

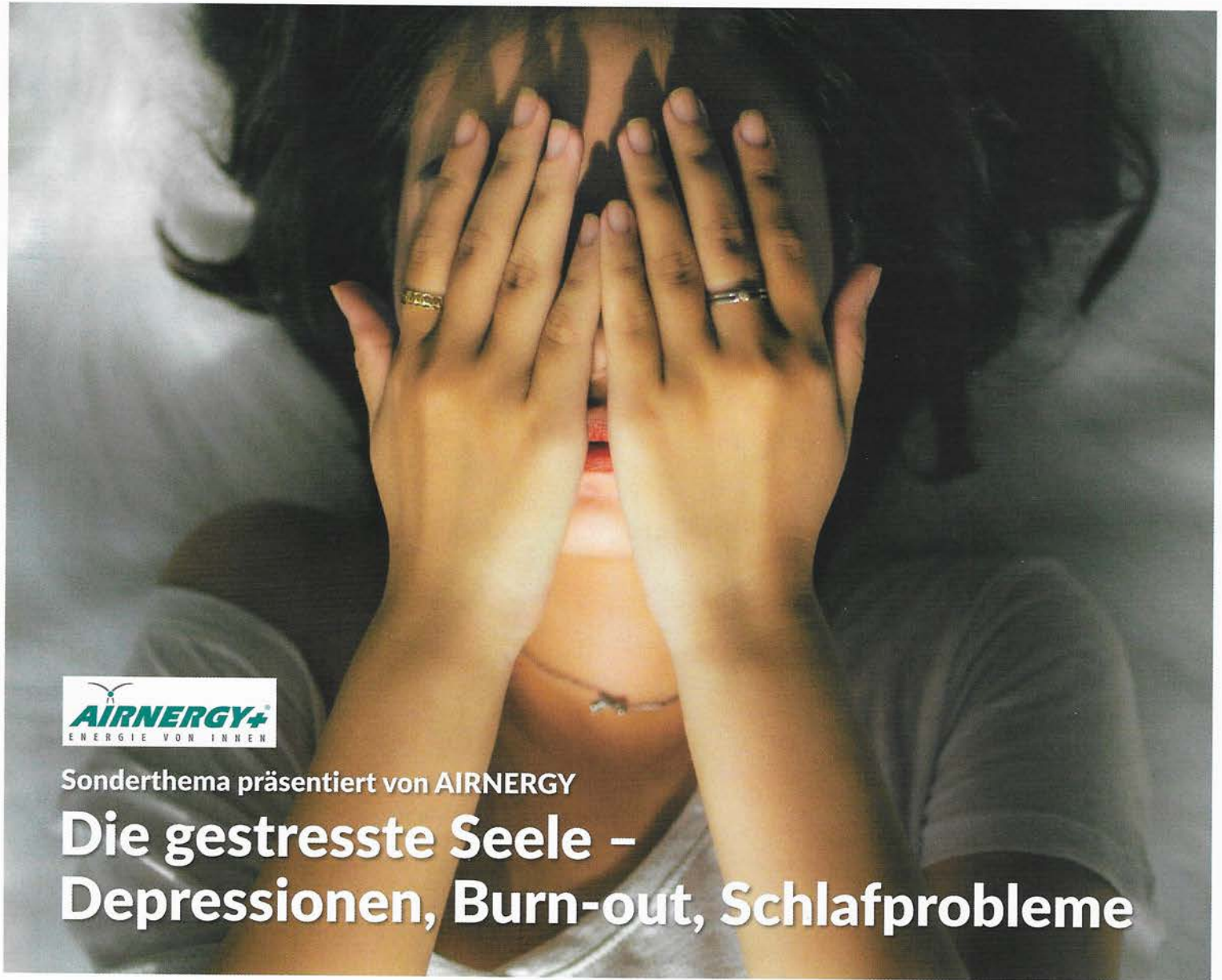


# GESUNDHEITS BOTE NRW

KÖLN | BONN | AACHEN | DÜSSELDORF

AUSGABE 02|2021

Zum Mitnehmen!



Sonderthema präsentiert von AIRNERGY

## Die gestresste Seele – Depressionen, Burn-out, Schlafprobleme



Medicrops 6



Regulat 8



Dr. Cebe 10



Pi-Dynamik 26



Bormia 29



Ergo Silke Bramers 30



St. Johannis Apotheke 33



SK-Neukirchen 35



Sandra Serantoni 39



AIRNERGY 40



Klinik wWersbach 44



Dr. Tamme 46



Janus Klinik 48



Les Papillion Bleu 52



Neuroces 54



Ralf Lütje 57



Dolores Holzer 58



Rafael Warczewek 61



# BURN-OUT, SCHLAFPROBLEME, DEPRESSIONEN – ENERGIELOSIGKEIT?

Leistung bringen! Aufs Tempo drücken! Aber um Gottes willen keine Fehler! Schneller, höher, weiter, besser, immer mehr! Minute um Minute, ohne Pause, das ist inzwischen geforderter Mindeststandard, „Normalität“ in unserem Alltag! So lange, bis der Körper nicht mehr mitmacht, keine Kraft mehr hat. Energiemangel ist die Geißel des modernen Lebensstil – Airnergy sagt Energielosigkeit den Kampf an.



