

K-Ayurveda

H A N D B U C H





INHALTSVERZEICHNIS

| | | | |
|--|----|-------------------------------|----|
| Allergien | 5 | Heuschnupfen | 19 |
| Altwerden | 5 | Hoher Blutzucker | 19 |
| Anämie (Blutarmut) | 5 | Hypoglykämie (Unterzuckerung) | 21 |
| Angst | 7 | Lupus | 23 |
| Atembeschwerden | 7 | Menopause (Wechseljahre) | 25 |
| Blasenschmerzen | 9 | Nebenhöhlenentzündung | 25 |
| Bluthochdruck | 9 | Nierenprobleme | 27 |
| Brustschmerzen | 11 | Prämenstruelles Syndrom (PMS) | 27 |
| Cholesterin | 11 | Prostataerkrankung | 29 |
| Chronisches Erschöpfungs- syndrom (CES) | 13 | Psoriasis | 29 |
| Colitis/Reizdarmsyndrom | 13 | Schlaflosigkeit | 31 |
| Fußpilz | 15 | Stress | 31 |
| Gelenksschmerzen | 15 | Verdauungsstörung | 33 |
| Gicht | 15 | Verkühlungen | 33 |
| Hämorrhoiden | 17 | Verstopfung | 35 |
| Hautausschlag | 17 | Nachwort | 37 |
| | | K-Ayurveda | 38 |



ALLERGIEN

Symptome

Zu den üblichen Reaktionen zählen bronchiales Asthma, allergische Rhinitis, Heuschnupfen, juckende Augen, geschwollene Handflächen, Hautausschläge, das Reizdarmsyndrom, arthritischähnliche Schmerzen, Nesselausschlag und Kopfschmerzen.

Ursachen

Allergien werden durch die Überempfindlichkeit des Körpers gegenüber Substanzen, die man gegessen oder eingeatmet hat oder mit denen die Haut in Berührung gekommen ist, ausgelöst. Eine allergische Reaktion ist ein Zeichen einer Fehlfunktion des Immunsystems. Ein Allergen ist eine Substanz, die eine allergische Reaktion auslöst und von Essen, Staub, Düften, Chemikalien, Schokolade oder Drogen/Medikamenten stammen kann. Bakterien, Viren oder Parasiten können ebenfalls für allergische Reaktionen verantwortlich sein. Eine allergische Reaktion ist häufig das Resultat von im Körper ausgeschüttetem Histamin.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Atemapparat, Immunsystem und Haut

Empfohlene Produktkombinationen

Atemapparat und Immunsystem:

K-Ayulite + K-Ayusmo

Hautallergie: K-Ayulite + K-Ayuderme

ALTWERDEN

Symptome

Anzeichen schwacher Muskeln, wenig Energie, faltige Haut, schwaches Erinnerungsvermögen, schlechtes Sehvermögen und abnehmende sexuelle Leistungsfähigkeit

Ursachen

Schlechte Ernährung, Schlafmangel, Stress, Belastung durch ultraviolettes Licht, Dehydration, fortgeschrittenes Alter und durch freie Radikale verursachter Schaden

Beeinträchtigte Körpersysteme

Alle Körpersysteme können betroffen sein.

Empfohlene Produktkombinationen

Frauen: K-Ayulite + K-Ayuvita

Männer: K-Ayulite + K-Ayuvigo

ANÄMIE (BLUTARMUT)

Symptome

Blasse Haut, Nagelbett und Schleimhäute weisen weniger Farbe auf, Verlust an Energie, Gleichgewichtsstörung, Kopfschmerzen, entzündete Zunge, Schläfrigkeit, generelles Unwohlsein, Atemprobleme, schneller Herzschlag, unregelmäßige Menstruationsperiode, Verlust der Libido und leichtes Fieber

Blutarmut ist ein Zustand, der durch einen Rückgang an roten Blutkörperchen hervorgerufen wird. Bei einer Blutarmut ist die Sauerstoff-Transportkapazität des Blutes vermindert. Es handelt sich dabei



um ein Missverhältnis zwischen dem Sauerstoffbedarf des Körpers und der Bedarfsdeckung.

Ursachen

Blutarmut kann aus folgenden Gründen auftreten: übermäßiger Blutverlust, schlechte Blutzellenbildung, Eisenmangel, Kontakt mit toxischen Substanzen, die rote Blutkörperchen zerstören, und schlechte Ernährung.

Empfohlene Produktkombinationen

Frauen: K-Ayulite + K-Ayuvita

Männer: K-Ayulite + K-Ayuvigo

ANGST

Symptome

Panikattacken, Anspannung in der Brust, schneller Herzschlag, pochender oder stechender Schmerz in der Brust, Probleme beim Durchatmen, Kopfschmerzen, Muskelkrämpfe, Müdigkeit, blasse und feuchtkalte Haut, Schwitzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Probleme beim Schlucken, plötzlicher Harndrang, Kribbeln in den Gliedmaßen und Hyperventilation

Ursachen

Bei Angstzuständen wird das Nervensystem übermäßig stimuliert, vor allem in dem Teil des Gehirns, der die Emotionen kontrolliert und Panik kreiert. Depressive Menschen haben ein höheres Risiko, unter Angstattacken zu leiden, was vermuten lässt, dass es sich dabei um ein biochemisches Ungleichgewicht oder Defizit handelt. Angst kann teilweise genetisch vererbt sein. Ein hormo-

nelles Ungleichgewicht kann ebenfalls eine Ursache darstellen. Nahrungsmittelallergien, unterdrückte oder ungelöste Kindheitserlebnisse, ein Zuckerungleichgewicht und ein Mangel an Vitamin B, Mineralstoffen und Proteinen kann einen großen Einfluss auf das Verhalten, die Stimmung und die Entwicklung von Angst haben.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Nervensystem und Hormonsystem

Empfohlene Produktkombinationen

Frauen: K-Ayuvita

Männer: K-Ayuvigo

Beide Produkte beinhalten die Heilpflanze *Convolvulus Pluricaulis*, die den Blutkreislauf des zentralen Nervensystems reguliert und verbessert. Sie unterstützt das Gehirn dabei, sich zu beruhigen und zu entspannen, und reduziert schrittweise Gefühle der Angst.

