



## Schlaf ist für das Immunsystem lebenswichtig

Von *mediportal-online*

Erstellt am 22 Mai 2019 - 10:46

Bioresonanz-Redaktion erläutert, weshalb Schlafmangel fatale Folgen haben kann, wie Schmerzsyndrome, Allergien, Autoimmunerkrankungen und vieles mehr.

Lindenberg, 22. Mai 2019. Schon kurzzeitiger Schlafentzug führt zu schwerwiegenden Konflikten im Immunsystem und fördert chronische Erkrankungen. Das haben Wissenschaftler bestätigt. Die Bioresonanz-Redaktion stellt die wichtigen Zusammenhänge vor.

Mangel an Schlaf ist zum Alltag geworden

Viel Arbeit, viel Stress und wenig Schlaf, das ist für viele Menschen heute alltäglich. Andere verzichten freiwillig auf den Schlaf und feiern lieber öfters die Nacht hindurch. Wieder andere würden gerne schlafen, werden aber durch Schlafstörungen davon abgehalten. Die Herausforderungen unseres modernen Lebens lassen den Schlaf häufig zu kurz kommen. Mit fatalen Folgen, wie Wissenschaftler herausgefunden haben.

Die Wissenschaft zum Thema Schlaf und Immunsystem

Schon ein kurzer Schlafentzug beeinträchtigt die Funktion unserer T-Zellen, so die Forscher der Universitäten Tübingen und Lübeck (Quelle: Informationsdienst Wissenschaft (idw) (<https://idw-online.de/de/news710464> [1])). Damit werden ausgerechnet diejenigen Zellen unseres Immunsystems gestört, die für die Abwehr von Krankheitserregern zuständig sind. Das Dramatische an dem Ergebnis der Studie ist, dass schon ein kurzer Schlafentzug von wenigen Stunden ausreicht, um das System ins Wanken zu bringen. Gut vorstellbar, welche Folgen das hat bei vorbelasteten Menschen.

Fatale Folgen für das Immunsystem

Wird das Immunsystem auf diese Weise immer wieder oder sogar dauerhaft behindert, hat es das Gleichgewicht in unserem körpereigenen Milieu nicht mehr im Griff. Konflikte im Milieu der Mikroorganismen, wie beispielsweise bei Herpesviren, können dann schwerwiegende Folgen haben, wie die Bioresonanz-Redaktion in einem Beitrag berichtet ( Wenn das Immunsystem mit Herpes in Konflikt gerät (<https://www.bioresonanz-zukunft.de/wenn-das-immunsystem-mit-herpes-in-ko...> [2])). Insbesondere in dem Konflikt zwischen T-Zellen und Herpesviren können daraus chronische Erkrankungen, wie Schmerzsyndrome, Allergien, Autoimmunerkrankungen und vieles mehr resultieren, heißt es dort.

Der Rat der Bioresonanz-Redaktion

Es kann daher nur geraten werden, einen Schlafmangel nicht auf die leichte Schuler zu nehmen. Vielmehr geht es darum, dem Schlafbedürfnis im Biorhythmus genügend gerecht zu werden. Und wer unter Schlafstörungen leidet, sollte dem auf den Grund gehen. Ansonsten drohen langfristig gesundheitliche Risiken.

Hinweis: Ein Schlafmangel ist nur einer von zahlreichen Faktoren, die das Immunsystem beeinträchtigen können. Welche weiteren Faktoren das sind und welche Lösungsmöglichkeiten es gibt, wird in dem Buch "Der Trick mit dem Immunsystem" (<https://immunsystem.mediportal-online.eu/> [3]) ausführlich beschrieben.



Wichtiger Hinweis: Die Bioresonanz gehört in den Bereich der Erfahrungsmedizin. Die klassische Schulmedizin hat die Wirkung bioenergetischer Schwingungen weder akzeptiert noch anerkannt. Die dargestellten Zusammenhänge gehen deshalb teilweise weit über den aktuellen Stand der Wissenschaft hinaus.

Die Redaktion von [www.bioresonanz-zukunft.de](http://www.bioresonanz-zukunft.de) [4] veröffentlicht regelmäßig aktuelle Informationen über die Bioresonanz. Von den Hintergründen bis hin zu den Anwendungsmöglichkeiten, mit zahlreichen Erfahrungsberichten direkt aus den anwendenden Praxen. Aber auch zu den Fortschritten in der Wissenschaft.

### Kontakt

bioresonanz-zukunft, M+V Medien- und Verlagsservice Germany UG (haftungsbeschränkt)

Michael Petersen

Ried 1e

88161 Lindenberg

01714752083

[kontakt@mediportal-online.eu](mailto:kontakt@mediportal-online.eu) [5]

<https://www.bioresonanz-zukunft.de/> [6]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 22:15):** <http://medkom24.eu/node/24021>

### Links:

[1] <https://idw-online.de/de/news710464>

[2] <https://www.bioresonanz-zukunft.de/wenn-das-immunsystem-mit-herpes-in-konflikt-geraet/>

[3] <https://immunsystem.mediportal-online.eu/>

[4] <http://www.bioresonanz-zukunft.de>

[5] <mailto:kontakt@mediportal-online.eu>

[6] <https://www.bioresonanz-zukunft.de/>