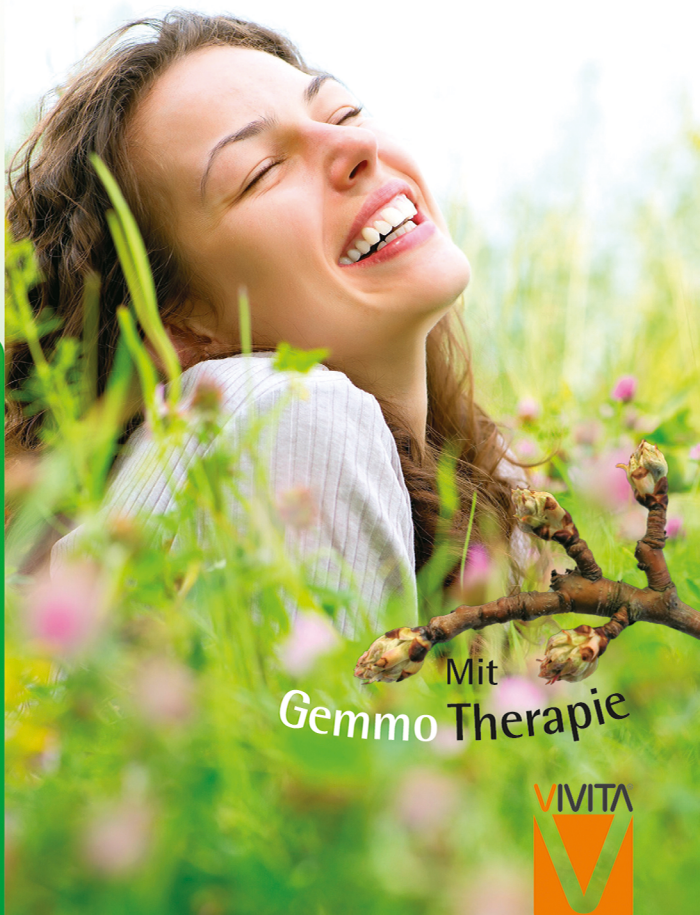


Andreas Nieswandt

heile dich

Allergien



Reihe natürlich gesund

Mit
Gemmo Therapie



Wichtiger Hinweis

Die Anleitungen, Informationen und Empfehlungen in diesem Buch sind praxiserprobt. Dennoch kann keine Garantie für die Richtigkeit des Inhaltes übernommen werden, da sich das medizinische Wissen ständig erweitert und unterschiedliche Auffassungen in Fachkreisen bestehen. Die Meinungen des Autors weichen teilweise erheblich von den an den Universitäten vermittelten Lehrmeinungen ab, werden aber von vielen ganzheitlichen Therapeuten ebenfalls beachtet. Im Zweifel und bei Erkrankungen sollten Sie immer kompetenten ärztlichen Rat einholen, den dieser Ratgeber nicht ersetzen kann.

Autor und Verlag übernehmen keine Haftung für eventuelle Schäden oder Nachteile, die aus der Anwendung der in diesem Buch beschriebenen Methoden und praktischen Hinweise erwachsen sollten.

Es sei an dieser Stelle ausdrücklich darauf hingewiesen, dass es sich bei diesem Buch weder um Werbung für die Praxis des Autors noch andere Naturheilpraxen, irgendwelche Therapieverfahren, medizinischen Geräte oder Medikamente handelt.

Alle Rechte[®] 2020 bei VIVITA[®] Verlag, 96110 Scheßlitz
www.vivitaverlag.de

1. Auflage 2020
ISBN 978-3-945181-30-0



Cover, Satz und Bildauswahl: André Hammon, QuarkXPress Artwork
Lektoriat/Satzkorrekturen: Angelika May, QuarkXPress
Bilduntertitel: Andreas Nieswandt

Titelbild: 123rf.com, Bildnr.: 14193544, Urheber: Subbotina

Druck: Westermann, Zwickau auf FSC-Papier
aus nachhaltiger Forstwirtschaft



Das Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwendung ohne Zustimmung des Verlages
ist unzulässig und strafbar.

