



Lässt sich Glück inhalieren?

Neueste Forschung zeigt: speziell aktivierter Luftsauerstoff begünstigt Freisetzung des Glückshormons Serotonin

Jeder kennt sie, die Momente, in denen man sich wünscht, eine „Bezaubernde Jeannie“ an seiner Seite zu haben.

Nur einmal kurz geblinzelt – sofort wären Probleme, Müdigkeit und Stress wie weggeblasen. Leider gibt es solche netten Flaschengeister nur im Film... Doch oft hilft es schon, tief Luft zu holen und durchzuatmen. Wie viel größer könnte dieser Effekt noch sein, wenn er zusätzlich von einem extra Schub Energie begleitet wäre? Dieser Frage widmeten sich deutsche Wissenschaftler und Ärzte. Das Ergebnis ihrer Forschungen und Praxisstudien: Ein kleines Hightech-Wunder, das den Sauerstoff der Atemluft optimiert. Die Erfolge sind verblüffend – und das praktische Gerät in immer mehr Kliniken, Arztpraxen und Privathaushalten im Einsatz.

Seit Wochen hatte sich Kristin auf das Firmenevent gefreut. Und ausgerechnet heute ist im Geschäft die Hölle los. Die Ungeduld der Kunden zerrt extrem an ihrer Stimmung. Am Feierabend ist sie nur noch platt und will auf dem schnellsten Weg nach Hause. „Kommt gar nicht in Frage“, meint ihre Kollegin „du gehst jetzt einfach mit zu mir. Zwanzig Minuten tief durchatmen – danach bist du wie neugeboren!“ Kristin schaut skeptisch. Wie soll das funktionieren? Doch als sie kurze Zeit später bei der Feier auftaucht, fühlt sie sich tatsächlich blendend. „Sagen Sie mal, Frau Krämer“, wundert sich ihr Chef „was haben Sie gemacht? Vor einer

halben Stunde noch fix und fertig – und jetzt wirken Sie völlig entspannt und sprühen vor guter Laune!“ „Nichts leichter als das, Chef“, lacht Kristin „einatmen, ausatmen und Glückshormone aktivieren!“

Wir können es weder riechen, hören noch sehen. Doch spüren kann es jeder: Serotonin, im Volksmund auch als Glücks- oder Wohlfühlhormon bekannt. Fehlt es, machen sich schlechte Laune, Angst, Depressionen und letztendlich Krankheiten breit. Ohne Serotonin können wir Stress schlechter verarbeiten, neue Aufgaben schwerer bewältigen und traumatische Erfahrungen kaum überwinden. Der Botenstoff Serotonin wirkt sich auf das gesamte vegetative Nervensystem positiv aus. Er sorgt für eine gute Stimmung und mehr Antrieb, ermöglicht erholsamen Schlaf, erhöht die Aufmerksamkeit, regelt Körpertemperaturen, Sensorik, Schmerzempfinden, Appetit und Sexualverhalten.

„Gibt es das als Pille zu kaufen?“ fragt man sich da automatisch. Ganz so einfach ist es leider nicht. Doch es gibt neue Erkenntnisse darüber, wie sich die Ausschüttung von Serotonin auf natürliche Weise ankurbeln lässt. So zeigen neueste medizinische Forschungen, dass aktivierter Sauerstoff in der Atemluft die Bildung und Freisetzung von Serotonin spürbar begünstigen.

Aber was ist das, aktivierter oder wie Sie es ausdrücken, energetisierter Sauerstoff? Hierzu Guido Bierther, der in seinem Unternehmen „Airnergy“ zusammen mit Wissenschaftlern und Ärzten an einer besseren Verwertung der Atemluft arbeitet: „Die Luft, die wir mit jedem Atemzug einatmen, besteht zu 21 % aus Sauerstoff. Und davon wird der größte Teil, nämlich rund 75 %, wieder ausgeatmet – bei Stress, Erkrankungen, Umweltbelastungen und mit zunehmendem Alter noch mehr. Zudem reagiert molekularer Sauerstoff eher träge, das heißt, er ist nicht in der Lage, aktiv in das Stoffwechselgeschehen einzugreifen. Deshalb wird er normalerweise vom Organismus reaktionsfähiger gemacht, um verstoffwechselt werden zu können. Wenn der Körper diese Fähigkeit zunehmend verliert, kann mit Hilfe der Geräte zur Spirovitalisierung der Luftsauerstoff „aktiviert“ werden. In diesem energetisierte Zustand, kann die Zelle kennt ihn besser in Energie umwandeln. Die Aktivierung des

Sauerstoffs geschieht mittels Lichteinwirkung und einem Verfahren, dass in etwa der pflanzlichen Fotosynthese gleicht. Der Anwender atmet diese Energieluft über eine bequeme Atembrille für rund 20 Minuten. Idealerweise natürlich täglich!“

Die Airnergy-Atmung, im Fachjargon als Spirovitaltherapie bezeichnet, zeigt im gesamten Körpersystem erstaunliche, positive Effekte. Sie erhöht signifikant die Sauerstoffabgabe aus dem Blut ins Gewebe, das Enzym Cytochromoxidase zur Sauerstoffverwertung wird aktiviert sowie das oxidative Gleichgewicht stabilisiert. Im Umkehrschluß heißt das, dass schädliche Freie Radikale reduziert bzw. neutralisiert werden. Auch die kleinsten Zellgefäße werden nun optimal mit Sauerstoff versorgt. Nicht zuletzt freuen sich darüber auch die Mitochondrien im Hirngewebe, dem wichtigsten Produktionsort für das Glückshormon Serotonin. Hiermit wäre dann auch geklärt, warum Kristin plötzlich wieder so gut gelaunt war. Sie hatte bei ihrer Kollegin einfach für zwanzig Minuten „Airnergy-Luft“ geatmet und so ihre eigene Produktion der Glückshormone angekurbelt!

Dabei ist der „Gute-Laune-Effekt“ eher nur eine angenehme Begleiterscheinung. Die Liste an körperlichen Beschwerden, die sich aufgrund einer Spirovitaltherapie rasch verbesserten bzw. komplett verschwanden, ist lang. So wundert es nicht, dass Airnergy mittlerweile in über 60 Ländern zum Einsatz kommt und bei zahlreichen Leiden Linderung verschafft. Angenehm ist, dass die Anwendung ganz nebenbei geschehen kann: beim Essen, Fernsehen, Lesen, Musikhören etc. Wer braucht da noch einen Flaschengeist...