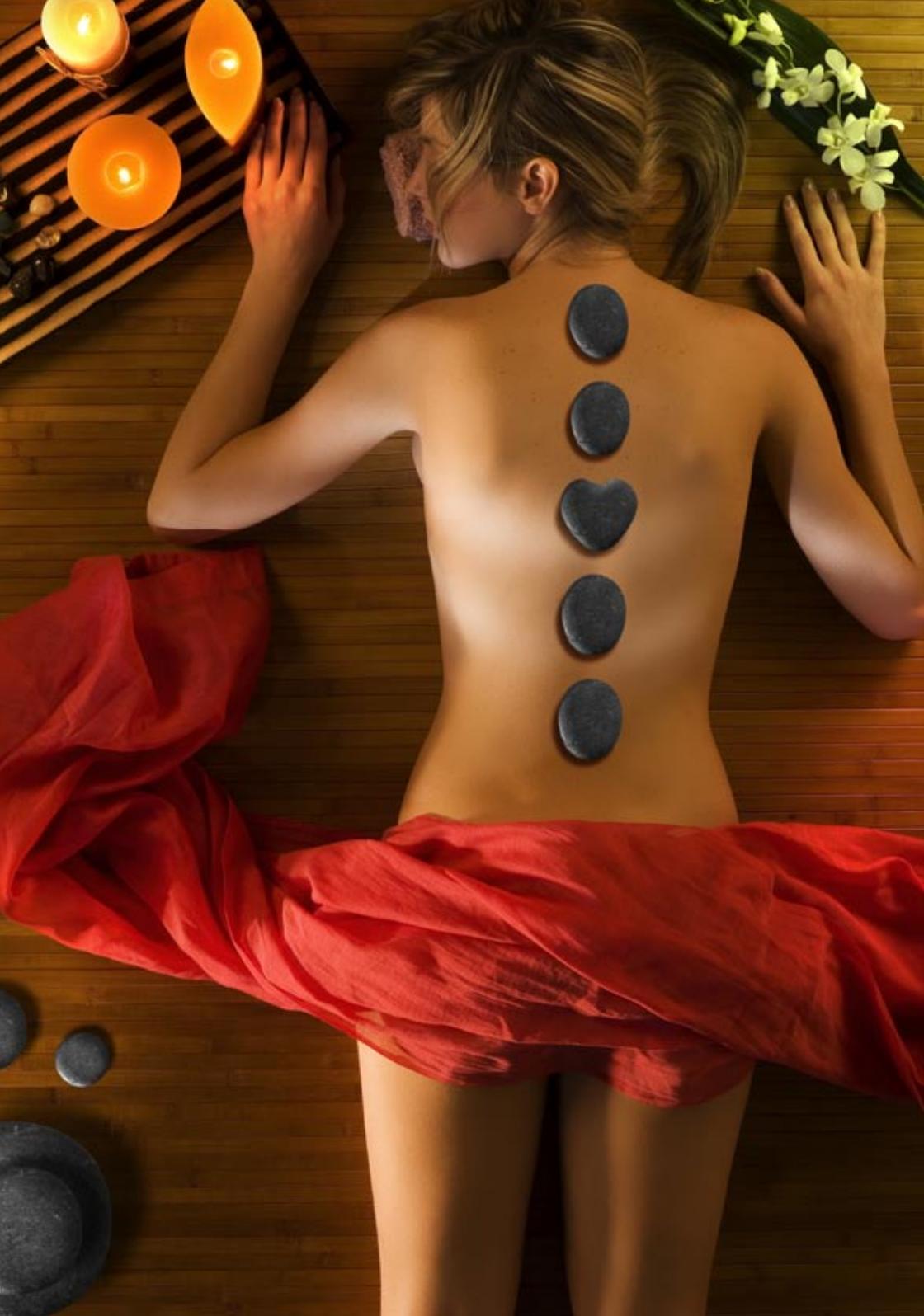
ATEMBESCHWERDEN

Symptome

Probleme beim Atmen, Anspannung in der Brust und Keuchen oder Husten verursacht durch eine Verkrampfung der Bronchien und durch geschwollene Schleimhäute. Die Atemprobleme tauchen meist unerwartet und schnell auf.

Ursachen

Pollen, Schimmel, Sporen, von Tieren ausgehende Gerüche, Stauballergie, Drogen/ Medikamente, Rauchen, Umweltverschmutzung und Nahrungsmittelallergien



Beeinträchtigte Körpersysteme

Atemapparat und Immunsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuasmo

BLASENSCHMERZEN

Symptome

Schmerzhafte und häufige Blasenentleerung, plötzlicher Drang Wasser zu lassen, Eiter oder Blut im Urin, trüber Urin mit unangenehmem Geruch, Unterleibschmerzen, Schüttelfrost, Fieber und Übelkeit

Ursachen

Bakterien und Viren können Infektionen verursachen - über 80% der Blaseninfektionen werden durch E. coli hervorgerufen. Geschlechtskrankheiten können die Ursache ständiger Blaseninfektionen sein. Die Geburt eines Kindes, koffeinhaltige und alkoholische Getränke, Zigarettenrauch, Intimduschen, zur Empfängnisverhütung verwendete Diaphragmas und häufiger Geschlechtsverkehr könnten ebenfalls mit Blaseninfektionen in Verbindung stehen. Männer, die Prostatabeschwerden haben, können auch an Blaseschmerzen leiden.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Harnsystem und Immunsystem

Empfohlene Produktkombinationen

Frauen: K-Ayuvita + K-Ayurin

Männer: K-Ayuvigo + K-Ayurin

BLUTHOCHDRUCK

Symptome

Bluthochdruck besteht dann, wenn während der Pumpaktion des Herzens zu viel Druck auf die Arterienwände ausgeübt wird. Ist der Druck in den Arterien zu hoch, kann dies für den Betroffenen gefährlich werden, da das Herz mit größerer Kraft pumpen muss. Der hohe Druck kann zu undichten Blutgefäßen, Herz- oder Organschäden und sogar zu gerissenen Gefäßen führen.

Es gibt zwei Arten von Bluthochdruck: die primäre (essentielle) Hypertonie, die ohne offensichtlichen Grund entsteht, und die sekundäre Hypertonie, die durch einen anderen Zustand ausgelöst wird. In den meisten Fällen handelt es sich um eine primäre Hypertonie. Einer von 10 Amerikanern leidet an Bluthochdruck. Bluthochdruck ist unter anderem der beste Indikator für Herz-Kreislaufkrankungen.

Die am häufigsten auftretenden Symptome einer fortgeschrittenen Hypertonie sind Schwindel, schneller Puls, übermäßiges Schwitzen, Anspannung, Kopfschmerzen, Sichtstörung und häufiges Nasenbluten. Menschen können ziemlich lange an Hypertonie leiden, und erst dann Symptome haben, wenn die Krankheit relativ weit fortgeschritten ist.

