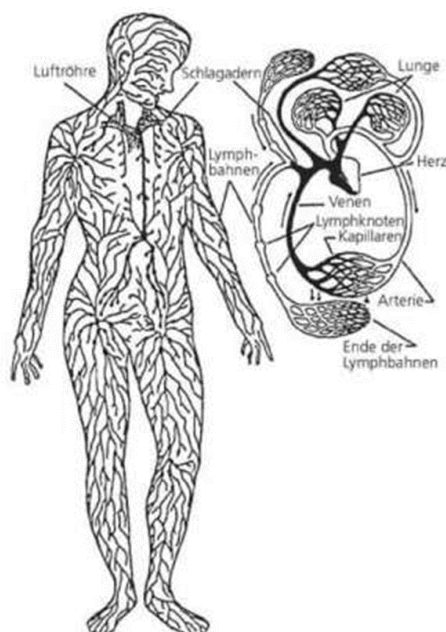


GESUNDES LYMPHSYSTEM - GESUNDER DARM - GESUNDER KÖRPER

Das Lymphsystem ist eines der grössten Flüssigkeitssysteme des Körpers und ursächlich an der Entstehung vieler chronischer Krankheiten beteiligt. Doch man spricht immer von Blut und nicht über das wunderbare Lymphsystem. Die Bedeutung des Lymphsystems wird heute vielfach unterschätzt.

Die Lymphe, das ist das
Allerfeinste, das Intimste und
Zarteste im ganzen Körperbetrieb.

Thomas Mann „Der Zauberberg“



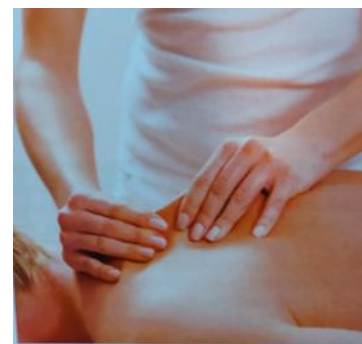
Haben sie einmal eine Erkältung gehabt und dabei beobachtet und getastet wie die Hals Lymphknoten geschwollen waren oder wie aus einer oberflächlichen Schürfwunde eine gelbliche Flüssigkeit austritt? Hier handelt es sich um eine wässrige Lympheflüssigkeit, welche die Körperzellen umspült, um alles mit Nährstoffen zu versorgen und Abfallstoffe abzutransportieren.

Dabei bildet es nicht nur Drainage- und Abtransport-System, sondern ist mit den Immunzellen primären und sekundären lymphatischen Organen (Milz, Thymus, Lymphgefässe) der Hauptträger unserer Immunkompetenz.

Der Blutkreislauf ist ein geschlossenes System, hingegen das Lymphgefäss-System ist ein halb offenes Kreislaufsystem. Die Lymphgefässe liegen offen im Gewebe und können dadurch die Flüssigkeit aus den Zellzwischenräume aufnehmen.

Eine sehr gute Vorbereitung einer effektiven, manuellen Lymphdrainage, sind:
die Bindegewebemassage und
die Massagegriffe

Sanft streichende Massagegriffe verbessern bei einer Lymphdrainage die Strömung der Gewebsflüssigkeit. Deutlich intensiver ist eine Massage zur Entschlackung, um auch die bereits verfestigte Lymphe zu lösen und zu verflüssigen.



Eine manuelle Lymphdrainage ist mehr als eine Reinigung

Das Lymphsystem ist gemeinsam mit dem Darm der wichtigste Teil unseres Immunsystems. Wir können unser Lymphsystem mit einer Kläranlage vergleichen, die das Körperwasser wunderbar sauber und gesund hält, aber nur wenn alles harmonisch funktioniert. Was leider nicht immer der Fall ist. Unser Lymphsystem transportiert von allen Körperregionen und Organen, wie: Abfälle, Schlacken, Fette, Bakterien, Parasiten und vieles mehr, ab. Die manuelle Lymphdrainage ist nicht nur für Wassereinlagerungen, wie die typischen Arm- und Beinödeme gut, sondern auch gegen: Migräne, rheumatische Beschwerden, Verstopfung, Allergien, Stirnhöhlenentzündung, Neurodermitis, Psoriasis usw.

Haben Sie Interesse an mehr Infos zum Beispiel über eine kostenlose online Sitzung inklusive LIVE-Interviews und Fragerunden; zum Thema «Entdecke die besten Methoden, um deine Darmgesundheit schnell und effektiv zu stärken»?

Gerne erwarten wir Ihr Feedback dazu unter Telefon 062 7241742 bitte Frau Maria Russo verlangen. Rufen Sie uns an.

Wir sind Krankenkassen anerkannt und wir freuen uns auf Sie.



Gesundheitspraxis Maria Russo
Naturheilpraktikerin mit Eidg. Diplom
Kirchgasse 11 | 5742 Kölliken
Telefon 062 7241742 | Fax 062 7241781
info@mariarusso.com

WWW.MARIARUSSO.COM