

Medizin-Nobelpreis für Hypoxieforschung Nutzen auch Sie die Vorteile des MITOVIT Hypoxietrainings

***Das im Profisport angewandte Höhenttraining - jedoch völlig entspannt
mit Intervall Hypoxie Hyperoxie Training (IHHT)***

Die Wissenschaftler William Kaelin, Gregg Semenza und Peter Ratcliffe erhielten 2019 den Medizin-Nobelpreis für die Entdeckung der molekularen Mechanismen, die Zellen ermöglichen, den Sauerstoffgehalt zu messen und zu erkennen, wann Anpassungsreaktionen notwendig werden. Vor allem die Hypoxie trage dazu bei, dass positive Reaktionen stattfinden, die dem Körper dabei helfen, alle Organe und Organsysteme mit ausreichend Sauerstoff zu versorgen.

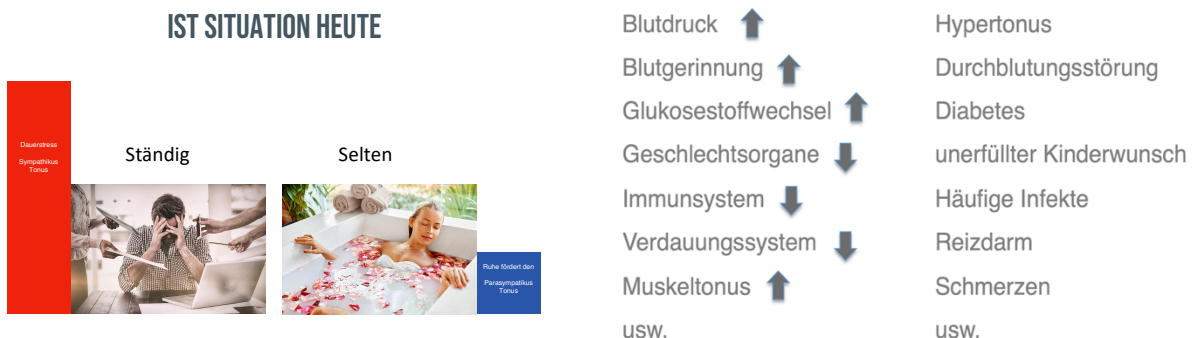


MITOVIT Hypoxietraining (IHHT) hilft Ihnen bei diesen Symptomen:

- **Chronische Erschöpfung (ME / CFS)**
- **Psychovegetative Stress**
- **Burn-Out und Brainfog**
- **Schlafstörungen**
- **Post COVID, Long COVID**
- Diabetes mellitus und oft auch bei zu viel Cholesterin
- Lungenerkrankungen, speziell Asthma, COPD
- Herz-Kreislaufferkrankungen (u.a. KHK, Bluthochdruck, Schlafapnoe)
- Neurodegenerative Erkrankungen (u.a. Borreliose, Parkinson)
- Unerfüllter Kinderwunsch
- Durchblutungsstörungen
- Schmerzen
- Sport und Trainingssteuerung
- **Alle erworbenen Störungen der Mitochondrienfunktion**

Unser vegetatives Nervensystem heute – Sympatikus im DauerPower

Unser Parasympatikus (Entspannungs- und Ruhenerve) „sieht **rot**“



Was tut das MITOVIT Hypoxietrainings (IHHT) für Sie

Die Anpassung Ihres Körpers an sauerstoffarme Luft setzt eine Kette positiver Reaktionen auf der Zellebene in Gang.

- **Die Anzahl die kleinen Power Kraftwerke (Mitochondrien) werden vermehrt.** Dies geschieht in jeder Zelle Ihres Körpers.
- Die beschädigten Power Kraftwerke (Mitochondrien) werden abgebaut.

Dies führt nach wenigen Sitzungen zu mehr Lebensenergie und zur Reduktion des Stresslevels – Parasympatikusmedizin in ihrer reinsten Form



Was kann die IHHT für Sie bewirken

- Ihr **Schlaf** wird erholsam und tiefer
- Ihre **Erschöpfung** weicht und Ruhe und Gelassenheit kehren ein
- Das Gefühl von „gezogenem Stecker“ verschwindet
- Ihre mentale und körperliche **Leistungsfähigkeit** nimmt zu
- Ihr vegetativen Nervensystems (VNS) wird reguliert
- Ihr **Parasympatikus** (Ruhenerve) wird gestärkt
- Ihre **Lungenfunktion** kann gesteigert werden
- **Chronische Entzündungen und Schmerzen** können reduziert werden
- Ihr **Stoffwechsel** wird aktiviert – dies hat Auswirkungen auf:
 - Gewichtsreduktion durch verbesserte Fettverbrennung
 - Positiver Einfluss auf Zucker- und Insulinstoffwechsel und Blutfettwerte
 - Senkung des Blutdruckes
- Eine **Leistungssteigerung** für das kardiovaskuläre System (besonders interessant für unsere Sportler nach einer Trainingseinheit)

Mitochondrien – unsere Power-Energiekraftwerke – klein aber OHO

Mitochondrien sind die winzigen Power-Energiekraftwerke in unserem Körper. In jeder Zelle Deines Körpers gibt es etwa 1500 Stück von ihnen.