Ursachen

Folgende Faktoren tragen zur Hypertonie bei: genetische Veranlagung, Fettleibigkeit, falsche Ernährung, hohe Blutcholesterinwerte, Rauchen, Alkohol, Stress,



Drogen- oder Medikamentenmissbrauch und häufiges Sitzen.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Herz-Kreislaufsystem und Stoffwechselsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayurin + K-Ayulite

Diese beiden Produkte unterstützen Leber und Nieren in ihrer Funktion und befreien den Körper von übermäßigen Salzen, was schließlich den Blutdruck reguliert.

BRUSTSCHMERZEN

Symptome

Brustschmerzen sind durch eine Entzündung der Schleimhäute in den Bronchien, eine Anspannung in der Brust, Atemlosigkeit, Keuchen, Fieber, Müdigkeit, Schmerzen im Hals und oberen Brustkorb, und sehr starken Husten, bei dem gelblich-grauer Schleim produziert wird, gekennzeichnet.

Ursachen

Das Einatmen von Dämpfen, Umweltverschmutzung, Chemikalien, Allergien, Asthma und bakteriologische oder virale Infektionen können Bronchitis verursachen. Brustschmerzen können auch nach einer Verkühlung, einer Grippe oder einer Halsentzündung auftreten.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Atemapparat und Immunsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuasmo + K-Ayulite

CHOLESTERIN

Symptome

Chronisch erhöhte Cholesterin- und Triglyceridwerte fördern aufgrund der Fettsäureansammlung eine Verdickung und Verhärtung der Arterien und einen Verlust an Elastizität in den Arterienwänden. Durch die daraus resultierende schwächere Durchblutung kommt es zu einer Veränderung in den Organen und im Gewebe. Abgesehen von einer schlechten Organfunktion, führen erhöhte Cholesterinwerte auch zu Herzkrankheiten, Gallensteinen, Schlaganfällen, Impotenz, beeinträchtigten mentalen Funktionen, hohem Blutdruck und zu Darmpolypen.

Ursachen

Alter, fettreiche Ernährung, Bluthochdruck, Hormonungleichgewicht und viel Stress. Psychologische und genetische Faktoren spielen ebenfalls eine Rolle in der Entstehung von Arterienablagerungen.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Herz-Kreislaufsystem und Verdauungssystem

Empfohlene Produktkombinationen

Mehr als 70% des Cholesterins werden in der Leber produziert. Die Leber fasst die Triglyceride und das Cholesterin zusammen, spaltet die Fettsäuren auf und produziert die notwendigen Plasmaproteine. Die Leber spielt eine bedeutende Rolle im Umgang mit Cholesterin.

Zwei der ayurvedischen Produkte sind daher für die Behandlung hoher Cholesterinwerte essentiell:
K-Ayulite + K-Ayurin



CHRONISCHES ERSCHÖPFUNGSSYNDROM (CES)

Symptome

Beim chronischen Erschöpfungssyndrom handelt es sich um Müdigkeit und Schläppheit, die ohne einen ersichtlichen Grund über einen längeren Zeitraum auftreten. Dies sind die Symptome Unwohlsein, Grippe-ähnliche Symptome, leichtes Fieber, entzündeter Hals, Muskelschmerzen, extreme Müdigkeit, auffällige Schläfrigkeit, Depression, Kopfschmerzen, Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen, Gedächtnisverlust, Empfindlichkeit gegenüber Licht und Hitze, wiederkehrende Infektionen der Atemwege und Konzentrations-schwierigkeiten.

Ursachen

Die Mehrheit der Forscher glaubt, dass CES vom Epstein-Barr-Virus verursacht wird. Dieser Virus soll außerdem für eine andere, dem CES sehr ähnliche Krankheit verantwortlich sein – Mononukleose (Pfeiffersches Drüsenfieber). Es ist wichtig zu erwähnen, dass es den Forschern noch nicht gelungen ist zu beweisen, dass ein menschlicher Retrovirus die Ursache für die Krankheit ist. Andere medizinische Experten glauben, dass CES durch irgendeine Kombination der folgenden Symptome verursacht wird: Impfungen, die das Immunsystem durcheinander bringen, Stress, Trauma, Nahrungsmittelallergien, Leberfunktionsstörung, Candida (Pilz), Quecksilbervergiftung, Unterzuckerung, Blutarmut, Schilddrüsenunterfunktion, Schlafapnoe, Unterernährung, Parasiten,

gestörte Darmabsorption, Konservierungsstoffe im Essen, Dehydration und Umweltgifte. Eine Kombination unterschiedlicher Faktoren kann zu verschiedenen Graden des Unwohlseins führen. 80% aller an CES leidenden Menschen sind Frauen zwischen 24 und 45.

Beeinträchtigte Körpersysteme Immunsystem

Empfohlene Produktkombinationen

Frauen: K-Ayulite + K-Ayuvita

Männer: K-Ayulite + K-Ayuvigo

COLITIS / REIZDARMSYNDROM

Symptome

Unregelmäßiger oder ungewöhnlicher wässriger Stuhl; Eiter und Schleim können ebenfalls vorkommen (vor allem bei Morbus Crohn). Es können starke Schmerzen und Druckempfindlichkeit, unterbrochenes oder unregelmäßiges Fieber, Blähungen, Blutungen oder Perforation (Risse) auftreten. Bei Colitis wechseln sich Verstopfung und Durchfall ab.

Ursachen

Stress (sozialer, physischer, seelischer, familiärer, beruflicher Stress und Angstzustände) ist häufig ein Auslöser für Colitis. Die Krankheit kann auch durch Viren oder Parasiten ausgelöst werden.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Darmtrakt, Verdauungssystem und Immunsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayulite + K-Ayulax



FUSSPILZ

Symptome

Fußpilz ist eine Pilzkrankung. Der Pilz wächst in den Zehenzwischenräumen, auf den Sohlen oder an den Seiten des Fußes. Die vom Pilz betroffene Haut weist Rötungen, Schuppen und Blasen auf. Sie riecht unangenehm, brennt und juckt. Die Haut ist an den befallenen Stellen eher weiß und feucht.

Ursachen

Fußpilz wird durch Dermatophyten (früher als „Fadenpilz“ bezeichnet) verursacht. Sind die Füße über einen längeren Zeitraum Schweiß oder Wasser ausgesetzt, kommt es zur Infektion und Entzündungsreaktion. Fußpilz ist ansteckend und kann über die Hautschuppen, die während des Kratzens abfallen, übertragen werden. Sportler, die eng anliegende und schlecht belüftete Schuhe tragen, liefern den besten Nährboden für den Pilz.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Haut

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuderme + K-Ayulite

GELENKSCHMERZEN

Symptome

Gelenkentzündungen gehen meist mit Schmerzen, Schwellungen und möglichen Veränderungen in der Knochenstruktur einher.

