

# Sauerstoff in der Gesundheitsvorsorge

Die Wirkung der SMT ist nicht an bestimmte Krankheiten gebunden. Jeder Gesunde kann durch eine Sauerstoff-Mehrschritt-Anwendung für seine Gesundheit, seine Vitalität, seine Leistungskraft und sein Wohlbefinden profitieren.

Vorsorgen mit Sauerstoff ist also ein wertvoller Beitrag, um gesund, vital und leistungsfähig zu bleiben. Je regelmäßiger, desto wirkungsvoller.

- Sauerstoff kann die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit bei starkem Dauerstress und im höheren Lebensalter stärken.
- Sauerstoff kann Sie unterstützen, Konzentrationschwächen und nachlassender Merkfähigkeit entgegenzuarbeiten.
- Sauerstoff kann Ihnen helfen, Befindlichkeitsstörungen im höheren Lebensalter zu mildern.
- Sauerstoff kann Sie unterstützen, natürliche Abwehrkräfte zu mobilisieren.

Sauerstoff kann seine Kraft für Energie nur dann voll entfalten, wenn ausreichend Vitalstoffe verfügbar sind.

Vitalstoffe, das sind vor allem Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Enzyme sowie essentielle Amino- und Fettsäuren, wirken bei der Energieproduktion im Körper in erster Linie als „Zünd“- und Regelstoffe. Deshalb ist ihre zusätzliche Zufuhr bei Sauerstoff-Mehrschritt-Anwendungen unverzichtbar.

**Prof. von Ardenne®**

Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie

Bestell-Nr. Prospekt: MR-WM-54 • Technische Änderungen vorbehalten.

# SMT HILFT

bei vielen Krankheiten  
und Beschwerden.



**Prof. von Ardenne®**

Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie

# Warum ist Sauerstoff so wichtig?

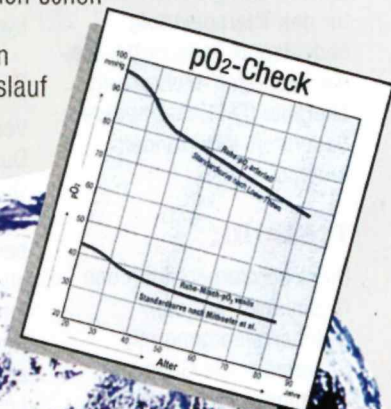
Für alle Lebensvorgänge in unserem Körper wird Energie benötigt. Deshalb sind auch Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden an ein hohes Energiepotential gebunden.

*Nur wenn genügend Sauerstoff vorhanden ist, kann unser Körper aus Nährstoffen optimal Energie gewinnen.*

Weil wir Sauerstoff nicht speichern können, sind wir lebenslang auf eine kontinuierliche Zufuhr angewiesen. Dies geschieht mit Hilfe der Atmung aus der Umgebungsluft. In der Lunge tritt der Sauerstoff in das Blut über und wird durch das Herz-Kreislauf-System an Gewebe und Organe herangeführt. Feinste Blutgefäßaufzweigungen (Kapillaren) verteilen den Sauerstoff an die Zellen, in denen durch biologische Oxidation energiereiche Stoffe entstehen.

## Fehlt Sauerstoff, fehlt auch Energie.

Mit zunehmendem Alter nehmen wir weniger Sauerstoff auf, weil sich schon natürlicherweise die Leistungsfähigkeit von Lunge, Herz und Kreislauf verringert.



## Wie zeigen sich Sauerstoff-Defizite?

Wenn Sie sich müde, abgeschlagen, lustlos und schlapp fühlen, es Ihnen schwerfällt, sich zu konzentrieren oder Sie fast alles aufregt, wenn Sie spüren, dass Sie ein Gefühl der Kraftlosigkeit und des Leistungsabfalls verinnerlicht, immer dann können erste spürbare Anzeichen für beginnende Sauerstoff-Defizite vorliegen.



Außerdem vergrößert sich die Anfälligkeit gegenüber Krankheiten. Ist der Sauerstoffmangel ausgeprägter, stellen sich sauerstoffmangelbedingte Schmerzen ein, z. B. bei Durchblutungsstörungen des Herzens („Angina pectoris“).

## Sauerstoff- und Energiedefizite sind die Ursache für eine Reihe von Erkrankungen.

Ob genügend Sauerstoff aufgenommen wird, kann der Arzt durch Messung des Sauerstoff-Druckes feststellen.

