

Erbe, das von Generation zu Generation weitergegeben wird – und damit wissentlich oder unwissentlich eine wichtige Gesundheitsprävention.

### Komplexe menschliche Verteidigungsmechanismen

Ganz auszuschließen ist eine Infektion jedoch selbst beim Einhalten aller Abstands- und Hygienemaßnahmen nicht. Die unterschiedliche Beschaffenheit von Bakterien und Viren bedingt in solchen Fällen auch die wesentliche Ausbreitung im Körper. So sind bei einem Bakterium dessen eigene Stoffwechselprodukte der Grund für eine Erkrankung. Sie vermehren sich über eine natürliche Zellteilung ohne die menschlichen Zellen zu zerstören. Der Körper reagiert auf das Eindringen des Fremdkörpers mit der Aktivierung von Fresszellen, die sich um die Erreger legen und diese nach und nach abbauen. Hier kann der Einsatz von Antibiotika unterstützend wirkungsvoll sein, die entweder die Zellwand der Bakterien angreifen und sie direkt abtöten oder zumindest verhindern, dass sich Bakterien weiter vermehren.

Gegen eine Viruserkrankung muss die körpereigene Abwehrreaktion allein ankämpfen. Indem Viren ihr Erbgut in die Wirtszellen einschleusen, bringen sie die Zellen dazu, nur noch Viruspartikel zu produzieren. Wenn die körpereigenen Abwehrzellen die vom Virus befallene Zelle beseitigen oder der Organismus den programmierten Zellselbstmord wählt, wird der Mensch krank. In diesem Fall werden antivirale Medikamente (Virostatika) benötigt, die eine Vermehrung hemmen, indem sie Viren daran hindern, an die Wirtszelle anzudocken, in sie einzudringen oder die Ausbreitung zu verringern.

Bemerken die inneren Zellen, dass der Organismus gestört oder gar angegriffen wird, werden unterschiedlichste Verteidigungsvorgänge eingeleitet. Zum einen wird die Apparatur der Abwehrmaßnahmen hochgefahren, um sich des Feinds wieder zu entledigen, z.B. durch die Schleimbildung. Über ein ausgelöstes Husten oder Niesen werden die eingehüllten Fremdstoffe nach außen bugsiert. Aber auch Blutungen, Übelkeit oder Durchfall, ebenso wie ein Abtöten durch Fiebersymptome sind typische Abwehrmechanismen des Körpers.

Gleichzeitig wird der Botenstoff Interferon ausgeschüttet, der die natürlichen Killerzellen (NK-Zellen) aktiviert, die veränderte Körperzellen erkennen und zerstören, z.B. Tumorzellen oder virusinfizierte Zellen. Zum anderen wirkt Interferon als Signalmolekül und kurbelt die Proteinproduktion von bestimmten Abwehrzellen an. Auf diese Weise wird das unspezifische Immunsystem unterstützt, das nicht infizierte Zellen vor Viren schützt und u.a. die Wundheilung fördert.

Auch das Biomolekül Zytokin (z.B. Interleukin-6), zu dessen Gruppe Interferon zählt, eilt bei aggressiveren Erregern zur Hilfe, indem es zusätzlich die Abwehrzellen zur Produktion von weißen Blutkörperchen (B-Lymphozyten/Plasmazellen) ankurbelt. Dadurch werden im Verlauf der Infektion passgenaue Abwehrstoffe gegen die bestimmte Art von Erreger gebildet, die sogenannten Antikörper oder Immunglobuline, die späteren Gedächtniszellen. Indem sich die Antikörper während des Gefechts an den jeweiligen Erreger binden und ihn markieren, können ihn die Fresszellen (Phagozyten) schneller erkennen und unschädlich machen. ▶

### Fußreflexzonenmassage

Als wichtiges Hilfsmittel in der Diagnostik und Therapie von Funktionsstörungen der Organe setzt Heilpraktikerin Jessica Weber in ihrer Naturheilpraxis auf die Fußreflexzonenmassage. Da alle Nervenbahnen mit den Füßen verknüpft sind, lassen sich über die spezielle Druckpunkttechnik Schmerzen im Bewegungsapparat, Migräne, Allergien, Magen- und Darm-, Herz-Kreislauf- oder Menstruations- und Wechseljahrsbeschwerden aufspüren und gezielt lindern sowie Stress und Schlafstörungen reduzieren. Gleichzeitig werden die Selbstheilungskräfte angeregt und das Immunsystem gestärkt.

Danziger Straße 35 | 57250 Netphen | Telefon 02738 6928909

E-Mail [info@naturheilpraxis-jessica-weber.de](mailto:info@naturheilpraxis-jessica-weber.de)

[www.naturheilpraxis-jessica-weber.de](http://www.naturheilpraxis-jessica-weber.de)