Ursachen

Gelenksschmerzen können aus den folgenden Zuständen resultieren oder damit in Verbindung stehen: hohes Alter, genetische Veranlagung, Fettleibigkeit, rheumatisches Fieber, Gelenksverletzung, chirurgischer Eingriff, Überbeanspruchung der Gelenke, Lebensmittelempfindlichkeit, neurologische Störungen, schlechter Blutkreislauf oder Blutstörungen, degenerative Gelenkrankheiten wie Osteoarthritis, Gicht und krankhafte Immunreaktionen.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Immunsystem, Halte- und Stützapparat

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuartis + K-Ayurin

GICHT

Symptome

Gicht ist durch starke Gelenksschmerzen charakterisiert. Die von Gicht betroffenen Gelenke sind geschwollen und rot. Manche Patienten haben Fieber und Schüttelfrost. Ein Gichtanfall dauert für gewöhnlich zwischen 5 und 7 Tage an. Die roten, geschwollenen Gelenke können sich im Knöchel, in der Schulter, im Rücken, in der Hüfte oder auch an anderen Stellen befinden. Die meisten Anfälle haben jedoch mit dem großen Zeh zu tun. Patienten, die an chronischer Gicht leiden, laufen Gefahr, Nierensteine zu entwickeln.



Ursachen

Gicht hat für gewöhnlich mit der Ernährung zu tun und wird durch eine Anhäufung an Harnsäurekristallen in den Gelenken verursacht. Gicht kann außerdem durch zu viel Essen, Alkohol, Trauma und bestimmte Medikamente ausgelöst werden. Zusätzlich dazu steht Gicht in Verbindung mit Fettleibigkeit, Stress, Enzymmangel, Chemotherapie, Krebs, Blutarmut, einer Fehlfunktion der Nieren, Psoriasis, zellschädigenden Medikamenten und Diuretika, die zur Behandlung von hohem Blutdruck verwendet werden. Es ist möglich, mit erhöhten Harnsäurewerten zu leben und nie einen Gichtanfall zu haben.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Kreislaufsystem und Harnsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuartis + K-Ayurin

HÄMORRHOIDEN

Symptome

Hämorrhoiden (bzw. Hämorrhiden) sind gekennzeichnet durch Analschmerz, Entzündung, Blutung, Pochen, Jucken, schleimigen Ausfluss, zarte venöse Geschwülste und Blutarmut.

Ursachen

Blockierte Venen, die das Blut vom Anus ableiten, schwellen an und schmerzen. Verstopfung kann das Problem verschlimmern und die empfindlichen Venen entzünden und dort anschwellen lassen, wo sie im Anus abgeschnürt

werden können. Schwangerschaft und zusätzlicher Druck im Unterleib können dazu führen, dass das Blut in den Venen um den Anus herum blockiert wird und anschwillt. Dies führt dann zu Hämorrhoiden.

Zu hohe Anstrengung während des Stuhlgangs, die Geburt eines Kindes, falsches Heben und ausgedehntes Sitzen können die Chance, Hämorrhoiden zu entwickeln, vergrößern.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Verdauungssystem und Kreislaufsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayurhoids + K-Ayulax

HAUTAUSCHLAG

Symptome

Hautausschlag bezieht sich auf jene Hautstellen, die Blasen werfen, Rötungen aufweisen, schuppig sind und jucken. Risse in der Haut und damit verbundene Blutungen können in ernsteren Fällen auftreten. Jucken verschlimmert den Hautausschlag. Hautausschlag ist auch als Dermatitis bekannt. Diese tritt meist an feuchteren Körperstellen auf. Von dort breitet sie sich auf Knie und Ellbogen aus, wo sich das Jucken fortsetzt und die trockene Haut immer weiter gespannt wird.

Ursachen

Hautausschlag ist eine genetisch bedingte Krankheit. Allerdings können emotionaler Stress, Allergien, exzessives Schwitzen und beständiger Kontakt mit



Wasser, Reinigungsmitteln, Chemikalien, Wolle oder Metallen die Symptome verschlimmern. Eine Glutenunverträglichkeit (Weizenallergie), eine Milchallergie oder ein Salzsäuremangel können die Dermatitis in manchen Fällen verschlechtern.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Haut, Darmtrakt und Immunsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuderme + K-Ayulite

HEUSCHNUPFEN

Symptome

Bei Heuschnupfen handelt es sich um eine allergische Reaktion in den Schleimhäuten der Nase und der oberen Atemwege. Die Symptome beinhalten Entzündungen, Schwellungen, eine laufende Nase, Kopfschmerzen und wässrigen Ausfluss aus Augen, Nase und Hals.

Ursachen

Sobald sich in der Luft befindende Pollen eingeatmet werden, reizen diese die Schleimhaut der Nase, der Augen und des Halses. Diese Allergene lösen eine örtlich begrenzte Immunreaktion aus, die zu Entzündung, Schwellung und tränenden Augen führt. Im Frühjahr kommen die Pollen vorwiegend von Bäumen wie der Eiche, der Esche, der Ulme, dem Nussbaum und der Pappel. Die Sommerpollen kommen von Pflanzen wie Gräsern, dem Spitzwegerich und dem Sauerampfer. Im Herbst stammen

die Pollen hauptsächlich vom Traubenkraut, von Heu und von Stroh.

Heuschnupfen kann durch unterschiedliche Quellen wie Tierschuppen, Staub oder allergische Reaktionen auf Essen und Medikamente ausgelöst werden. Die Symptome werden durch etwas ausgelöst, das den Atemapparat und die Augen reizt. Dies führt dazu, dass das Immunsystem Immun-Soldaten zu der Stelle schickt, die allergisch reagiert. Sobald die Immun-Soldaten an der richtigen Stelle angekommen sind, versuchen sie, die Eindringlinge zu isolieren, um eine Kontaminierung weiteren Gewebes zu verhindern. Diese Immun-Soldaten lösen Schwellungen aus, um die Eindringlinge einzuengen. Manchmal reagiert das Immunsystem so stark, dass es zu beträchtlichen Schwellungen kommt und das betroffene Gewebe nässt, juckt und gerötet ist.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Immunsystem und Atemapparat

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayulite (um das Immunsystem zu stärken und die Leber vor den Nebenwirkungen der Antibiotika und des Paracetamols zu schützen)

K-Ayuasmo (um den Atemapparat zu regulieren)

HOHER BLUTZUCKER

Symptome

Patienten mit hohem Blutzucker haben Hyperglykämie (Überzuckerung des Blu-



tes), übermäßige Urinproduktion und einen hohen Gehalt an Zucker im Urin, was das Resultat einer ungenügenden Produktion oder Verwertung von Insulin ist. Hoher Blutzucker geht häufig mit exzessivem Durst und einer erhöhten Nahrungsaufnahme einher. Wird die Krankheit nicht richtig oder überhaupt nicht behandelt, wird der Patient immer schwächer. Er beginnt, aus seinem Mund süßlich zu riechen (aufgrund der Azetonproduktion), hat Kopfschmerzen, verspürt ein Gefühl der Übelkeit, erbricht häufiger und leidet unter Atemproblemen. Vergiftung, Delirium und Koma können zum Tod führen.