**Prof. von Ardenne®**

Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie



# Von Ardenne® Sauerstoff Mehrschritt-Therapie

Die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie (SMT) beruht auf Erkenntnissen des Dresdner Physikers Prof. Manfred von Ardenne (1907 – 1997). Er konnte belegen, dass tägliche Sauerstoff-Inhalationen, die über einen bestimmten Zeitraum (z. B. 10 Tage) durchgeführt werden, die Sauerstoffversorgung der Gewebe verbessern.

Es kommt dabei zu einer Verstärkung der zuvor verringerten Mikrozirkulation in den kleinsten Blutgefäßen des Organismus, die über Wochen bis Monate bestehen bleiben kann („Hochschaltung der Mikrozirkulation“).

Es sind drei gleichermaßen für den Therapieerfolg bedeutsame Teilschritte, die die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie (SMT) von anderen Sauerstoff-Inhalationen unterscheidet:

## 1. Schritt:

Dient der Vorbereitung des Organismus auf die Optimalversorgung mit Sauerstoff. Die Gabe von Vitaminen, Mineralstoffen

(z. B. Magnesium), Spurenelementen (z. B. Zink und Selen) und Vitalstoffen (z. B. Coenzym Q-10, L-Carnitin) erhöht die zelluläre Sauerstoffaufnahme und sichert eine energetisch orientierte Sauerstoff-Verwertung. Zusätzlich kann das Immunsystem stimuliert werden (z. B. Thymus- oder Mistelpräparate).

## 2. Schritt:

Inhalation (Einatmen) von hochkonzentriertem Sauerstoff. Der 90%ige Sauerstoff wird zur Verstärkung der Wirkung durch ein Spezialgerät (Ionisator) zusätzlich aktiviert (ionisiert). Die Inhalation erfolgt über hygienische Einwegmasken.

## 3. Schritt:

Verbesserung der Durchblutung des Gesamt-Organismus durch Bewegungsübungen (auch bei „Ruhe“-Anwendungen alle 8 – 10 Minuten im Intervall) bzw. Anregung der Hirndurchblutung durch geistige Tätigkeiten (z. B. Lesen).



# SMT HILFT



Prof. Manfred v. Ardenne  
1907 - 1997

## bei einer Vielzahl von Krankheiten und Beschwerden

**Prof. von Ardenne gilt als einer der bedeutendsten Wissenschaftler unserer Zeit und seine Arbeit war durch eine bemerkenswerte Vielseitigkeit mit hoher Praxisrelevanz charakterisiert.**

**Den wohl höchsten Bekanntheitsgrad erreichte Prof. Manfred von Ardenne durch die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie (SMT), die sich in den letzten Jahren als anerkanntes, praxiserprobtes und wirksames Naturheilverfahren etabliert hat.**

### **In der Arztpraxis wird die SMT wie folgt durchgeführt.**

An 10 aufeinanderfolgenden Tagen wird täglich 30 Minuten lang ionisierter Sauerstoff über eine Inhalationsmaske eingeatmet.

Inhalationspausen am Wochenende sind zulässig. Während der Inhalation werden leichte Bewegungsübungen durchgeführt.

Auf der Grundlage einer Vielzahl vorliegender Ergebnisse und Erfahrungen ist die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie besonders für folgende Anwendungsbereiche (Indikationen) geeignet:

- ▶ Verbesserung der Durchblutung bei allen Formen von Durchblutungsstörungen.
- ▶ Herzrhythmusstörungen.
- ▶ Verbesserung der Sauerstoff-Aufnahme bei verschiedenen Lungen- und Bronchialerkrankungen (z. B. Asthma bronchiale).
- ▶ Störungen der Blutdruckregulation, insbes. Bluthochdruck.
- ▶ Milderung der Folgen der konventionellen Krebstherapie (Operation, Bestrahlung, Chemotherapie) einschließlich Unterstützung dieser Therapieformen in ihrer Wirksamkeit.
- ▶ Herabsetzung der Anfälligkeit gegenüber Krankheiten (Vorsorge), Stärkung des körpereigenen Abwehrsystems.
- ▶ Risikosenkung vor Operationen, Beschleunigung der Genesung nach Krankheiten bzw. der Wundheilung.
- ▶ Minderung von Ohrgeräuschen (Tinnitus) bei Mikrozirkulationsstörungen im Innenohr.
- ▶ Verbesserung der Sehleistung bei Netzhauterkrankungen (Retinopathien).
- ▶ Migräneide Kopfschmerzen / Clusterkopfschmerz.

**Prof. von Ardenne®**

Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie