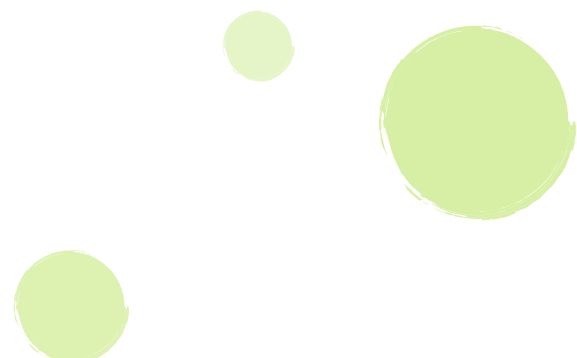




Weissdorn

Es besitzt blutdruckregulierende Eigenschaften und kann niedrigen Blutdruck erhöhen.





Weissdorn unterstützend bei Nykturie

Bei **Nykturie** könnte es sich um ein paar Themen handeln, die ineinander übergehen können:

1. Herzinsuffizienz/Herzschwäche vor allem bei älteren Menschen:

wenn das Herz schwächer wird, kann es zu Nykturie kommen, da kann unterstützend **Weissdorn 1-1-1** und/oder **Punica granatum 1-1-1** helfen.

2. Zu viel Flüssigkeit im Körper, oft mit Bluthochdruck (aHT):

wenn der Körper Wasser einlagert, kann **Orthosiphon aristatus 2-0-0** beim Entwässern helfen.

3. Blasenentzündung oder interstitielle Zystitis (Reizblase):

Bei entzündlicher oder chronisch gereizter Blase können **Curuma longa 1-1-1**, **Boswellia serrata 1-1-1** und **D-Mannose 0-0-1** Linderungen bringen.

4. Reizblase durch Nervenprobleme (neurogen):

wenn die Blase durch Nervenreize überaktiv ist, kann **Punica granatum 1-1-1** (Spitze auch beim Mann bei Prostatitis), **PEA 0-0-2** und **Mammutbaum 0-0-20** helfen.



Herz Fall nach PFO-Verschluss: Reaktionsstarre, Stufenkonzept

- Vorgeschichte: akute kardiale Krise (Tachykardie/Kammerflimmern, Lungenödem, Not-OP); seither HFrEF ~40%, Episoden oft nur über Pulsuhr erkannt; Schonung ohne Besserung.
- Hypothese: Reizleitungsstörung durch Fremdkörper/Narben; Dissoziation der Körperwahrnehmung; Stress-/Burnout-Dysregulation (Cortisol/Serotonin prüfen).
- Stufenplan: zuerst Reaktions-/Therapiestarre lösen (Aloe, Maca, Granatapfel; Aufklärung zu möglichen Erstverschlechterungen), dann herzmuskelstärkende Maßnahmen (Weißdorn, Granatapfel, Coenzym Q10, Magnesium; Verhältnis Weißdorn:Granatapfel 1:1).
- Monitoring: BNP/NT-proBNP und HRV regelmäßig; bei fehlender Besserung langfristig Transplantationsabklärung; später ggf. Herzmuskeltraining.