Mit hohem Blutzucker verbundene Komplikationen beinhalten eine geringe Resistenz gegen Infektionen, Acidose (aufgrund von Ketonkörpern), eine Blutvergiftung während einer Schwangerschaft, Herz-Kreislaufprobleme, Nierenkrankheiten, einen gestörten Elektrolyt-haushalt, eine Amputation der Finger und Zehen und Erblindung aufgrund des schlechten Blutkreislaufes.

Diabetes ist eine unheilbare, chronische Krankheit. Allerdings können bestimmte Symptome beseitigt und das Leben mit der richtigen Ernährung, der Einnahme bestimmter Nahrungsergänzungsmittel, Sport und mit der entsprechenden Hygiene verlängert werden. Insulin wird nur dann verwendet, wenn die soeben genannten Maßnahmen nicht erfolgreich sind. Die meisten Diabetes-Patienten können das Fortschreiten der Krankheit verhindern, indem sie diese Dinge einhalten.

Ursachen

Die Langerhansschen Inseln sind Zellagglomerate in der Bauchspeicheldrüse (Pankreas), die Insulin produzieren und ausschütten. Infektionen, Beschädigungen oder genetische Probleme können dazu führen, dass die Bauchspeicheldrüse nicht richtig funktioniert. Wenn die Bauchspeicheldrüse beschädigt ist oder daran gehindert wird, entsprechend zu funktionieren, kann dies in einer Ausschüttung von zu viel oder zu wenig Insulin resultieren. Diese fehlerhafte Ausschüttung verursacht schließlich diverse Diabetes-Symptome. Virusinfektionen, Impfungen, Autoimmunkrankheiten, Beschädigungen durch freie Radikale, möglicherweise Parasiten und eine extrem zuckerhaltige Ernährung können die Bauchspeicheldrüse ebenfalls beschädigen und Diabetes auslösen.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Hormonsystem und Immunsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayulite + K-Ayubes

HYPOGLYKÄMIE (UNTERZUCKERUNG)

Symptome

Bei unter Hypoglykämie leidenden Menschen sind folgende Symptome zu beobachten: Müdigkeit, Stimmungsschwankungen, Schlaflosigkeit, Zittern, Schwindel, Angstzustände, Essattacken, Augenerkrankungen, geistige Verwirrung, Ödeme, Gewichtszunahme, geschwollene Füße, kalter Schweiß und Reizbarkeit.



Ursachen

Die häufigsten Ursachen sind genetische Veranlagung, Ernährung, schlechte Essgewohnheiten, Alkohol, Schilddrüsenprobleme, Bauchspeicheldrüsenkrebs und insulinpflichtige Diabetes.

Wenn der Mensch etwas isst, wird Zucker über die Gedärme aufgenommen und im Blutstrom verteilt. Wenn der Mensch raffinierten Zucker, der schnell und leicht aufgenommen wird, zu sich nimmt, reagiert der Körper schnell, indem er eine große Menge an Insulin ausstößt. Das Insulin sammelt den Zucker im Blut auf und transportiert ihn zu den entsprechenden physiologischen Stellen. Das Problem besteht darin, dass diese hohen Mengen an Insulin den gesamten Zucker aufnehmen und somit nicht genügend Zucker für die grundlegenden physiologischen Prozesse vorhanden ist. Der Körper bricht dann aufgrund des Blutzuckermangels zusammen. Isst der Mensch raffinierten Zucker, kann dieser eine hypoglykämische Reaktion auslösen. Werden zuerst Proteine eingenommen, kann die Insulinreaktion normalisiert werden. Der Körper verarbeitet die Proteine langsamer und daher ist die Nachfrage nach Insulin geringer. Die Bauchspeicheldrüse schüttet somit weniger Insulin aus, was wiederum zu einer Normalisierung des Blutzuckers und der Insulinwerte führt.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Kreislaufsystem, Immunsystem und Hormonsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayubes + K-Ayulite

Symptome

Lupus beginnt mit Gelenkschmerzen und Schwellungen. Daher wird bei vielen Lupus-Patienten Rheumatoidarthritis diagnostiziert. Mit Fortschreiten der Krankheit können einige oder alle der folgenden Symptome auftreten: Müdigkeit, Mundgeschwüre, Durchfall, leichtes Fieber, Unwohlsein, vergrößerte Lymphknoten, Schüttelfrost, Gewichtsverlust, Unterleibsschmerzen, Magersucht, Blutarmut, Knochenschmerzen, Depression, Psychose, Gedächtnisschwund und krampfartige Anfälle.

Ursachen

Lupus ist eine Autoimmunkrankheit. Dies bedeutet, dass sich das Immunsystem des Körpers selbst angreift. Die Ursache dafür hat man noch nicht völlig herausgefunden, aber die folgenden Faktoren spielen bei der Entstehung von Lupus eine Rolle: Viren, Streptokokken, genetische Veranlagung, Stress, Medikamente gegen Bluthochdruck (wie Hydralazin oder Procainamid), Verschmutzung, Salzsäuremangel, defekte Gene, Lebensmittelzusatzstoffe, Beschädigung durch freie Radikale, Impfungen und unverdaute Proteine.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Alle Körpersysteme sind betroffen. Das Immunsystem bedarf spezieller zusätzlicher Hilfe.

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuartis + K-Ayurin + K-Ayulite



MENOPAUSE (WECHSELJAHRE)

Symptome

Hitzewallungen, vaginale Trockenheit, Kopfschmerzen, Unterleibsschmerzen, errötetes Gesicht, Schwitzen, Herzklopfen, unregelmäßiger Herzschlag, Gelenkschmerzen, unregelmäßige Periode, Gewichtszunahme, Depression, Angstzustände, Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen, erhöhte emotionale Empfindlichkeit, Schlafstörungen, Vergesslichkeit, sozialer Rückzug, Müdigkeit und Blutarmut sind Symptome, die während der Wechseljahre entweder einzeln oder in Kombination auftreten können.

