



Im Mittelpunkt

GESUNDHEIT & WOHLBEFINDEN

Chakren. EnergetikerInnen bringen Seele, Geist und Körper wieder in Balance.

Der menschliche Körper besteht nicht nur aus Muskeln, Gewebe und Sehnen, sondern auch aus feinstofflichen Energiezentren – den sogenannten Chakren. Sieben Hauptchakren und zahlreiche Nebenchakren regulieren den Energiefluss im menschlichen Energiesystem und sind für bestimmte Bereiche der körperlichen und geistigen Gesundheit sowie den Gemütszustand verantwortlich. Negative Einflüsse wie anhaltender Stress oder emotionale Belastungen können den Energie-

fluss blockieren, das emotionale Gleichgewicht stören und bis hin zu körperlichen Beschwerden führen.

Energieblockaden orten.

Das 3. Chakra, Solarplexus genannt, versorgt feinstofflich Bauchspeicheldrüse, Leber, Magen, Milz und Gallenblase mit Energie. Ist dieses blockiert, können Störungen des Verdauungssystems, Schlafstörungen oder Ängste und Nervosität die Folge sein. Auch Antrieb, Selbstwert und Durchsetzungskraft werden vom 3. Chakra gesteuert. So

kann sich eine Blockade einerseits durch Kraftlosigkeit, aber auch durch „hausgemachte“ Aggressionen oder plötzliche Wutanfälle äußern. Das 5. Chakra, auch Kehlor- oder Halschakra genannt, steht für die Kommunikationsfähigkeit und liefert Energie für Schilddrüse, Hals, Stimmbänder, Ohren, Nacken, Arme und Schultern. Menschen, deren Kehlochakra blockiert ist, sind oft nicht in der Lage, sich verständlich zu machen, ihre Ideen und Vorstellungen auszudrücken oder haben Angst, ihre Meinung zu

vertreten. Das kann auch schon mal das buchstäbliche Brett vor dem Kopf beispielsweise in einer Prüfungssituation sein.

Selbstheilungskräfte. Ausgehend von diesem Wissen haben sich EnergetikerInnen darauf spezialisiert, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren, damit der Energiefluss wieder in Balance kommt. ■

Fachgruppe der persönlichen Dienstleister, Wirtschaftskammer Vbg., Fachgruppenobfrau Brigitte Grabher, www.humanenergetik.or.at

ANZEIGE

Lungenentzündung durch Pneumokokken

DIE UNTERSCHÄTZTE GEFAHR

Vorbeugen. Pneumokokken sind für zirka ein Drittel aller Fälle von Lungenentzündungen in Europa verantwortlich, die außerhalb des Krankenhauses erworben wurden.

Mag. Dr. Christiane Körner, Präsidentin des Vereins zur Förderung der Impfaufklärung (VFI) informiert: „Pneumokokken sind Bakterien, die durch Tröpfcheninfektion übertragen werden z. B. durch Husten oder Niesen. Sie siedeln sich im Nasen-Rachen-Raum an und bleiben meist ohne Symptome. Allerdings können Sie schwere Erkrankungen verursachen.“

entzündung durch Pneumokokken kann jeden treffen, chronisch kranke und ältere Menschen haben aber ein höheres Risiko.“ Der Österreichische Impfplan empfiehlt eine vorbeugende Pneumokokken-Impfung für Personen ab 50 Jahren sowie für Personen aller Altersgruppen, die an chronischen Erkrankungen wie z. B. Diabetes, chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD) oder Asthma, an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung oder Immun-

schwäche leiden (siehe <http://www.bmgf.gv.at/home/Impfplan>, abgerufen am 9. 1. 2017). „Diese Personen sollten ihren Arzt nach der Pneumokokken-Impfung fragen“, rät Dr.

Körner. Darüber hinaus wird die Impfung auch für Kleinkinder empfohlen, die sie im Rahmen des kostenfreien Kinderimpfprogramms erhalten. ■

INFO

Eine Initiative des Vereins zur Förderung der Impfaufklärung mit freundlicher Unterstützung der Pfizer Corporation Austria GmbH Wien www.lungenentzuendung.at

Wie können Sie sich schützen?
Dr. Körner: „Eine Lungen-

Mag. Dr. Christiane Körner, Präsidentin des VFI



ANZEIGE