

# Aufatmen trotz COPD!

## Ganzheitliche Behandlung von COPD-Beschwerden



Eine ernste Krankheit, die leider viele Menschen betrifft, ist die chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD). Nach Schätzung sind in Deutschland etwa drei bis fünf Millionen Menschen betroffen, in den USA sind dies bereits um die 16 Millionen und weltweit sind etwa 600 Millionen Menschen daran erkrankt. COPD hat somit die Dimensionen einer Volkskrankheit erreicht, die weltweit 2019 den dritten Platz auf der Liste der häufigsten Todesursachen belegte. Erkrankt ein Mensch an COPD, dann verliert seine Lunge die Fähigkeit, sich selbst zu heilen. Studien berichten, dass dies an einer veränderten Zellkommunikation liegen soll. Ist es möglich trotz COPD ein erfülltes Leben zu führen? Lassen sich die Symptome lindern? Ja, COPD ist eine große Herausforderung, aber es gibt Möglichkeiten, den Alltag der Betroffenen zu verbessern.

COPD steht als Abkürzung für „Chronisch obstruktive Lungenerkrankung“. Der Begriff steht nicht isoliert für eine Erkrankung, sondern er wird als Sammelbegriff für mehrere, unterschiedliche Lungenerkrankungen verwendet. Darunter fallen die chronische Bronchitis, das Lungenemphysem oder auch der sogenannte „Raucherhusten“.

Das Lungenemphysem ist eine chronisch fortschreitende Lungenerkrankung, bei der die Lungenbläschen am äußersten Ende der

Bronchiolen zerstört werden. Als Ursache für diese Krankheiten werden vorwiegend das Rauchen und Umweltbelastungen gesehen.

COPD zeigt sich mit chronischem Husten, vermehrtem Auswurf und auftretender Atemnot. Die Folgen daraus sind die schlechtere Aufnahme von Sauerstoff im

*„COPD zeigt sich mit chronischem Husten, vermehrtem Auswurf und auftretender Atemnot. Die Folgen daraus sind die schlechtere Aufnahme von Sauerstoff im Blut über die Lungenzellen.“*

Blut über die Lungenzellen. Zudem klagen Betroffene über die verringerte Energieproduktion in den Zellen, was eine reduzierte körperliche Leistungsfähigkeit zur Folge hat. Durch das Überblähen der Lungenbläschen (Alveolen) ist der Gasaustausch verringert, es wird vermehrt Schleim gebildet, der über das Husten abtransportiert werden muss. Die klassische Medizin geht heute davon aus, dass die Krankheit dauerhaft fortschreitet und nicht heilbar ist. Mit alternativ-medizinischen Ansätzen lässt sich allerdings eine Besserung des Zustandes erreichen.

### Wie macht sich COPD bemerkbar?

Symptomatisch für solche Lungenkrankheiten sind die sogenannten „AHA-Symptome“. Auswurf, Husten und Atemnot sind charak-

teristisch für diese Krankheit. Viele Betroffene klagen zunächst nur über Atemnot. Im weiteren Verlauf der Krankheit kann dies allerdings zunehmen und zu kompletter Immobilität führen. Die Einschränkung des Lungenvolumens wird mithilfe einer sogenannten Ganzkörperplethysmografie (Lungenfunktionsuntersuchung) gemessen, die auch als große Lungenfunktion bezeichnet

wird. Medikamentöse Unterstützung lässt sich mit der Gabe von entsprechenden Sprays erreichen, die die Bronchien erweitern. Zudem sollte auf Tabak und Nikotin verzichtet werden.

### Was sind die Ursachen von COPD?

Folgende Ursachen kommen bei COPD in Frage:

- Jahrelanges Rauchen mit damit einhergehendem Schädigen des Lungengewebes
- Passivrauchen
- Langer Aufenthalt in umweltbelastender Umgebung
- Asthma (auch durch Allergien bedingt)
- Atemwegsinfektionen in der Kindheit

## Wie lässt sich COPD diagnostizieren?

Die Diagnose „chronische Bronchitis“ richtet sich nach den Beschwerden des Patienten und den Ergebnissen des Lungenfunktions-tests. Bei allen Patienten mit COPD, ist die Herzratenvariabilität (HRV) verringert. Das bedeutet, die Regulationsfähigkeit des vegetativen Nervensystems (Sympathikus/Parasympathikus) ist eingeschränkt. Mit zunehmender Erkrankung beziehungsweise Schweregrad wird die HRV weiter verringert.

## Wie wirkt das vegetative Nervensystem auf die Alveolen?

In unseren Lungen befinden sich Millionen kleiner Lungenbläschen, die auch Alveolen genannt werden. Diese werden vom übergeordneten vegetativen Nervensystem reguliert und gesteuert. Ihre Hauptaufgabe besteht darin, Sauerstoff aus der Luft aufzunehmen und ins Blut zu transportieren.