Ursachen

Die Eierstöcke produzieren weniger der weiblichen Hormone Östrogen und Progesteron. Der Mangel an diesen Hormonen führt zu einer unzureichenden Produktion der Uterusauskleidung. Dies führt wiederum zu bedeutenden hormonellen Veränderungen, die ihrerseits emotionale und physische Veränderungen mit sich bringen.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Weibliches Hormonsystem, Darmtrakt und Nervensystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayulite + K-Ayuvita

NEBENHÖHLENENTZÜNDUNG

Symptome

Eine Nebenhöhlenentzündung tritt in Kombination mit Verstopfung, Nasensekret, der Unfähigkeit, durch die Nase

zu atmen, Druck im Bereich der Augen, häufigem Tränen, nasaler Stimme, Kopfschmerzen, Fieber, Schüttelfrost, Mundgeruch und postnasaler Schleimbildung auf. Man fühlt sich noch schlechter, wenn man den Kopf nach vorne beugt.

Ursachen

Wenn sich die Nebenhöhlen nicht entleeren lassen, findet Bakterienwachstum statt. Eine versperrte Nebenhöhlenabflussstelle verursacht eine Blockade. Das Nebenhöhlengewebe ist leicht reizbar, schwillt beträchtlich an und verhindert den Abfluss von Schleim. Verkühlungen, die Grippe, Allergien oder ein entzündeter Hals können Bakterien zu den Nebenhöhlen transferieren, wo sie sich niederlassen und wachsen.

Andere, zur Entzündung beitragende Faktoren sind plötzliche Veränderungen im Druck, dentale Infektionen, Schwimmen, Rauchen, Dämpfe, Rauch, eine gebrochene Nase, Asthma, Empfindlichkeit gegenüber der Antibabypille und Aspirin. All dies kann die Nebenhöhlen dazu bringen, dass sie sich schließen, und das Wachstum eingeschlossener Bakterien fördern. Außerdem kann ein chronisch verstopfter Darm zu einem Aufbau an Giftstoffen beitragen, was sich ebenfalls auf die Nebenhöhlen auswirkt.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Immunsystem und Nebenhöhlen

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuasmo



NIERENPROBLEME

Symptome

Nierenprobleme (Nierensteine inklusive) verursachen Schmerzen im Bereich des mittleren Rückens, im Unterleib und in der Leistengegend. Phasenweise ist der Schmerz akut und stechend. Da die Steine in der einen oder anderen Niere entstehen, ist der Schmerz meist auf der einen oder anderen Seite des Körpers zu lokalisieren. Die Betroffenen krümmen sich gewöhnlich vor Schmerz und erleben Übelkeit, Erbrechen, Fieber, Schüttelfrost, häufigen Harnabgang (Harn kann sowohl Schleim als auch Blut enthalten) und eine damit einhergehende Einschränkung des Harnflusses.

Ursachen

Nierensteine werden durch unterschiedliche Kombinationen der folgenden Faktoren verursacht: Nierenkrankheit, genetische Veranlagung, degenerative Knochenkrankheit, Cystinurie (genetisch bedingte Stoffwechselerkrankung), Sarkoidose (Systemerkrankung), Gicht, häufiges Sitzen, Unbeweglichkeit und Belastung durch Giftstoffe (Schwermetalle, Lösungsmittel, Alkohol, Antikrebs-Medikamente, Strahlung, Aluminiumsalze, Pestizide und Umweltschadstoffe).

Nierensteine basieren vorwiegend auf Kalzium und sind das Resultat einer Ernährung, die reich an Fett, Alkohol, tierischen Proteinen, Zucker und Milchprodukten ist. Werden diese Nahrungsmittel reduziert konsumiert oder sogar völlig gemieden, kann Nierensteinen vorgebeugt werden.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Harnsystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayurin + K-Ayulite

PRÄMENSTRUELLES SYNDROM (PMS)

Symptome

Die am häufigsten auftretenden Symptome sind Krämpfe, Blähungen, Unterleibsschmerzen, Reizbarkeit, Depression, Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Hautausschlag, empfindliche Brust, Wasserrückhalt, mehr Appetit, Schlaflosigkeit, Müdigkeit, Gewichtszunahme, Verstopfung, Durchfall, Gelenkschmerzen, Suizidgedanken, Angstzustände, Veränderungen in der Persönlichkeit und Gefühle der Verwirrung.

Ursachen

Hormonelle Veränderungen, die während des Menstruationszyklus auftreten, sind die Ursachen für das prämenstruelle Syndrom. Zu viel Östrogen kann Angstzustände und Nervosität auslösen. Hohe Progesteronwerte helfen, diesen Problemen entgegenzuwirken. Andere mögliche Ursachen sind niedriger Blutzucker, Ödeme, Pilzinfektionen, Stress, Fehlfunktion der Schilddrüse, Lebensmittelallergien, ernährungsbedingte Mängel und Bleivergiftung.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Weibliches Reproduktionssystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayulite + K-Ayuvita



PROSTATAEKRANKUNG

Symptome

Wenn sich die Prostata vergrößert, blockiert sie den Harnweg und dadurch sammelt sich mehr Harn in der Harnblase. Dies ist sehr schmerzhaft und kann zu einer Beschädigung der Prostata und des Blasengewebes führen, was wiederum Krebszellen produzieren kann. Es kann sich dabei um einen lebensbedrohlichen Zustand handeln.

Häufiger und schmerzhafter Harndrang, Schmerzen im Bereich der Hodensäcke und des Rektums und die Unfähigkeit, Harn zu lassen, sind die häufigsten Symptome in den ersten Phasen der Prostataerkrankung. Im fortgeschrittenen Stadium kommt es zu einer signifikanten Vergrößerung der Prostata. Fieber, Schüttelfrost, peniler Ausfluss, exzessive Speicherung des Urins, Unterleibsschmerzen, Blut oder Schleim im Urin und Impotenz sind weitere Folgeerscheinungen. Diese Symptome können zu Prostatakrebs führen, der sich ausbreiten und andere Körperteile angreifen kann. Vorbeugung ist in diesem Fall besonders wichtig.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Männliches Reproduktionssystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuvigo + K-Ayurin

PSORIASIS

Symptome

Psoriasis präsentiert sich für gewöhnlich als rote, schuppige und entzündete Hautstellen an den Ellbogen, auf der Kopfhaut, im Genitalbereich und am Gesäß. Grundsätzlich können alle beliebigen Körperstellen betroffen sein. Zu den größten damit verbundenen Problemen zählen der Juckreiz, die Gelenks Schmerzen und ein unerwünschtes und unappetitliches Erscheinungsbild. Bei der etwas selteneren pustulären Psoriasis können an Händen und Füßen Blasen entstehen.