**AIRNERGY ...**

**IHR EIGENER LUFTKURORT ZUHAUSE**



# UNTERSCHÄTZTE VOLKSKRANKHEIT ... PRÄVENTATION & KUR FÜR ZUHAUSE!

Das Hennefer Unternehmen AIRNERGY bringt mit dem „L.A. Little Atmos“ einen erschwinglichen Sauerstoff-Vitalisator als Ergänzung zu seinen Spiroyalprodukten auf den Markt, der dem Anwender energiereichere Luft garantiert und eine vitale Atematmosphäre schafft. Bei Burn-out, Stress und Schlaflosigkeit kann dieser nicht nur kurativ, sondern sogar erfolgreich vorbeugend wirken.

**B**urn-out, Abgeschlagenheit, schwere Schlafprobleme, Stress und sogar Depressionen sind oftmals der Preis, den wir heutzutage für unseren modernen Lebensstil zahlen müssen. Der Tenor unserer schnelllebigen Gesellschaft lautet dabei immer noch: „Leistung bringen! Aufs Tempo drücken! Und um Gottes willen keine Fehler machen! Schneller, höher, weiter, besser, immer mehr!“ Ohne Pause das Gaspedal bis zum Anschlag durchzudrücken, ist mittlerweile leider geforderter Mindeststandard und zur Normalität in unserem Alltag geworden. Aber nur solange, bis Körper und Geist krank werden und nicht mehr mitmachen. Die beruflichen Folgen sind Krankschrei-

bung, Arbeitsunfähigkeit und im schlimmsten Fall vorzeitige Verrentung. Aber dabei bleibt es nicht. Der Betroffene zieht sich zurück, isoliert sich, fühlt sich „ausgebrannt“ und „leer“. Keine Energie, permanenter Stress, Überforderung und keine Möglichkeit der Regeneration führen auf Dauer zwangsläufig zu psychischen und physischen Erkrankungen. Immer wieder taucht dabei der Begriff „Burn-out“ auf. Doch was hat es damit eigentlich auf sich? Burn-out leitet sich vom Englischen „to burn out“ ab und bezeichnet eine besonders stark ausgeprägte beruflich oder auch familiär bedingte Erschöpfung mit stark negativen Auswirkungen für den Betroffenen. Damit wird ein Zustand der tota-

len „Ausgebranntheit“ mit psychischen und körperlichen Symptomen beschrieben, der über Wochen, bis hin zu Jahren andauern kann. Häufig wird das Burn-out-Syndrom mit dem chronischen Erschöpfungssyndrom „Chronic Fatigue Syndrome“ (CFS) verwendet. Hierbei werden die vorhandenen Beschwerden allerdings auf körperliche Ursachen wie beispielsweise chronische Infekte zurückgeführt, während sich ein klassischer „Burn-out“ vorwiegend auf psychische Ursachen wie Arbeitsüberlastung und negative Selbsteinschätzung bezieht. Das Burn-out-Syndrom ist allerdings um einiges komplexer und die Müdigkeit ist nur eines von vielen möglichen Symptomen.





### Neu: AIRNERGY „Little Atmos“

Der „L.A.“, das kleinste und jüngste Mitglied der Airnergy-Familie, wurde – 20 Jahre nach Ausgabe der ersten Airnergy-Energie-tankstellen – als Volumenmodell konzipiert und erneuert, wie schon bei den Modellen der exklusiven „Avantgarde“-Serie üblich, nach dem „Goldenen Schnitt“ konstruiert. Waldbaden für zu Hause Der neue, kleine sowie feine Waldluftgenerator für Zuhause – so genannt, weil er die Energie der gesunden Waldluft übermittelt – aus dem Hause Airnergy beinhaltet erstmals die neuartige Airnergy-Dual-Katalysatoren-Technologie und ergänzt die Vitalisatoren-Familie der traditionellen Airnergy-Modelle, die nach wie vor auch international sehr begehrt sind. Das gilt ganz besonders für die Klassiker Professional Plus und Professional Plus Kompakt, die bislang von rund 90 Prozent aller gewerblichen sowie institutionellen Einrichtungen oder anspruchsvollen Kunden gekauft wurden.