8	Definition
10	Allergienachweis
12	Symptome
14	SYMPTOMLISTEN
24	Das menschliche Energiesystem
28	Die Vorbereitung auf die Selbstbehandlung
29	STOFFE SAMMELN
35	ALLERGIETESTEN MIT DEM FINGERTEST
37	ALLERGIETESTEN MIT DEM KINESIOLOGISCHEN MUSKELTEST
38	BEVOR SIE MIT DER SELBSTBEHANDLUNG BEGINNEN

Selbstbehandlungsmethoden 40

DIE PSYCHOLOGISCHE UMKEHRUNG	40
AKUPUNKTURPUNKTKLOPFEN	43

Unterstützende Therapieverfahren 52

SCHÜSSLER-SALZE	52
HOMÖOPATHIE	57
KOMPLEXHOMÖOPATHIE	61
GEMMOTHERAPIE	66
ALLERGIEHEILKOST	77
LEBER-, NIEREN- UND GALLENBLASENREINIGUNG	84

Nachwort 90

ÜBER DEN AUTOR	92
BILDNACHWEIS	93

Definition

Allergie ist eine Überempfindlichkeitsreaktion des Immunsystems auf einen ansonsten harmlosen Stoff.

Der Körper reagiert demnach zu stark auf eher gewöhnliche Reize. Dabei entwickelt der Körper verschiedene Symptome, die mild aber auch schwerwiegend oder sogar lebensbedrohlich verlaufen können.

Allergien können innerhalb einer gewissen Saison auftreten wie z.B. beim Heuschnupfen oder ganzjährig wie z.B. bei einer Allergie gegen Hausstaubmilbenkot.

Es gibt hunderte von Stoffen, die eine Allergie auslösen können und zu unterschiedlichsten Symptomen führen. Allergien stehen sogar im Verdacht, viele verschiedene chronische Krankheiten auszulösen.

Hier eine Liste mit Symptomen, die Ihnen aus Ihrer Leidensgeschichte vielleicht bekannt sein werden:

Eine allergische Reaktion auf Pollen kann zu den Symptomen eines weit bekannten Heuschnupfens führen mit laufender, juckender Nase und Niesattacken. Aber auch eine Bindehautentzündung (Konjunktivitis) kann als Folge einer Pollenallergie auftreten.

Betrifft die allergische Reaktion die Atemwege, kann schon von Kindesbeinen an Asthma mit Atemnot bis hin zu Panikattacken entstehen.

Die Haut kann im Falle einer allergischen Reaktion massiv jucken, so dass der Betroffene sich im schlimmsten Fall wund kratzt. Es kann sich eine Neurodermitis entwickeln oder ein Kontaktekzem (gerötete, trockene Haut bei Kontakt mit gewissen Stoffen, wie z.B. die berühmten Putzfrauenhände).

Reagieren die inneren Schleimhäute allergisch, kann es zu Reaktionen des Verdauungstraktes kommen mit verschiedenen Symptomen wie Durchfall oder Erbrechen.

Bekannt ist auch der anaphylaktische Schock, dem schon manch ein Mensch zum Opfer gefallen ist.

Häufig entwickeln sich auf Grundlage einer Allergie weitere Allergien. So ist der Patient anfangs vielleicht nur gegen gewisse Gräser allergisch, aber im Laufe der Zeit kommt zusätzlich eine weitere Allergie z.B. auf Birkenpollen hinzu oder ein Heuschnupfen entwickelt sich hin zu Asthma.

Bei Säuglingen hat man übrigens beobachtet, dass anfängliche allergische Reaktionen auf Nahrungsmittel sich bis zum fünften Lebensjahr durch Gewöhnung auflösen können. Aus Sicht der Naturheilkunde ist dies möglich, weil sich der Darm durch eine ausgeglichene Besiedelung mit Bakterien regenerieren kann. Dies zeigt auch die geradezu überragende aber häufig unterschätzte Bedeutung des Darms im Kampf gegen Allergien. ↑

Allergienachweis

Es gibt verschiedene Tests, um Allergien nachzuweisen. Standardmäßig wird bei Verdacht auf Allergien die Reaktion der Haut auf verschiedene Stoffe geprüft. Dabei werden die vermuteten Allergene mit der Haut in Kontakt gebracht, es wird eine definierte Zeit abgewartet und dann in Augenschein genommen, ob eine Hautreaktion wie Rötung oder Bläschenbildung stattgefunden hat.

Bei Heuschnupfen können aber auch die vermuteten Auslöser als Allergenextrakt in die Nase gesprüht werden. Anschließend wird die Schwellung der Nasenhaut gemessen.

Bei Asthma wird ein Allergenextrakt inhaliert und anschließend eine Lungenfunktionsprüfung durchgeführt.

Des Weiteren gibt es verschiedene Bluttests, um eine mögliche Reaktion auf Allergene festzustellen, wobei man damit nicht die Heftigkeit einer Reaktion bestimmen kann.

Studien belegen, dass die Zahl der an Allergien Erkrankten in den letzten Jahrzehnten zugenommen hat. Die Forschung nach Ursachen ist bisher recht unbefriedigend verlaufen.

