

# Newsletter Ausgabe 201

für Eggetsberger.NET, Eterna Management S.L. & IPN

---

Herzlich willkommen bei der Newsletter Ausgabe Nr. 201: Februar 2011!  
Psychonetiker 2

---

Mehrmals (ca. 1 – 3 Mal) monatlich bekommen Sie von uns kostenlos per E-Mail top-aktuelle Meldungen aus den Bereichen Medizin, länger leben, Biofeedback, Biomesstechnik, Verhaltensforschung, Physik und Psychologie. Darüber hinaus werden Sie über unsere neuesten Forschungsergebnisse, Produkte und die aktuellen Seminartermine informiert.

Seit Newsletter Ausgabe 173 (Jänner 2010) wird der Newsletter des International-PcE-Networks (IPN) von unserer Forschungsplattform Eggetsberger.NET versendet. Unsere Newsletter finden Sie auch im Internet gratis im Newsletter Archiv

[» Zum Newsletter Archiv](#)

## **Aktuelle Themen:**

1. Richtig essen gegen ADHS
2. Psychonetiker 2
3. Übergewicht in Amerika
4. Neuer Therapieansatz bei Tinnitus

### **1. Richtig essen gegen ADHS** **Neue Studie**

Eine spezielle hypoallergene Ernährung könnte die Symptome der Aufmerksamkeits-Hyperaktivitäts-Störung (ADHS) zumindest bei einigen betroffenen Kindern verringern. Zu diesem Ergebnis kommt ein niederländisches Forscherteam nach einer Studie mit 100 Freiwilligen. Darin hatten die Wissenschaftler vier bis acht Jahre alten ADHS-Kindern fünf Wochen lang nur Nahrungsmittel gegeben, die wenig Allergene enthalten. Dabei stellten sie fest, dass sich dies positiv auf die Aufmerksamkeit und das Verhalten der Kleinen auswirkte. Die spezielle Diät sollte daher Teil der Behandlung aller Kinder mit ADHS sein, empfehlen die Forscher um

Jan Buitelaar.

Die Aufmerksamkeits-Hyperaktivitäts-Störung tritt bei etwa fünf Prozent aller Kinder auf. Sie ist durch ausgeprägte Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und impulsives Verhalten gekennzeichnet. Bisher wird die Störung meist mit Verhaltensübungen, Medikamenten und einem Training der Eltern behandelt. Allerdings gab es bereits in der Vergangenheit erste Hinweise darauf, dass auch allergieauslösende Stoffe in der Nahrung Einfluss auf die Symptome haben könnten.

Buitelaar und sein Team untersuchten dies nun erstmals gezielt. Die Untersuchungsgruppe bestand aus 50 Kindern mit ADHS im Alter von vier bis acht Jahren, die fünf Wochen lang nur wenig allergene Nahrungsmittel erhielten. Die Basis dieser sogenannten Eliminationsdiät bildeten Reis, Gemüse, Fleisch und Wasser, die dann individuell mit anderen Nahrungsmitteln wie Kartoffeln, Obst oder Weizenprodukten ergänzt wurden. Als Kontrollgruppe dienten 50 Gleichaltrige, die sich für denselben Zeitraum an einen Ernährungsplan mit allgemeinen Tipps zu gesundem Essen halten sollten.

Im zweiten Teil der Studie untersuchten die Wissenschaftler, ob bestimmte Nahrungsmittel zu einer Rückkehr der Symptome führten. Dafür erhielten diejenigen, die auf die Diät positiv reagiert hatten, zusätzlich zur bisherigen Ernährung weitere Lebensmittel - und zwar solche, die in einem Vortest bei den Kindern eine messbare Veränderung des IgG-Spiegels im Blut verursacht hatten. IgGs sind Antikörper, die das Immunsystem bei Nahrungsmittelallergien verstärkt produziert.

Die Auswertung ergab, dass die Eliminationsdiät bei 32 der 41 Kinder, die die Diät durchgehalten hatten, zu einem signifikanten Rückgang der ADHS-Symptome führte. Die Konfrontation mit bestimmten Nahrungsmitteln in der zweiten Untersuchungsphase führte bei 19 der 30 getesteten und damit bei 63 Prozent zu einer Rückkehr der Symptome. Ein direkter Zusammenhang zwischen den IgG-Spiegeln und der Reaktion auf die Nahrungsmittel ließ sich allerdings nicht feststellen - die IgG-Menge eigne sich also entgegen der allgemeinen Annahme nicht dazu, potenziell problematische Nahrungsmittel zu identifizieren, sagen die Forscher.

"Die Teilnehmer unserer Untersuchung sind repräsentativ für alle Kinder mit ADHS", ist Studienleiter Buitelaar überzeugt. Das spreche dafür, dass eine spezielle Ernährung bei allen Kindern mit ADHS Teil des Behandlungsplans werden sollte. Allerdings sollte eine solche Ernährung streng überwacht werden, damit die Kinder keinen Mangel an bestimmten Nährstoffen erleiden, schreibt Jaswinder Kaur Ghuman von der Universität von Arizona in Tucson (USA) in einem begleitenden Kommentar. "Die Eliminationsdiät sollte maximal zwei Wochen lang gegeben werden. Wenn sie einen Nutzen zeigt, können nach und nach einzelne Lebensmittel wieder hinzugefügt werden, um problematische Lebensmittel zu identifizieren und die Ernährung gleichzeitig wieder vielfältiger zu machen."