Empfehlung:

Wenn Sie einmal oder zweimal täglich Aloe Vera Saft trinken, wird die neue Haut von innen befeuchtet. Die äußerliche Anwendung der Aloe ist vorteilhaft, sofern die aufgeweichte Haut täglich abgerieben wird. Essentielle Fettsäuren schaffen die Basis für eine gesunde, feuchte Haut. Vitamin E kann sowohl innerlich als auch oberflächlich angewandt werden. Es hilft vor allem, wenn die trockenen Stellen sehr groß und schuppig sind.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Haare, Haut und Nägel

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuderme + K-Ayulite



SCHLAFLOSIGKEIT

Symptome

Schlechter Schlaf und durchwählte Nächte, häufiges Aufwachen (ohne wieder einschlafen zu können) und Frustration;

Diese Symptome führen zu Folgendem: schlechte Konzentration, Energiemangel, schlechte Immunfunktion, Brustschmerz, Kurzatmigkeit, Hustenreiz, Unwohlsein, Ungeduld, Fibromyalgie (chronische Schmerzkrankung), chronisches Erschöpfungssyndrom (CES), Frustration, Herzklopfen und Kopfschmerzen.

Ursachen

Unruhe, Ängste und der Zwang, bestimmte Probleme lösen zu wollen, sind die primären Gründe für Schlaflosigkeit. Diese führen zu und werden verursacht durch den Abbau einer natürlich produzierten Substanz namens Melatonin, das in der Pinealdrüse (Zirbeldrüse) produziert wird.

Andere, ebenfalls zur Schlaflosigkeit beitragende Faktoren sind Koffein, verschreibungspflichtige Arzneimittel, Beruhigungsmittel, seelische Probleme, Alkohol, schlechte Schlafroutine, Antidepressiva, wenig Disziplin oder die Unfähigkeit, den Körper durchgehend physiologisch zu pflegen.

Beeinträchtigte Körpersysteme

Nervensystem, Hormonsystem und Immunsystem

Empfohlene Produktkombinationen

Frauen: K-Ayuvita

Männer: K-Ayuvigo

Beide Produkte beinhalten die Heilpflanze *Convolvulus Pluricaulis*, die den Blutkreislauf des zentralen Nervensystems reguliert und verbessert. Sie unterstützt das Gehirn dabei, sich zu beruhigen und zu entspannen.

STRESS

Symptome

Stress kann mit der Psyche, der Arbeit, der Familie, einem Trauma oder einfach mit Situationen, in denen man sich nicht wohl fühlt, zu tun haben. Erfährt der Körper Stress, schüttet er Hormone (Adrenalin und Corticosteroide) aus, die in einer Notfallsituation nützlich sind, dem Organismus allerdings auch schaden können, wenn sie sich zu lange im Körper bewegen. Viele Körpersysteme hören auf zu arbeiten, sobald der Körper unter Stress steht. Dies kann Mängel verursachen, die ihrerseits zu krankhaften Zuständen führen können. Es kann auch zu einer übermäßigen Anhäufung giftiger Substanzen, die sich im Fett und in anderen Organen befinden, kommen. Der Magen kann zu viel Salzsäure produzieren, die dann den Magen und die Darmauskleidung auflöst. Bauch- und Brustschmerzen sind die Folge davon. Die Säure kann in den Mund wandern, wo Mundgeschwüre und Fieberblasen entstehen können. Wird der Stress stärker, wird auch mehr Adrenalin ausgeschüttet, was sowohl die Herzfrequenz als auch den Blutdruck erhöht.



Die folgenden sind auf Stress zurückzuführende Symptome Geschwüre, Herzkrankheit, Kopfschmerzen, Nesselausschlag, Impotenz, Durchfall, Colitis, Haarausfall, schwächeres Immunsystem, Rückenschmerzen, Nackenschmerzen, Asthma, Appetitverlust, Schwindelgefühl, Gewichtszunahme, übermäßiges Essen, Blackouts, Angina, chronische Schmerzen, Krebs, Divertikulitis, Rheumatoïdarthritis, Migräne, unregelmäßige Periode, Morbus Crohn und Autoimmunkrankheiten.

Ursachen

Stress hängt mit allem zusammen, was die Einstellung und Empfindlichkeit oder Anfälligkeit eines Menschen betrifft. Die häufigsten Ursachen für Stress sind emotionaler, psychologischer oder physischer Natur und haben mit Sorgen, Arbeit, Beziehungen, Leistung und Ernährung zu tun. Indem man den Stress in sich aufnimmt und nicht die Ursache dafür bekämpft, setzt man den Körper einem gewissen Druck aus. Dieser Druck wächst solange, bis es eine Lösung für das Problem gibt.

Empfohlene Produktkombinationen

Frauen: K-Ayuvita

Männer: K-Ayuvigo

VERDAUUNGSSTÖRUNG

Symptome

Sodbrennen, Blähungen, Unterleibschmerzen, Darmgeräusche und -schmerzen sowie Übelkeit

Ursachen

Niedrige Enzymwerte, Probleme mit der Magensäure, Luftschlucken, unvollständige Nahrungsverarbeitung (führt zum Gärungsprozess), Angstzustände, Stress, schlechte Ernährung, Nahrungsmittelallergien, Verstopfung, Durchfall, Magengeschwür, gereizter Magen, bestimmtes Essen oder diverse Getränke

Beeinträchtigte Körpersysteme

Verdauungssystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayulax + K-Ayulite

VERKÜHLUNGEN

Symptome

Verstopfungen in der Nase, im Hals, in den Nebenhöhlen und in den Bronchien, die zur partiellen oder zur vollständigen Blockierung der Atemwege führen können. Wässriger Ausfluss, Schnupfen, Niesen, Frösteln, Kopfschmerzen und Unwohlsein sind Symptome einer Verkühlung oder eines grippalen Infekts.

