

Revolution inom sportområdet: biofotoner för regenerering

Heidi Kühnert

Efter en ansträngning behöver människokroppen vila och regenerering. Under denna tid tar organismen bl.a. hand om reparation av fina muskelstrukturer som skadades under träningen. För att styra reparationerna så lämpligt som möjligt, kräver våra kroppar framför allt information, vart skadorna exakt har inträffat. Vi utgår idag från att sådan information och kommandon överförs i våra kroppar av så kallade biofotoner. Dessa små lätta partiklar detekterades i Tyskland för mer än 30 år sedan av biofysikern Fritz-Albert Popp i människokroppen. Den för organismen så viktiga informationsöverföringen klarar biofotonerna av i ljusets hastighet. Genom deras hjälp kan våra kroppar bilda cirka 10 miljoner nya celler per sekund på rätt plats. Biofotonerna stöder därmed friktionsfritt regenereringsprocessen i våra kroppar.

I sin naturläkemedelspraktik undersökte författaren, sedan 20 år passionerad naturläkare och utvecklare av fotonbädden Galago, om amatöriddrottare kan dra nytta av en extra upptagning av biofotoner efter träningen. Vid testerna togs blodprover från amatöriddrottarna före och efter deras individuella träning (t.ex. tennis, löpning eller cykling). Efter två timmar regenerering utfördes en ny kontroll av blodvärdena. Tidigast 48 timmar efter den första belastningen upprepades proceduren, med skillnaden, att amatöriddrottarna nu regenererades efter träningen en timme på fotonbädden Galago. Resultaten var förbluffande. Regenereringen skedde betydligt snabbare än förväntat:

- Enzymet laktatdehydrogenas (LDH) var två timmar efter träningen i normalområde, i kontrollgruppen utan biofotoner skedde en ökning med 100 procent.
- Det akuta värdet för kreatinkinasa (CK), som uppvisar en skada på muskulaturen, sjönk utomordentligt snabbt, trots att en ökning registrerades efter träningen utan biofotoner.
- Värdet för det C-reaktiva proteinet (CRP) ökade inte efter användning av fotonbädden Galago.

Elitiddrottare i testet

De positiva resultaten hos amatöriddrottare leder till frågan, hur skulle ett sådant test se ut hos elitiddrottare. För den planerade undersökningen av elitiddrottare fick författaren stöd av sportledaren Jochen Behle från hessischen Ski-Verbands (HSV) - skidförbundet i Hessen, samt från Torald Rein, landstränaren för längdskidåkning hos HSV. Totalt genomgick sex unga idrottare från HSV två testfaser med ett avstånd på 14 dagar. Deras förbelastning under de tre dagarna innan testet var hög, dock inte extrem. Dessutom fastställdes innan den första testfasen idrottarnas blodvärden. Därefter klarade de av deras vanliga uthållighetsträning. Direkt efter träningspasset samt efter en två timmars regenereringstid, som också klarades av som vanligt, kontrollerades blodvärdena från atleterna en gång till. Under den andra testfasens regenereringstid, 14 dagar senare, slappnade nu idrottarna av i en filt med integrerad kvartsull, uppladdad med fotonenergi, och som drar åt sig fotoniserat vatten. Specifikt fastställdes följande resultat:



- Hos alla sex deltagare förbättrades regenereringsområdet för kreatinkinasa (CK) i genomsnitt med 8 procent.
- Hos fyra provdeltagare optimerades njurutsöndringen med 11 procent.
- Hos hälften av deltagarna kunde en förbättring av hjärtmuskelvärdet (CK-MB) fastställas i genomsnitt med 15 till 20 procent.
- Hos de tre provdeltagarna ändrades regenereringsområdet för enzymet laktat-dehydrogenas (LDH) i steg på 13 procent till det positiva.
- Hos två deltagare förbättrades regenereringen av urinsyra med ca. 7 procent.

Facit

Resultaten får oss att förmoda, att ett stöd och optimering av regenereringen genom biofotoner hos hobby- och elitiddrottare är möjlig. Längd och intensitet vid användning av biofotoner spelar då troligen en betydande roll. Dessutom visade det sig att idrottare, som under vilopausen använde sig av en kombination av fotonfilt och fotoniserat vatten, kunde uppnå de bästa regenereringsresultaten i elitiddrottargruppen. Det högsta regenereringsvärdet kunde dock fastställas efter användning av fotonbädden. I nästa steg skall det undersökas, hur långt regenereringen förändras, efter att elitiddrottare har sovit en natt på fotonfilten. Dessutom planeras redan för 2015 ett större välgörenhetsarrangemang, där vi kommer att fortsätta med testserien. Det kommer att bli spännande, och vi kommer att rapportera.

Författare
Heidi Kühnert, naturläkare Sichelstrasse
32 k, 44229 Dortmund
E-Mail: kontakt@naturerlichfit.info

Ytterligare information får du även från www.lichtdeslebens.de