



# Frühjahrs-Vitalkuren:

## Neue Kraft für das Immunsystem

*Fast jeder kennt die Symptome: Obwohl die ersten Sonnenstrahlen die Luft erwärmen, fühlt man sich kraftlos und matt. Und selbst wenn die Talsohle manchmal für einen Moment durchschritten scheint, so stabilisiert sich das Befinden auf immer niedrigerem Niveau. Betroffene haben oft den Eindruck, dass es in winzigen Schritten immer weiter bergab geht. „Mit bloßer Frühjahrmüdigkeit hat das in vielen Fällen nichts zu tun“, sagt Dr. Friedhelm Kuhlmann. Der Kölner Facharzt für Orthopädie und Naturheilverfahren erklärte im Gespräch mit ORTHOpess, wo die Ursachen liegen und wie man dagegen mit einer Vitalkur angehen kann*

Herr Dr. Kuhlmann, trotz sportlicher Bewegung und ausgewogener Ernährung fühlen sich viele Menschen in diesen Tagen einfach nicht fit. Warum ist das so?

Dr. Kuhlmann: Im Laufe der Zeit sammeln sich in unserem Körper Stoffwechselprodukte, Umweltschadstoffe und andere Fremdstoffen an, die unseren Organismus und ganz allgemein unser Immunsystem belasten. Unwissenschaftlich spricht man hier von „Schlacken“, was natürlich eine bildliche Darstellung ist. Besonders während der kalten Jahreszeit, in der wir uns ganz allgemein in sauerstoffärmerer Heizungsluft bewegen und auch weniger abwechslungsreiche Kost zu uns nehmen, ist der Abtransport dieser Stoffe gebremst.

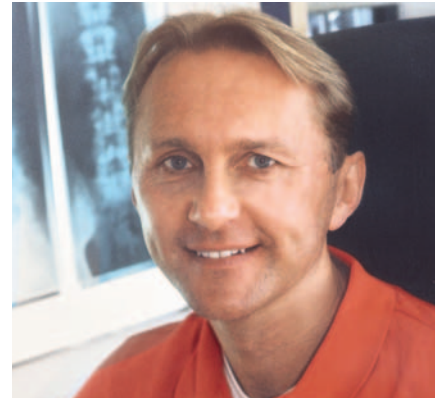
Aber warum fühlen wir uns dann müde und abgespannt?

Dr. Kuhlmann: Wenn die Entsorgung dieser Stoffe gestört ist oder wir besonders stark belastet sind, fühlen wir uns schlapp und antriebslos. Wenn dazu noch eine Überflutung mit Umweltreizen kommt, so ist schnell unsere körperliche und geistige Einsatzfähigkeit eingeschränkt; wir sind einfach überfordert. Unser Körper reagiert mit dem

Verlangen nach Ruhe, lange bevor sich z. B. nach außen hin ein akutes Krankheitsgeschehen zeigt.

Sie haben mit homöopathischen Vitalkuren gute Erfahrungen gemacht. Wie wirken sich diese aus?

Dr. Kuhlmann: Homöopathische Vitalkuren sind ideal, um verlorene Reserven wieder aufzubauen und gesundheitlichen Beeinträchtigungen vorzubeugen. Sie enthalten Wirkstoffe, welche aktiv die zur Gesundheit des Organismus führenden Mechanismen stimulieren. Durch verschiedenste osmotische Vorgänge kommt es zu einer Durchspülungstherapie, welche für den raschen Abtransport von Stoffwechselprodukten vorteilhaft ist. So werden schon seit langer Zeit homöopathische Komplexmittel zur Entspannung und Entsäuerung eingesetzt. Darüber hinaus haben sie aber auch eine stabilisierende und kräftigende Wirkung – besonders als Infusionslösung sind sie nicht zuletzt im Hochleistungssport weit verbreitet, weil die Wirkstoffe innerhalb von Sekunden verfügbar gemacht werden können. Umgangssprachlich könnte man sagen: „Die Batterien werden leichter wieder



aufgeladen.“ Was liegt da näher, als sich diesen Wirkmechanismus bei körperlicher und geistiger Abgespanntheit zunutze zu machen?

Werden diese Wirkstoffe alle einzeln verabreicht oder gibt es auch Kombinationspräparate?

Dr. Kuhlmann: Typischerweise sind diese Wirkstoffe in Kombinationspräparaten zusammengefasst. Diese Vitalkuren werden in der Regel als Infusion verabreicht. Sie bieten eine wirksame „Tiefenreinigung“ für den Körper und verbessern nachhaltig das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit. Wir kombinieren eine solche Vitalkur auch gern mit einer inhalativen Sauerstoff-Therapie – diese kann zusätzlich dazu beitragen, Schwächezustände aufzufangen und innerhalb kürzester Zeit zu überwinden.

Herr Dr. Kuhlmann, wir danken Ihnen für das Gespräch!

### Welche Kosten kommen auf jemanden zu, der sich zu einer Vitalkur entschließt?

Eine Behandlung mit den homöopathischen Infusionslösungen kostet etwa 19,50 €. Typischerweise wird eine Behandlungsserie von etwa 10 Infusionen als ausreichend angesehen. Dabei handelt es sich allerdings um eine private Zusatzleistung, die nicht von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet wird. Eine Kostenübernahme durch private Krankenkassen ist dagegen möglich.

