

EIN GESUNDES IMMUNSYSTEM

Erstmals in der Geschichte der Fernsehwerbung hat es im Winter 2009/2010 einen Spot für das Händewaschen gegeben. Händewaschen verhindert Schweinegrippe. Das ist nur die halbe Wahrheit. Die andere Hälfte heißt Immunsystem. So ist es möglich, dass einer von zwei Menschen, die mit der gleichen Anzahl von Krankheitserregern konfrontiert werden, erkrankt, der andere offensichtlich unbeschadet bleibt.

Das Immunsystem hat die Aufgabe, Krankheitserreger aufzuspüren und unschädlich zu machen. Rund um die Uhr, ein Leben lang sind die etwa 10 Billionen Zellen aktiv. Sie sind unsere Lebensversicherung und Altersvorsorge.



Wie funktionsfähig die körpereigene Abwehr ist, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab: genetische Disposition, Infektionen, Umwelteinflüsse, Ernährungsweise, Lebensgewohnheiten sowie körperlicher und seelischer Stress beeinflussen direkt und indirekt das Immunsystem und damit seine Fähigkeit, den Körper gesund zu erhalten.

Allerdings führt auch eine überschießende Reaktion des Immunsystems zu Erkrankungen, die sogenannten Autoimmunkrankheiten wie Allergien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, bestimmte Schilddrüsenerkrankungen und viele mehr.

Es steht eine Vielzahl von therapeutischen Möglichkeiten bereit das Immunsystem zu modulieren.