Ursachen

Jegliche Art von Virus - Rhinoviren und Corona-Viren eingeschlossen

Beeinträchtigte Körpersysteme

Immunsystem und Atemapparat

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayuasmo



VERSTOPFUNG

Symptome

Unregelmäßige und schwierige Ausscheidungen aufgrund von trockenem, hartem Stuhl und trägem Stuhlgang. Die mit Verstopfung einhergehenden Symptome sind Darmschmerzen, Krämpfe, Blähungen, Unterleibsdehnung, Unwohlsein, schmerzhafter und unregelmäßiger Stuhlgang.

Normaler Stuhlgang tritt zweimal pro Tag auf. Manche Menschen haben nur zweimal in der Woche oder sogar seltener Stuhlgang. Ist diese geringe Anzahl gepaart mit hartem und trockenem Stuhl, so handelt es sich um Verstopfung.

Ursachen

Dehydration, Unruhe und Ärger, Angstzustände, Furcht, häufiges Sitzen, falsche Ernährung, Mangel an Ballaststoffen, Darmblockade, schwache Darmmuskulatur, spastische Muskulatur und die Verwendung bestimmter Arzneimittel

Beeinträchtigte Körpersysteme

Darmtrakt und Verdauungssystem

Empfohlene Produktkombinationen

K-Ayulax



NACHWORT

Wir leben in einer Zeit, in der es sehr viele Krankheiten gibt. Ayurveda, eine uns seit 5000 Jahren bekannte traditionelle indische Heilkunst, hilft uns nicht nur dabei, mit verschiedenen Krankheiten umzugehen, sondern ist eine Art Wissen, das unseren geistigen Zustand verbessern und als Präventivmaßnahme eingesetzt werden kann.

Die Einnahme purer ayurvedischer Kräuter ist mit keinerlei Nebenwirkungen verbunden. Der grundlegende Unterschied zwischen ayurvedischen Kräutern und anderen medizinischen Mitteln besteht darin, dass ayurvedische Kräuter die Symptome nicht unterdrücken, sondern das gesundheitliche Problem bei den Wurzeln angreifen. Indem Ayurveda angewandt wird, wird die eigene Gesundheit geschützt und bewahrt. Die besten Resultate können erzielt werden, wenn Ayurveda Teil des Lebens und der persönlichen Einstellung ist.

Der Markt ist aufgrund der neuesten Technologien reichlich mit allerlei ayurvedischen Produkten, die sofort eingenommen werden können, ausgestattet. Als vernünftiger und kritischer Konsument sollten Sie sich vor dem Kauf jedoch über den Ruf und die Qualität der Produkte informieren, um negativen Konsequenzen aus dem Weg zu gehen. Wählen Sie weise!

Wenn Sie gesund sind, denken Sie darüber nach, Ihre Gesundheit auch in Zukunft zu erhalten.

Wenn Sie kleinere Beschwerden haben, sehen Sie diese als Herausforderung, heilen Sie sie und nehmen Sie den Beschwerden jegliche Wurzeln, indem Sie ayurvedische Produkte und Methoden anwenden.

Wenn Sie mit größeren gesundheitlichen Problemen zu kämpfen haben, setzen Sie alles daran, sich von diesen zu befreien. Nutzen Sie die vorhandenen Methoden, um Ihre Gesundheit zu fördern und in weiterer Folge zu erhalten.

Merken Sie sich folgendes ayurvedisches Mantra:

Die erste Priorität im Leben ist das Leben selbst!

Dr. Roopam Y. Bhatt

Ayurveda Experte und Geschäftsleiter
von Welex Laboratories Pvt. Ltd.

K - AYURVEDA



K-AyuArtis ist eine Kombination von Kräutern, mit deren Hilfe Gelenkbeschwerden gelindert und Entzündungen reduziert werden sollen. **K-AyuArtis** hilft bei der Ausscheidung von Giftstoffen und Allergenen, die zu Entzündungen beitragen können, und es reduziert den Aufbau von überschüssiger Flüssigkeit.



K-AyuAsmo ist eine Kräuterkombination die dem Körper Nährstoffe bereitstellt und die das Atemsystem stärkt. **K-AyuAsmo** neutralisiert die Auswirkungen von Staub, Pollen, industrieller Luftverschmutzung und von Mikroorganismen der Luft und hält diese davon ab, das empfindliche menschliche Gewebe zu beschädigen.



K-AyuBes ist eine sehr effektive Kräuterkombination zur Kontrolle und Reduzierung von hohem Blutzuckerspiegel. **K-AyuBes** hilft, den Blutzuckerspiegel zu senken, den körperlichen Stoffwechsel zu harmonisieren und einen gesunden Blutzuckerspiegel beizubehalten.



K-AyuDerme ist eine Kräuterkombination, die den Körper pflegt, indem sie die Gesundheit der Haut fördert und eine Vielzahl an Hautproblemen behandelt, indem sie die Verdauung verbessert, die Leber stärkt und indem sie Abfall- und Giftstoffe aus dem Darm und den Nieren vernichtet.



K-AyuLax ist eine Kräuterkombination, die zur Reinigung der Eingeweide dient, indem sie die Verstopfung löst. Es spült und reinigt den Magen von ungewollten Elementen und kann dazu Blähungen und Koliken verringern.

K - A Y U R V E D A



K-AyuLite ist ein Leber-Tonikum, das die Leber kräftigt und die Leberfunktionen stärkt, für eine bessere Aufnahmefähigkeit und körperliche Entgiftung.



K-AyuRhoids ist eine Kräuterkombination, die zur sofortigen Erleichterung bei Hämorrhoiden führt. Sie hilft auch bei der Linderung von Blutungen, unterstützt die Verdauung und lindert Verstopfungen.



K-AyuRin ist eine Kräutermischung, die besonders empfohlen wird, um das Aufstauen und Ablagern von Giftstoffen im Körper zu verringern, durch den Kreislauf natürlicher Chemikalien im Blasentrakt. **K-AyuRin** hilft ebenfalls bei Nieren- und Prostataproblemen.



K-AyuVigo ist eine erprobte Kräuterkombination für Männer, die (dabei) hilft, den Kreislauf zu verjüngen, das Immunsystem zu stärken und die Vitalität zu verbessern.



K-AyuVita ist ein sicheres und schonendes Kräutertonicum, das speziell für Frauen zusammengestellt wurde. Es unterstützt die generellen Kreislaufsysteme, wirkt lindernd bei Problemen im Genital- und Blasenbereich, es wirkt unterstützend gegen Infektionen, es unterstützt die Schönheit und verbessert die Vitalität.

K-Ayurveda

H A N D B U C H

K-Link Europe b.v.

Nassauplein 30
NL-2585 EC Den Haag
TEL. +31 - 70 3114 188
info@k-link.eu
www.k-link.eu