In der Naturheilkunde hat sich der kinesiologische Muskeltest als sehr genaues Testinstrument herausgestellt, um Unverträglichkeiten auf Substanzen festzustellen. Dieses Verfahren werden Sie in diesem Buch kennenlernen, so dass Sie selbst Ihre Reaktionen auf Substanzen überprüfen können. ↑

Symptome

Es scheint unglaublich, aber Allergien können sich in hunderten von Symptomen ausdrücken und in zahlreichen Krankheiten münden, von denen man nie auf einen Zusammenhang zu einer möglichen Allergie schließen würde.

Behandelt man bei einem Patienten seine Allergien, verschwinden häufig auch Symptome, wie ich sie auf den folgenden Seiten aufzähle. In diesem Sinne sind viele Symptome möglicherweise als eine Begleiterscheinung auf eine Reaktion auf einen fremden Stoff zu verstehen.

Beobachten Sie sich deshalb selbst, ob Sie an dem einen oder anderen Symptom leiden, und behandeln Sie in den kommenden Wochen Ihre Allergien wie in der Anleitung empfohlen. Gehen Sie anschließend wieder die Liste mit den Symptomen durch. Wahrscheinlich werden Sie feststellen, dass sich in der Zwischenzeit manch ein Symptom regelrecht in Luft aufgelöst hat.

Die in der folgenden Liste genannten Symptome sind als allergiebedingt wissenschaftlich bewiesen. Beachten Sie jedoch bitte, dass hinter den Symptomen auch andere Grunderkrankungen verborgen sein können.

Dennoch – erst wenn Sie Ihre Allergien behandelt

haben, werden Sie wissen, ob Ihre Symptome allergiebedingt sind. Vorgehensweise:

LESEN SIE sich die alle Listen durch!

TRAGEN SIE bei jedem Symptom, an dem Sie leiden, das aktuelle Datum ein.

BEWERTEN SIE das Symptom mit den Ziffern 0 bis 3.

0 für keine Symptome

1 bedeutet wenig belastend

2 bedeutet mittelstarke Belastung und

3 bei schwerer Belastung durch das Symptom.

Beginnen Sie dann konsequent mit der Allergiebehandlung. Dazu klopfen Sie im Kontakt mit dem Allergen verschiedene Akupunkturpunkte ab und nehmen zusätzlich zur Unterstützung das eine oder andere im Buch beschriebene naturheilkundliche Mittel ein. Kehren Sie in drei bis sechs Monaten zu dieser Liste zurück und gehen Sie wieder die Symptome durch. Wahrscheinlich werden Sie feststellen, dass sich einige Symptome bereits aufgelöst haben oder sich zumindest wesentlich verbessert haben.

Am Ende der folgenden Symptomlisten können Sie mittels QR-Code die Listen kostenfrei herunterladen.

Selbstbehandlungsmethoden

Die psychologische Umkehrung

Im Folgenden arbeiten wir mit einem abgewandelten System aus der Kinesiologie, einem therapeutischen Verfahren, das bei vielerlei Beschwerden angewendet werden kann.

Eine Behandlung kann vom Unterbewusstsein blockiert werden, wenn es sich aus irgendwelchen Gründen wünscht, die Allergie zu behalten oder sogar zu verschlimmern. Dies nennt man eine psychologische Umkehrung. Für eine erfolgreiche Allergiebehandlung muss diese psychologische Umkehrung aufgelöst werden.

GEHEN SIE DAZU WIE FOLGT VOR:

Trinken Sie zuerst ein Glas Wasser. Wählen Sie eine Substanz für Ihre erste Allergiebehandlung aus – vielleicht eine, auf die Sie nicht so stark reagieren. Bringen Sie diese Substanz auf der Allergiezone unterhalb des Bauchnabels an.

Anschließend legen Sie Ihre linke Hand mit dem Handrücken nach oben auf Ihren Oberschenkel. Mit Zeige-, Mittel- und Ringfinger der rechten Hand klopfen Sie jetzt die Rille zwischen den Sehnen des kleinen Fin-

gers und des Ringfingers fest aber nicht schmerzhaft ab (s. Abbildung 2).

Sagen Sie sich dabei dreimal je Punkt folgenden Satz laut vor:

Ich liebe und akzeptiere mich von ganzem Herzen mit all meinen Problemen, Unzulänglichkeiten und dieser ... Allergie. Setzen Sie an dieser Stelle die Allergie ein, z.B. Pollenallergie. Sie können den Satz auch an Ihre Bedürfnisse anpassen.