Der neue Airnergy „L.A.“ kann nun auch in vielen Sondermodellen geliefert werden – hier kann jeder sein Wunschdesign finden.

### Natur kopieren und kopieren

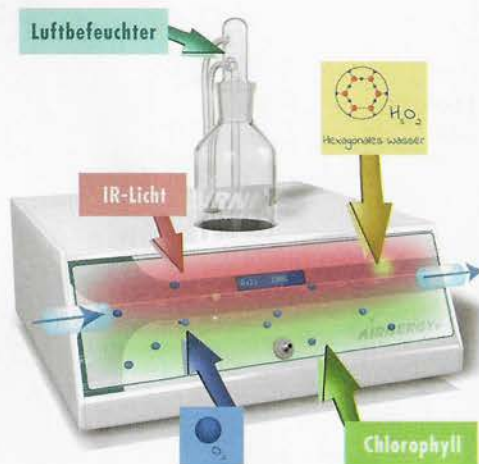
Seit über 20 Jahren beschäftigt sich das Hennefer Unternehmen „Airnergy“ mit Gesundheits-Regeneration und vor allem mit Vorsorge. Die „Demokratisierung von Prävention“ ist dabei ein besonders Anliegen von Guido Bierther und seinem Team: „Generell leben wir in einer Zeit, in dem neues Bewusstsein sowie Bewusstwerden in allerlei Bereichen stark angebracht ist. Die sogenannte ‚Vollkasko-Mentalität‘, die uns das hiesige Gesundheitswesen beigebracht hat, so dass wir denken, unser Arzt beziehungsweise unsere Krankenkasse wären allein für unsere Gesundheit sowie Vorsorge verantwortlich, ist heute nicht mehr haltbar, sofern man für seine eigene Gesundheit und in der

Familie eigenverantwortlich handeln und leben möchte. Wir denken, wir sollten wieder mehr Selbstverantwortung übernehmen.“

Nach dem Vorbild „Natur kopieren und kopieren“ ist es Airnergy gelungen, einen Sauerstoff-Vitalisator zu entwickeln, der energiearme und belastende Luft – beziehungsweise Atematmosphäre – den Prinzipien der natürlichen Fotosynthese folgend, in energiereiche und vitale Luftatmosphäre verwandelt.

Rund 21.000 Atemzüge tätigt der Mensch täglich und atmet dabei circa 15.000 Liter Luftvolumen ein, und wieder aus. Davon rund 3.150 Liter Sauerstoff. Doch Dreiviertel des so aufgenommenen Sauerstoffs atmen wir allerdings unverbraucht wieder aus. Ein Grund warum wir durch Mund-zu-Mund-Beatmung Leben retten können. Der Wasseranteil, also die Relative Luftfeuchtigkeit (RF), den wir dabei mit der Atmung aufnehmen, liegt gerade mal bei 150 Millilitern und entspricht 0,01 Prozent. Doch dieser auf den ersten Blick recht geringe Anteil hat es in sich, denn jeder Einzelne dieser drei bis vier Millimeter großen Tropfen Wasser besteht aus ungefähr 1,3 Trilliarden Wassermolekülen. Das heißt, wir atmen Tag für Tag mehrere tausend Trilliarden kleinster Wassermoleküle ein. Jedes Einzelne dieser Moleküle wirkt dabei wie eine körpereigene Batterie oder ein Akku, der den Organismus mit notwendiger Lebenskraft für den Stoffwechsel versorgt. Dieser Vorgang geschieht ganz nach dem

Vorbild der Natur, durch einen entscheidenden Prozess der Fotosynthese, dem Zusammenspiel von Sonnenlicht, dem Pflanzengrün, Luftfeuchtigkeit und atmosphärischen Sauerstoff sozusagen als Zündfunke. „Da wir den Körper nicht verändern können, verändern wir seine Atemluft“ – und das führt zu mehr Lebensqualität“, erklärt Guido Bierther, Gründer und Geschäftsführer des Gesundheitsunternehmens Airnergy.





## SPIROYAL – AIRNERGY „inside“

Gesundheit & Wellness – Dank einzigartiger und moderner Technologie liefert Spiroyal (eine Marke der Firma Airnergy) ein ausgeglicheneres Körpergefühl und ermöglicht ein jüngeres und frisches Aussehen. Sie erleben die vitalisierte Energie und Atemluft des Waldes jederzeit und überall auf Knopfdruck. Frische und vitale Atemluft, wie sie in der unberührten Natur vorzufinden ist, wird immer mehr und mehr zu einem Luxusgut. Genau hier setzt die Methode der Spirovitalisierung von Spiroyal an und bereichert die Beauty-, Spa- und Wellnessindustrie mit wohltuender Energie für Körper, Geist und Seele. Die kompakten sowie leicht zu bedienenden Vitalisatoren von SPIROYAL liefern Energie und Erholung für den Körper und sind die perfekte Ergänzung zu bewährten Beauty- und Spa-Anwendungen, Massagen, Salzgrotten, Dampfbädern und Saunen. Sie erleben Waldbaden, die vitalisierte Energie des Waldes, wie man es schon lange in Asien und besonders in Japan praktiziert, nun auch im Beautyinstitut, Spa, Wellnesshotel, Fitnessstudio oder auch zuhause.