Die Alveolen sind jedoch nicht starr oder unflexibel, sondern können ihre Größe und Form an die jeweilige Situation anpassen. Das bedeutet beispielsweise, dass in akuten Gefahrensituationen der Sympathikus dominant wird und die Alveolen innerhalb von Sekundenbruchteilen vergrößert werden. Dadurch erhalten die Zellen sofort mehr Sauerstoff. Das vegetative Nervensystem erkennt nicht nur offensichtliche Gefahren wie einen Unfall oder körperlichen Angriff, son-

dern reagiert auch auf unbewusste Bedrohungen wie Stress durch Familie und Beruf oder negative Umwelteinflüsse.

Das biologische Ziel dieser Reaktion ist eine erhöhte Energieproduktion von ATP (Adenosintriphosphat) in den Mitochondrien des Körpers, um erfolgreich mit der Gefahr umgehen zu können. Sobald die Gefahr abgewendet wurde, tritt der Parasympathikus in den Vordergrund und die überdehnten Alveolen kehren wieder zu ihrer normalen Größe zurück. Das ständige Wechselspiel zwischen dem Vergrößern und dem Verkleinern der Alveolen macht das Überleben möglich. Ähnlich ist dies beim Essen und Ausscheiden oder beim Ein- und Ausatmen-Zyklus. Diese beiden Pole gehören zusammen und beeinflussen sich gegenseitig.

Die Prinzipien von Ursache und Wirkung sowie Aktion und Reaktion sind überlebenswichtige Mechanismen, die im Laufe der Menschheitsgeschichte optimiert wurden. Damit eine sinnvolle biologische und physiologische Reaktion auf eine Aktion folgen kann, muss das vegetative Nervensystem einwandfrei funktionieren und möglichst frei von äußeren Einflüssen sein. Unsere Sinne, interne Sensoren und Informationskanäle liefern kontinuierlich unzählige Informationen an das vegetative Nervensystem. Dieses sammelt und verarbeitet sie, um anschließend die untergeordneten Organe und Organsysteme effektiv zu steuern. Viele COPD-Medikamente wirken direkt auf das vegetative Nervensystem, was dazu führen kann,

dass es „vernebelt“ oder gezwungen wird, die Organe einseitig zu stimulieren. Auf lange Sicht können dadurch immer größere Beeinträchtigungen entstehen.

## Kann COPD behandelt werden?

Generell gilt COPD als nicht heilbar. Moderne Behandlungsmethoden aus dem Bereich der ganzheitlichen Medizin zeigen allerdings Möglichkeiten auf, die Krankheit positiv zu beeinflussen. Mit diesen Methoden wird das Wiederherstellen der gesunden Körperbalance angestrebt. Die ganzheitliche Behandlung setzt sich aus mehreren Bausteinen zusammen.

### Baustein 1: Rauchen aufhören!

Mit dem Rauchen aufzuhören, ist die erste Maßnahme, um eine COPD zu verhindern und auch um das weitere Voranschreiten der Krankheit zu verlangsamen. Wie bereits erwähnt: Rauchen ist der wichtigste Risikofaktor für COPD. Ein relevantes Verbessern der Krankheit kann nur mit einem totalen Rauchverzicht erreicht werden.

### Baustein 2: Optimale Versorgung mit Mikronährstoffen

Es gibt 47 essenzielle Mikronährstoffe, die lebenswichtig für den menschlichen Organismus sind. COPD-Patienten weisen häufig einen Mangel an diesen Nährstoffen auf. Es liegt nahe, dass ein solcher Mangel den Stoffwechsel beeinträchtigt und damit das Entstehen der Krankheit begünstigt. In jedem Fall sollten die Vitalstoffe im Blut im



Jürgen Lueger

Der österreichische Therapeut, Bioenergetiker und Buchautor Jürgen Lueger ist Entwickler der hochwertigen Nahrungsergänzungen „47 Essentials“ und des Symbio-Harmonizer Konzeptes für ganzheitliche Gesundheit. Als Therapeut für Humanenergetik, Kinesiologie, Mentalcoach, zertifizierter Energietherapeut für Psychosomatische Energetik (PSE) und Holopath unterrichtet er an der Paracelsusschule in Freilassing. Seit 2009 praktiziert er in seiner Praxis für Bioenergetik in Salzburg. Er gründete 2014 die Symbio-Harmonizer GmbH.

**Kontakt:**

office@j-lueger.com  
www.j-lueger.com



Abb. 1: Verzichtet werden sollte bei COPD speziell auf Kohlenhydrate, also auf Brot, Nudeln, Kartoffeln, Reis, Süßigkeiten, Alkohol, zuckerreiche Getränke sowie frittierte Speisen.

