoflavone, Hydroxytyrosol, Lycopin, Resveratrol und Epigallocatechin-3-Gallat. Auch bei den Gewürzen gibt es seit alters her bekannte "Wundertäter", wie Salbei, Thymian, Kurkuma, Knoblauch, Zwiebeln u.v.a.m.

Eine sinnvolle Ergänzung unserer Nahrung wird immer wichtiger. Das leckere Sunrise führt Ihrem Körper Schutzstoffe gegen Oxidation zu, so dass viele Entzündungen erst gar nicht entstehen. Hochwertige Omega-3-Fettsäuren sind bekannt für die entzündungshemmende Wirkung. In Verbindung mit Kyäni Extreme oder FX sorgen Sie für eine optimale Aufnahme dieser und tragen zusätzlich zu einer verbesserten NO-Produktion im Körper bei.

In der Ausgabe 1/2001 (ISSN: 0932-433X Originale) wird NO (=Stickstoffmonoxid)-Mangel im Rückenmark als möglicher Faktor für die Entstehung von Spontanschmerzen beschrieben.

Hier können die Inhaltsstoffe des Kyäni-Triangles einen sinnvollen Beitrag leisten.

Quellen:

Dr. Lauterbach, Underwood, A. 2005, Dr. Barry Sears Dr. Volker von Baehr Institut für Medizinische Diagnostik Berlin - Potsdam MVZ GbR, Berlin

Literatur:

1. Chapkin, R., McMurray, D., and Lupton, J. Colon cancer, fatty acids and anti-inflammatory compounds. *Curr Opin Gastroenterol*, 23(1): 48-54 (2007).

Erfahrungsbericht

Oktober 2016

Im November 2013 lernte ich durch eine Bekannte die hervorragenden Produkte von Kyäni kennen. Da ich damals bereits seit einiger Zeit Nahrungsergänzungsprodukte in Pulver- und Kapselform zu mir nahm, wollte ich eigentlich keine neuen Versuche starten. Sie überließ mir aber dann Produkte für eine Woche. Äußerst skeptisch - was soll sich schon in einer Woche verändern - nahm ich dieses Angebot an. Und, ich konnte es kaum glauben, bemerkte bereits nach 5 Tagen eine erhöhte Vitalität.

Später wurde mir klar, dass durch die liquide Form der Vitalstoffe eine wesentlich höhere Bioverfügbarkeit gegeben ist, als in Pulver oder Kapseln. Ich vergleiche das immer gerne mit frischen Himbeeren und Himbeerpulver.

Im Frühjahr 2015 startete ich dann mit „Unsere Kur“ und nahm innerhalb von 80 Tagen 18 Kilo ab. Diese Kur kann ich nur empfehlen, denn dabei wird das leidige Bauchfett abgebaut und mit einem sehr guten Entgiftungsprodukt die dadurch freiwerdenden Giftstoffe ausgeleitet. Durch die gleichzeitige Einnahme der Vitalstoffe hat sich auch

die Haut gut regeneriert.

Das Gefühl war unbeschreiblich, denn viele Jahre trug ich dieses Übergewicht mit mir herum.

Dadurch bedingt hatte ich zwei

Bandscheibenvorfälle - 2009 u. 2013 -, die beide operiert werden mussten. Außerdem hatte ich einen

grenzwertigen Bluthochdruck für den ich auch schon Blutdrucksenker genommen habe.

Inzwischen habe ich die Vitalstoffe gerne in meinen Alltag integriert, da sie gut schmecken, leicht auch für unterwegs mitzunehmen sind und ganz einfach eine geistige und körperliche Fitness mit sich bringen. Obwohl wir zu 90% Bioprodukte kaufen und uns möglichst bewusst ernähren (mit kleinen Ausreißern☺) bin ich inzwischen der Überzeugung, dass eine zusätzliche Einnahme von Vitalstoffen in der heutigen Zeit einfach notwendig ist.

Fazit: Meine Rückenprobleme im LWS-Bereich sind nicht mehr vorhanden. Mit



weniger Gewicht lebt es sich leichter. Zellregeneration durch die Vitalstoffe ist für Jeden wichtig und für mich mit 60 Jahren erst recht. Kein Anrühren von Pulver, gut im Geschmack und keine Probleme mit Schlucken von Hartkapseln.

Und deshalb empfehle ich diese genialen Produkte gerne weiter.

Das ist doch einfach genial!

Marie-Luise Wiedmann



PER VIAS NATURALES

1

Auf natürlichem Wege

Vortragsreihe: „Die gesunde Alternative - schlank & vital, einfach & genial“ - Teilnahme nur mit Anmeldung!

Montag, 24.10.16 in Bad Wörishofen, 19:00 Uhr
in der Heilpraktiker Schule May

Referentin: Brigitte Delikan
Anmeldung: 08032-707158

Mittwoch, 26.10.16 in Augsburg, 19:00 Uhr
Akademie am Park

Referentin: Brigitte Delikan
Anmeldung: 0821-6502517

Freitag, 28.10.16 in Kerpen-Horrem, 19:00 Uhr
Soziokulturelles Zentrum

Referenten: HP Barbara Baranek & Hellmuth Meineke
Anmeldung: 02421- 2063470

News Gesundheit & Soziales

WHO will Softdrinks besteuern

Schokolade, Bonbons, Cola: Die Gier



nach Süßem wird uns zum

Verhängnis. Immer mehr Menschen sind schon als Kinder zu dick. Die (WHO) Weltgesundheitsorganisation empfiehlt jetzt eine Sondersteuer auf Softdrinks.

Warum eigentlich?

2015 waren nach WHO-Daten weltweit 42 Millionen Kinder unter 5 Jahren übergewichtig oder fettleibig. Dies entspricht einer Steigerung um 11% innerhalb von 15 Jahren. Für Deutschland rechnet man mit 1,8 Millionen übergewichtigen oder fettleibigen Schulkindern bis zum Jahr 2025.

Wer zu wenig schläft, wird schneller dick

Gut schlafen ist die Voraussetzung für optimale Leistungsfähigkeit. Wenn wir zu wenig schlafen, wird vermehrt das Hungerhormon Ghrelin ausgeschüttet, im Gegenzug werden weniger Sättigungssignale weitergegeben. Die konkrete Folge: Schon nach zwei schlaflosen Nächten essen wir deutlich mehr.

In Studien waren es bis zu 300 Kalorien zusätzlich!



Ein normaler Schlaf sollte laut Schlafforschern mindestens 7 Stunden dauern.

Stimmt's im Darm, stimmt's bei der Gesundheit

Offenbar hat sich jede Tierart und auch der Menschliche Körper im Verlauf der Evolution in Symbiose mit arttypischen Darmmikroben entwickelt. Wird dieses natürliche Keimspektrum verändert - sei es durch die Ernährung, Antibiotika oder übertriebene Hygiene - erhöht sich die Anfälligkeit für Infektionen, Allergien und Autoimmunkrankheiten, schreiben jetzt Wissenschaftler im Fachblatt „Cell“.

Neuigkeiten von Kyäni!

Nutzen Sie die neue Prime-Mitgliedschaft und sparen Sie bis zu 20€ für ein Kyäni Triangle XTreme.

Erscheint 1 x monatlich.

Möchten Sie auf unsere Gesundheitspost verzichten, dann schreiben Sie mir bitte.