

So haben Krebs & Co. keine Chance!

Bodyguards des Körpers

**Das Immunsystem stärken
und Krankheiten abwehren**

Dr. Claudia Berger

Bodyguards des Körpers

**Das Immunsystem stärken und
Krankheiten abwehren**

So haben Krebs & Co. keine Chance!

Dr. Claudia Berger

I M P R E S S U M

Bodyguards des Körpers

Das Immunsystem stärken und Krankheiten abwehren

So haben Krebs & Co. keine Chance!

Von Dr. Claudia Berger

ISBN: 9783958490703

© 2014 JoelNoah S.A.

Alle Rechte vorbehalten.

Autor: Dr. Claudia Berger

Verlag: JoelNoah S.A.

Kontakt: info@joelnoah.com

Dieses Buch, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt und darf ohne Zustimmung des Verlages nicht vervielfältigt, wieder verkauft oder weitergegeben werden.

Hinweis:

Die in diesem Buch veröffentlichten Inhalte und Ratschläge wurden vom Verfasser sorgfältig und nach bestem Wissen und Gewissen erarbeitet. Eine Haftung des Verfassers oder des Verlages für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist dennoch ausgeschlossen.

© 2014 – JoelNoah S.A. – Abdrucke sowie Kopien sind ohne schriftliche Genehmigung der JoelNoah S.A. auch auszugsweise nicht gestattet. Zuwiderhandlungen werden straf- und zivilrechtlich verfolgt.

Der Autor distanziert sich ausdrücklich von Textpassagen, die im Sinne des § 111 StGB interpretiert werden könnten. Die entsprechenden Informationen dienen dem Schutz des Lesers. Ein Aufruf zu unerlaubten Handlungen ist nicht beabsichtigt.

Sämtliche Angaben, Quellen, Referenzen und Anschriften wurden sorgfältig recherchiert. Im Laufe der Zeit können sich jedoch unerwartete Änderungen ergeben, sodass keinerlei Haftung oder Gewähr übernommen werden kann.

Inhaltsverzeichnis

[Das Immunsystem - Einleitung](#)

[Die Ernährung als Basis für eine starke Immunabwehr](#)

[Der Darm - Zentrales Organ im Immunsystem](#)

[Heilfasten aktiviert die Selbstheilungskräfte](#)

[Das Immunsystem gezielt stärken](#)

[Die „Orthomolekulare Medizin“ als Nährstofftankstelle](#)

[Wichtiges zum Schluss](#)

Das Immunsystem - Einleitung

Der menschliche Körper ist ständigen Attacken von Bakterien, Viren oder Pilzen ausgesetzt, die andauernd versuchen in unseren Körper einzudringen. Die Attacken erfolgen über die Haut und unsere Schleimhäute.

Die Haut ist mit einem Schutzmechanismus versehen, welcher die Mikroorganismen effektiv am Eintritt verhindert. Unsere Schleimhaut hat unter anderem die Aufgabe durch die Absonderung von Immunglobulinen eindringende Keime abzuwehren.

Wenn Krankheitserreger es nun doch schaffen die natürlichen Barrieren des Körpers wie Haut oder Schleimhäute zu überwinden, sorgen Immunzellen dafür, dass sie unschädlich gemacht werden und sich nicht vermehren können.

Dabei sind die Immunzellen ein Abwehrmechanismus gegen alles Körperfremde. Das Immunsystem arbeitet wie eine Überwachungsorganisation, sie ist ständig auf der Suche nach neuen gefährlichen Eindringlingen. Ein gut funktionierendes Immunsystem bekämpft nur Angreifer, die dem Körper gefährlich werden können. Bei einem Immunsystem, welches durch ungesunde Lebensweise, falsche Ernährung oder anderen Faktoren nicht mehr optimal arbeitet, kann es auch vorkommen, dass die Immunabwehr gesunde Zellen tötet. Aufgrund dessen ist es enorm wichtig, dass die Immunabwehr so stark ist, dass sie kranke Zellen tötet, aber gesunde Zellen unangetastet bleiben. Dies schafft man nur im Zusammenspiel aller wichtigen Einflussfaktoren, wie wir sie nun beschreiben.