## Der kleinste Luftkurort der Welt

Mit den kompakten und leicht zu bedienenden Airnergy-Vitalisatoren können Energie- und Vitalitätsverlust ausgeglichen und so neue Energie aufgenommen werden. „Wie die Solarzelle Energie in die Steckdose liefert, liefern unsere Geräte die neue Energie direkt in die Körperzelle.“, erläutert Guido Bierther die positive Wirkung des „kleinsten Luftkurorts der Welt“ auf unseren Organismus. Genau wie in der Natur werden bei diesem Vorgang elektrisch aufgeladene Wassermoleküle mithilfe von Sauerstoff aus der uns umgebenden Luft gelöst und so verändert, dass sie eine mehr als 2000-fach größere Wirkung auf den menschlichen Körper haben. Dabei ist die relative Luftfeuchtigkeit in unserer Atem-Atmosphäre von entscheidender Bedeutung für Vitalität und Gesundheit. Die kleinen Vitalisatoren können dazu beitragen, negative Umwelteinflüsse auszugleichen und dank der revitalisierenden Luft unsere Leistungs- und Regenerationsfähigkeit, Abwehr- sowie Selbstheilungskräfte zu steigern. Aber auch durch Burn-out, Stress, Schlafstörungen, Bewegungsmangel und ungesunde Ernährung hervorgerufene Erkrankungen werden durch die „Spirovitaltherapie“ auf sanfte Weise positiv beeinflusst. Prominente und überzeugte Airnergy-Nutzer sind unter anderem Trainer-Legenden Otmar Hitzfeld und Ewald Liener sowie Musiker Herbert Grönemeyer, der über die Anwendung selbst sagt: „Es belebt und beruhigt

zugleich“. Die Energiestationen von Airnergy gibt es in zwei Leistungsstufen und verschiedenen Ausführungen. Das Designergerät „Avant Garde“ wurde in der Bauart „cristal“ durch den European Health & Spa Award 2010 in der Kategorie „Beste technische Produktinnovation“ ausgezeichnet. Das neu auf dem Markt erhältliche Gerät „L.A. Little Atmos“ wurde 2021 als Einsteigermodell konzipiert. Zur betrieblichen Gesundheitsförderung oder zu Hause ist das „Professional Plus“ der Klassiker. Die Energieaufnahme erfolgt dabei über eine leichte Atembrille oder ein Headset. Bereits 21-minütiges Atmen mit aufbereitetem Sauerstoff dient dem Stressabbau, der Regeneration, Kondition, Konzentration sowie der Ausdauerleistung und können einen erholsamen Schlaf fördern. Dadurch kann einem Burn-out schon im Vorfeld entgegengewirkt werden.

## Probieren geht über Studieren

Die Erkenntnisse aus zwischenzeitlich Millionen von Einzelanwendungen tragen dazu bei, die stetig wachsenden und neuen Anforderungen sowie die entsprechende Produktpalette von Airnergy zu verbessern und so für jeden Anspruch, Einsatzbereich und Portemonnaie den passenden Vitalisator, aber auch die passende Finanzierung bereitzustellen. Denn, so Bierther: „Am Geld soll es weder für die Familie Zuhause noch bei der betrieblichen Gesundheitsvorsorge für die Mitarbeiter mangeln. Das leistungsstärkste Gerät

im Leasing ist schon ab 5 Euro täglich erhältlich. Weitere Kosten entstehen dabei kaum. Neben einem kleinen Filter, der etwa alle 150 Anwendungen á 21 Minuten gewechselt werden sollte, sowie ein wenig Strom und gutes Trinkwasser, welches ebenso vitalisiert wird und anschließend unterstützend getrunken werden kann, ist nichts weiter notwendig. Dabei sind die Geräte kinderleicht zu bedienen und zuverlässig.“ Dabei geht auch hier „Probieren oft über Studieren“. Bundesweit sind mehrere hundert gewerbliche Institutionen in vielen deutschen Städten registriert, bei denen man die Vitalisatoren von Airnergy ausprobieren kann.



**AIRNERGY International GmbH**

[www.airnergy.de](http://www.airnergy.de)

Tel.: +49 800 8888821 - [info@airnergy.com](mailto:info@airnergy.com)