ABBILDUNG 6: KLOPFEN SIE DEN ABGEBILDETEN UMKEHRPUNKT ZWISCHEN DEN SEHNEN VON RINGFINGER UND KLEINEM FINGER AB

Wiederholen Sie dieses Vorgehen mit der rechten Hand und klopfen Sie dieselbe Rinne der rechten Hand ab, wobei Sie den obigen Satz dreimal wiederholen.

Das Schöne an diesem Verfahren ist, dass Sie keinen Aufwand betreiben müssen, um Ihre psychologische Umkehrung zu erforschen, sondern Sie können diese mit dem Umkehrverfahren sofort positiv beeinflussen und verändern.

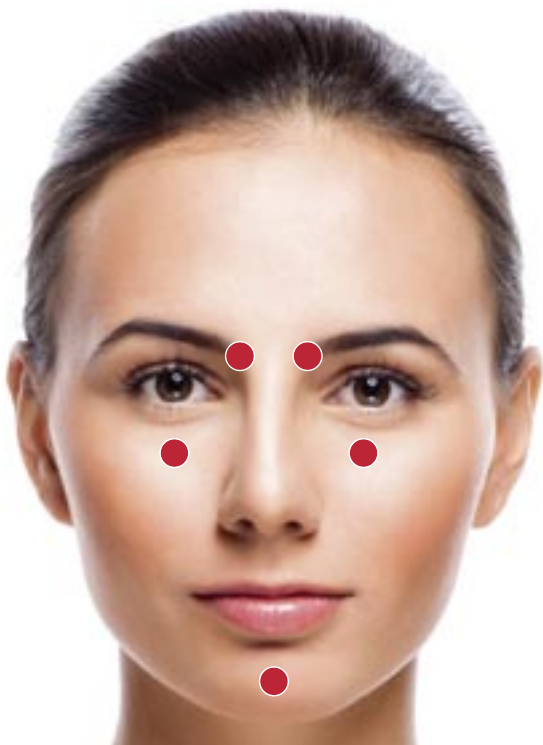


ABBILDUNG 7: DARSTELLUNG DER KLOPFPUNKTE IM GESICHT FÜR DIE ALLERGIEBEHANDLUNG

Nachwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

wenn Sie bis hierher gelangt sind, haben Sie zum Thema der alternativen und naturheilkundlichen Therapie von Allergien ein effektives Verfahren und zahlreiche naturheilkundliche Medikamente kennengelernt.

Vielleicht wissen Sie im Moment nicht, wo Sie anfangen sollen, wenn Sie Ihre Allergien in den Griff bekommen wollen.

Ich empfehle erst einmal, für eine begrenzte Zeit die Ernährung umzustellen und in diesem Zeitraum die im Buch geannaten Gemmomazerate einzunehmen. Zahlreiche Patienten haben mir berichtet, dass sie bereits damit Linderung bei vielen Symptomen erlangt haben.

Zeitgleich können Sie anfangen, die im Buch vorgestellten Akupunkturpunkte zu klopfen und so Ihre Lebensqualität zurückzugewinnen. Dieses Verfahren wirkt in der überwiegenden Anzahl der Fälle äußerst effektiv.

Ich würde mich freuen, wenn Sie mir zu dieser Selbsthilfemethode Erfolgsberichte senden und somit die Verbreitung dieser Methode zum Nutzen leidender Menschen unterstützen.

Ich wünsche Ihnen auf Ihrem Weg zur Gesundheit viel Erfolg,

Ihr Andreas Nieswandt, Düsseldorf 2020

Email: info@praxis-nieswandt.de



Andreas Nieswandt, Jahrgang 1964, Heilpraktiker, Ingenieur und Buchautor, leitet seit 2004 eine eigene Praxis für Naturheilkunde in Düsseldorf. Seine In-

tention ist es, Menschen die Vielfalt der Naturheilkunde durch Fernsehinterviews, Artikel und Bücher zugänglich zu machen und so einen Beitrag zum Erhalt und zur Förderung der Gesundheit der Menschen zu leisten.