Täglich produzieren die zusammen 50 Billionen Mitochondrien zusammen etwa 70kg reine Lebensenergie in Form von dem Energieträger ATP (Adenosintriphosphat)

Mit diesem ATP steht die Lebensenergie in jedem Moment und in jeder Zelle Deines Körpers zur Verfügung.

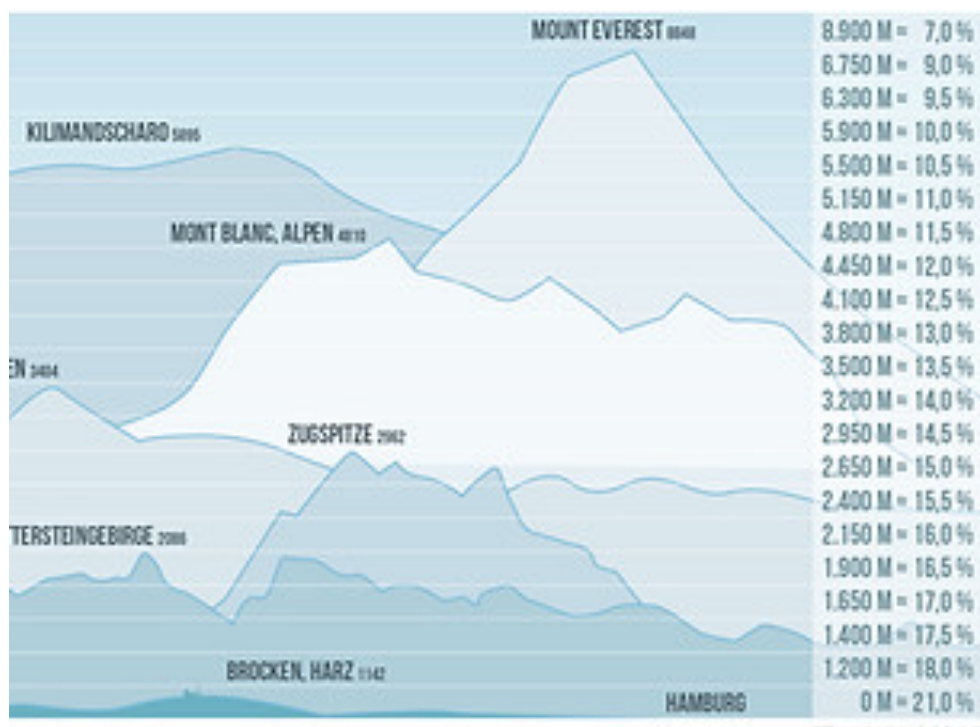
Mit der Atembehandlung der IHHT werden in sehr kurzer Zeit deutlich mehr Mitochondrien produziert und schon nach wenige Sitzungen kannst Du dies spüren.

Mitochondrien – Unsere Power-Energiekraftwerke



Wie läuft das Intervall Hypoxie Hyperoxie Training (IHHT) ab?

- Sie liegen gemütlich auf einer Liege
- Über eine bequeme Maske atmen Sie während 40 Minuten abwechselnd sauerstoffarme und sauerstoffreiche oder sauerstoffarme und normale Atemluft ein
- Das therapeutische Training liegt im Bereich zwischen 80 % und 90 % Sauerstoffsättigung im Blut
- Während des Trainings reguliert MITOVIT automatisch den für Sie optimalen Trainingsbereich und überprüft diesen kontinuierlich
- Nach dem Training werden alle Werte und Vitalparameter kontrolliert. Falls eine Steigerung des Trainings möglich ist, wird dies für die nächste Einheit im Gerät gespeichert. So können wir einen optimalen Trainingseffekt sicherstellen.



Ist das MITOVIT Höhenttraining (IHHT) sicher?

- **Ja, das IHHT ist absolut sicher**, da während des gesamten Trainings Ihre wichtigsten Vitalparameter wie Sauerstoffsättigung (zwei Pulsoximeter), Herzratenvariabilität (HRV) und Herzfrequenz dauerhaft überwacht werden
- Sollte irgendein Wert auffällig werden, so passt das Gerät die Sauerstoffkonzentration in der Atemluft entsprechend an.



Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann melden Sie sich bitte bei Frau Andersson telefonisch zu den bekannten Telefonzeiten (Di 13:30 – 14:30 und Do 11-13 Uhr) unter 07141/2582360.

Gerne können Sie zeitnah mit Ihr Fragen klären oder Ihre Behandlung mit zunächst 10 Termine bei Ihr buchen. Bei Behandlung 1, 5 und 10 wird zusätzlich die Herzfrequenzvariabilität gemessen – ein Marker, der anzeigen kann, wie sich Ihre Herzfitness und die Stärke Ihres Parasympatikus („AntistressNerves“) verbessern.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir aus organisatorischen Gründen maximal 2-3 Patientinnen ca. alle 6 Wochen einplanen können, da wir 2 Anwendungen pro Woche empfehlen.

Bei dem Wunsch nach einem bestimmten Zeitfenster (z.B. Sommerferien oder Semesterferien) bitten wir um frühzeitige Anmeldung und Buchung.

**Wir freuen uns sehr diese wohltuende und energiebringende Behandlung
in unsere Praxis anbieten zu können!**

