

Marienklinik
I-39100 Bozen | Claudia-de-Medici-Str. 2
Tel: +39 0471 31 06 00 | pr@marienklinik.it

„Treffpunkt Gesundheit“ Gestärkt durch den Winter

Bozen – Die Marienklinik lud am 25. Oktober zum vierten Info-Abend der Veranstaltungsreihe „Treffpunkt Gesundheit“ ein, bei der Dr. Anton Obrist, Facharzt für Komplementärmedizin, Gesundheitstipps zur Stärkung des Immunsystems vorbereitet hatte.

Den besten Schutz, um gesund durch die Wintermonate zu kommen, bieten vorbeugende Maßnahmen zur Stärkung des Immunsystems. Dazu gehören, ausgewogene hochqualitative Aufnahme von Nährstoffen, genügend Zeit und Raum für Bewegung und Entspannung, sowie erholsamer und nicht durch schädliche Einflüsse gestörter Schlaf.

Im Vortrag ging Dr. Obrist gezielt auf die diagnostischen Möglichkeiten ein, die es ermöglichen individuelle Schwachpunkte zu erkennen und folglich durch Behebung dieser den Organismus gesamtheitlich zu stärken.

Eine davon ist die Vitalblutanalyse, die Dr. Gerhard Gruber, Geschäftsführer der Marienklinik und Mikrobiologe, eindrucksvoll anhand eines Beispiels im Rahmen des Vortrages veranschaulichte. Diese Diagnosemethode dient als ideale Ergänzung zu herkömmlichen Laborblutbefunden und zeigt auf, ob die einzelnen Bestandteile des Blutes wirklich in der Lage sind, ihre Aufgabe optimal zu erfüllen. Der größte Vorteil bzw. Nutzen liegt dabei in der Früherkennung von Fehlentwicklungen. Mit entsprechenden Maßnahmen (z.B. Umstellung der Ernährungsgewohnheiten, Änderung des Lebensstils, etc.) kann späteren Erkrankungen rechtzeitig vorgebeugt werden.

Bei akuten Infektionen gibt es eine Vielzahl an komplementärmedizinischen Substanzen und sog. Hausmitteln, um die Symptome zu lindern und die akute Krankheit gut zu überstehen. Diese reichen von homöopathischen Akutmitteln, Vitamin- und Mineralstoffsupplementierungen, Inhalation ätherischer Öle, Teemischungen und spezifischen Substanzen aus der Natur, wie z.B. Propolis, Vitalpilze oder Kaloba. Dabei ist es sehr wichtig, sich besonders bei Fieber zu schonen, damit das Herz von der Erkrankung keinen Schaden nimmt.

Gleichzeitig warnt Dr. Obrist davor, nicht alle Präparate, die aus der Natur kommen, unkritisch einzusetzen. Auch Heilpflanzen haben spezifische Charakteristika, Nebenwirkungen und Kontraindikationen, und sollten keinesfalls überdosiert eingenommen werden. Er rät daher, ehe man in die Selbstmedikation einsteigt, sich einem Arzt anzuvertrauen, um eine individuell geeignete Therapie zu finden.

Info: Der „Treffpunkt Gesundheit“ findet regelmäßig in der Marienklinik in Bozen statt und widmet sich pro Veranstaltung je einem medizinischen Fachthema. Experten referieren praxisnah über Möglichkeiten zur Vorbeugung, Früherkennung, Diagnose und Therapie von Erkrankungen.

Die nächste Veranstaltung findet am 15. November um 17.30 Uhr in der Marienklinik statt.

Dr. Guido Martini und Dr. Daniele Misuri, Fachärzte für Gefäßchirurgie werden über die Ursachen und Therapiemöglichkeiten von Beinschwellungen sprechen.