Naturheilpraxis Andreas Nieswandt

Cannstatterstr. 5, 40593 Düsseldorf

☎ info@naturheilpraxis-nieswandt.de

🌐 www.praxis-nieswandt.de

Bildnachweis/Bildrechte

S. 25	Abbildung 1	123rf , Nr. 70228607
S. 27	Abbildung 2	pixabay , Pezibear
S. 35	Abbildung 3	VIVITA, Alex Richter
S. 36	Abbildung 4	123rf , Nr. 5092030
S. 38	Abbildung 5	Klaus Wienert, licht- gesundheit-energie.de
S. 41	Abbildung 6	123rf , Nr. 39704534
S. 42	Abbildung 7	123rf , Nr. 41242738
S. 44	Abbildung 8	123rf , Nr. 18630592
S. 45	Abbildung 9	123rf , Nr. 39704534
S. 46	Abbildung 10	123rf , Nr. 107873660
S. 47	Abbildung 11	123rf , Nr. 29470485
S. 48	Abbildung 12	123rf , Nr. 36731734
S. 51	Abbildung 13	pixabay , stux
S. 53	Abbildung 14	Produktbilder der Firmen DHU und Nestmann
S. 59	Abbildung 15	123rf , Nr. 29207286
S. 67	Abbildung 16	Peter Garstenauer Phytopharma GmbH
S. 69	Abbildung 17	Peter Garstenauer Phytopharma GmbH
S. 75	Abbildung 18	Peter Garstenauer Phytopharma GmbH
S. 78	Abbildung 19	123rf , Nr. 33942968
S. 89	Abbildung 20	pixabay , Hans Braxmeier

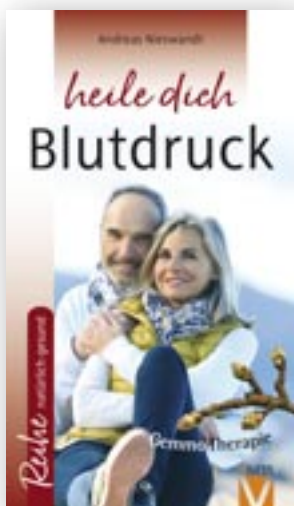
WEITERE BÜCHER DES AUTOREN MIT KOMPLEMENTÄRMEDIZINISCHEM ANSATZ

Andreas Nieswandt

Blutdruck

VIVITA 2021, 1. Auflage, 96 S.

ISBN 978-3-945181-31-7, 15 €



Andreas Nieswandt

Virensicher

VIVITA 2020, 1. Auflage, 96 S.

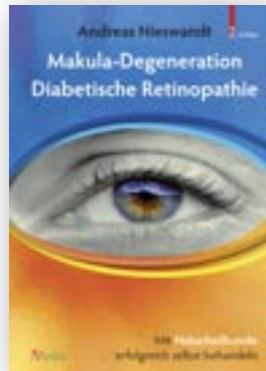
ISBN 978-3-945181-32-4, 15 €

Andreas Nieswandt
**Grüner Star, Grauer Star,
 Trockenes Auge**
 VIVITA 2019, 2. Auflage, 128 S.
 ISBN 978-3-9812520-3-3, 20 €



Andreas Nieswandt
Heile deine Augen
 VIVITA 2015, 3. Auflage, 224 S.
 ISBN 978-3-9812520-8-8, 19,80 €

Andreas Nieswandt
**Makuladegeneration,
 Diabetische Retinopathie**
 VIVITA 2014, 1. Auflage, 96 S.
 ISBN 978-3-9812520-2-6, 16,90 €





Andreas Nieswandt, Jahrgang 1964, Heilpraktiker, Ingenieur und Buchautor, führt seit 2004 eine eigene Praxis für Naturheilkunde in Düsseldorf. Seine Intention ist es, Menschen die Vielfalt der Naturheilkunde durch Fernsehinterviews, Artikel und Bücher zugänglich zu machen und so einen Beitrag zum Erhalt und zur Förderung der Gesundheit der Menschen zu leisten.

Nie zuvor gab es so viele Allergiker, Asthmatiker und Patienten mit Neurodermitis wie heute. Die bekannten Behandlungsmethoden veranlassen viele Betroffene, sich auf einen Behandlungsmarathon einzulassen, mit dem nur in Ausnahmefällen Heilung erzielt wird.

Der Heilpraktiker Andreas Nieswandt fasst in seinem neuen Buch zahlreiche Selbsthilfe-Methoden der Alternativmedizin sowie Medikamente aus der Naturheilkunde zusammen, die nach seiner Beobachtung aus der medizinischen Praxis Menschen geholfen haben, ihre Allergien zu lindern und oftmals zu besiegen.

- ... Allergiebehandlung mit Akupunkturpunktklopfen*
- ... Gemmotherapie*
- ... Schüßlersalze*
- ... Homöopathie und Komplexhomöopathie*
- ... Allergieheilkost*
- ... Leber-, Nieren- und Gallenblasenreinigung*

Alle vorgestellten Verfahren sind zur eigenen Anwendung konzipiert und ausführlich beschrieben, die dem Leser ermöglichen, seine Allergien unterstützend selbst zu behandeln.

ISBN 978-3-945181-30-0

www.vivita-verlag.de 2020

96 S., 4-farbig, 13 Tab., 20 Abb.

€ 15,00