© naito29 – stock.adobe.com

Rahmen einer speziellen Blutuntersuchung gemessen werden. Vorhandene Mängel sollten mit Hochleistungs-Mikronährstoffen aufgefüllt werden. Es empfiehlt sich, die Blutuntersuchung nach acht Wochen zu wiederholen, damit der Erfolg der Vitalstoffgabe überprüft werden kann.

**Baustein 3: Ernährung umstellen**

Aus bioenergetischer Sicht ist es für Patienten mit COPD elementar, ihre Ernährung sofort und komplett umzustellen. Verzichtet werden sollte speziell auf Kohlenhydrate, also auf Brot, Nudeln, Kartoffeln, Reis, Süßigkeiten, Alkohol, zuckerreiche Getränke sowie frittierte Speisen. Der Grund: Die Aufnahme von Kohlenhydraten führt immer zu einem Anstieg der Insulinproduktion. Insulin ist ein Hormon, das den Transport des Blutzuckers in die Zellen fördert. Es blockiert aber gleichzeitig den Abbau von Fett. Im Gegenteil: Es schließt die Zellen zur Fetteinlagerung regelrecht auf und sorgt dafür, dass ein Zuviel an Zucker (= Kohlenhydrate) in Fett umgewandelt wird – als Speicher für „schlechte Zeiten“ (die es heute nicht mehr gibt).

In Kombination mit zu wenig Bewegung sind Kohlenhydrate daher tendenziell Dickmacher und Stoffwechselfremser. Andersherum: Reichlich frische Nahrung mit viel Obst und Gemüse, hochwertigem Eiweiß, gesunden Fettsäuren und ausreichend Wasser halten den Stoffwechsel in Schwung. Und ein aktiver Stoffwechsel ist die beste Voraussetzung für körperliche und geistige Fitness.

**Baustein 4: Erreger eliminieren**

Zu guter Letzt ist es auch noch wichtig auf Viren, Bakterien und Pilze zu testen. Denn durch Atemwegsinfekte kann es bei COPD-Betroffenen zu einer plötzlichen Verschlechterung der Lungenfunktion kommen. Gibt es einen akuten Krankheitsschub, dann kann das potenziell lebensbedrohlich werden. Es kommt darauf an, die Ursache von Infektionen zu erkennen und Vorsorge zu treffen. Infekte mit Viren, Bakterien oder Pilzen kommen oft gemeinsam vor, das eine schließt also das andere nicht aus.

**Baustein 5: Bioenergetische Frequenztherapie**

Parallel zu den Bausteinen 1 und 2 empfehlen wir eine bioenergetische Frequenztherapie im Mikrostrombereich. Mithilfe von Frequenzen können funktionsschwache Organe in unserem Körper zur Arbeit angeregt werden – nicht zuletzt auch die Lunge. Das Außergewöhnliche dabei ist die Tatsache, dass das in unserer energetischen Therapie

eingesetzte Gerät ohne Fremdstrom arbeitet, sondern mit der reinen Körperenergie funktioniert. Überlagert man einen Krankheitserreger mit seiner Eigenfrequenz, dann wird dieser unschädlich gemacht bzw. harmonisiert. Nebenwirkungen können nicht auftreten, allerdings zeigen so genannte „Erstverschlimmerungen“ ähnlich wie in der Homöopathie die Wirksamkeit der begonnenen Therapie an. Diese Therapieform ist schmerzfrei und gut verträglich und für alle Patientengruppen geeignet.

**Baustein 6: Simuliertes Höhentherapie oder Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Therapie (IHHT)**

Die IHHT ist ein spezielles Sauerstofftraining, das die Zahl intakter Mitochondrien wieder erhöht. Für dieses Zelltraining nutzt die IHHT einen einfachen Trick: Ein schwankender Sauerstoffgehalt bedeutet für die Mitochondrien einen besonderen Stress, dem beschädigte und veraltete Mitochondrien nicht standhalten. Bei der IHHT atmet man jeweils etwa 30 bis 40 Minuten lang im Wechsel sauerstoffangereicherte Luft (Hyperoxie) und sauerstoffärmere Luft (Hypoxie) über eine Atemmaske ein und aus. Dabei sitzt oder liegt man in einem bequemen Sessel, um sich während der Behandlung gut entspannen zu können.

**Fazit**

COPD verläuft bei jedem Betroffenen anders mit unterschiedlichen Schweregraden. In der klassischen Schulmedizin wird sie als unheilbar bezeichnet. Die Praxis zeigt allerdings durchaus andere Verläufe und Erfolge in der Behandlung. Doch kann die Behandlung die Entzündungsprozesse bremsen, die Beschwerden lindern und Rückfälle hinauszögern.

**Jürgen Lueger**

**Keywords:** Atemwege & Lunge, COPD

**Literatur**

- [1] [www.lungeninformationsdienst.de](http://www.lungeninformationsdienst.de)
- [2] [www.rki.de](http://www.rki.de)
- [3] Lueger J. *Heilung erwünscht! Fichtenau: Amadeus Verlag, 2021.*