Quelle: Jan Buitelaar (Radboud-Universität) et al: The Lancet, Band 377, S. 494

**2. Psychonetiker 2**  
**9. & 10. April 2011**

Die Psychonetiker Semiarreihe wird fortgesetzt. Im Practitioner Level 2 liegt der Anwendungsschwerpunkt auf Angst, negativen Gedanken und Gefühlen.

In den Schläfenlappen liegen die Hirnbereiche (Hirnmodule) die für Sprache, Spracherkennung, aber auch für unser Angst- und Stressmanagement zuständig sind.

Von den beiden Amygdalae aus wird der Körper bei Stress, Angstgefühlen, Aggression, etc. in erhöhte Alarmbereitschaft versetzt.

Diese beiden Hirnmodule können, wenn sie zu leicht erregbar sind, unter anderem zu Burnout, Dauerängsten, Depressionen und anderen überzeichneten Stressreaktionen führen.

Die Amygdala (nicht größer als ein Mandelkern) ist durch bestimmte Arten des Mentaltrainings (Potentialbiofeedback) und durch Stimulation in Ihrer Aktivität dämpfbar.

Das führt bei richtigem Vorgehen sehr schnell zu einer normalen gesunden Reaktion, frei von Dauernervosität, Ängsten und ähnlichen Beschwerden.

Im Gegensatz zu vielen Entspannungstechniken und Trainings setzt das hier vorgestellte System direkt an der Wurzel der Probleme an. Dadurch kommt es zum maximalen Erfolg.

Durch die derzeit immer stärker auftretenden Magnetfeld-Veränderungen der Erde und die gleichzeitig zu erwartenden verstärkten Sonnenaktivitäten in den Jahren 2011 bis 2013 kommt es vermehrt zu erhöhten Hirnaufladungen vor allem auch im Bereich der Schläfenlappen. Dadurch erwarten Forscher psychische Störungen, Depressionen, Stimmungsschwankungen, Müdigkeit, Konzentrationsschwächen sowie Herz- und Kreislaufprobleme. Aber auch vermehrte spirituelle Erfahrungen sind bei einigen zu erwarten.

### **Magnetische Stimulation der Schläfenlappen**

Die wichtige Rolle des Schläfenlappens bei religiösen Erfahrungen und Visionen auch durch die Experimente des kanadischen Neurowissenschaftlers Prof. Dr. Michael Persinger: Ihm gelang es sogar, spirituelle Erlebnisse künstlich im Labor hervorzurufen - mithilfe eines umgebauten gelben Motorradhelms, in dem acht Magnetspulen (4 links und 4 rechts) schwache, fluktuierende magnetische Felder rund um den Schläfenlappen erzeugen.

Hintergrund: Bei diesen "Spirituellen Wahrnehmungen" spielen wahrscheinlich lokale Nervenüberaktivitäten im Limbischen System eine direkte Schlüsselrolle. Dr. Persinger glaubt aufgrund seiner Untersuchungen, dass viele Berichte von göttlichen Visionen auf Schwankungen des Erdmagnetfelds zurückgeführt werden können, wie sie beispielsweise vor einem Erdbeben auftreten.

Mehr dazu finden Sie unter folgendem [Direktlink!](#)

Durch das abgeschwächte und wandernde Erdmagnetfeld und die gleichzeitig (laut NASA) zu erwartenden Sonnenaktivitäten in den nächsten Jahren, werden solche Erlebnisse wahrscheinlicher.

Viele dieser Effekte werden in den nächsten Jahren die dafür empfänglichen Menschen ängstigen bis aggressiv machen. Was man vorbeugend gegen diese zu

erwartenden Probleme vernünftiger Weise machen kann, ist ein Zusatzthema in neuen aktuellen Seminar "Psychonetiker 2". Strategien aus der energetischen Krise, wie können Frequenzen und Trainingsmethoden dem Einzelnen helfen.

**Weitere Informationen und eine Anmeldemöglichkeit finden Sie [HIER!](#)**

### **3. Übergewicht in Amerika** ***Fettleibigkeit seit 1980 verdoppelt***

Die Zahl fettleibiger Menschen auf der Welt hat sich seit 1980 verdoppelt. Das zeigt eine globale Analyse der Entwicklung gesundheitlicher Risikofaktoren. Die Datenauswertung eines internationalen Forscherteams offenbart aber auch positive Trends: Trotz der Gewichtszunahme ist die Häufigkeit von Bluthochdruck und hohen Cholesterin-Werten in den westlichen Industriestaaten leicht zurückgegangen. Hier scheinen sich verbesserte Früherkennung und Behandlung sowie weniger Salzkonsum und der geringerer Verzehr ungesättigter Fette in den Industriestaaten auszuzahlen, sagen die Forscher, denn normalerweise gehen Übergewicht und Bluthochdruck sowie hohe Blutfettwerte Hand in Hand.

Die Untersuchung basiert auf umfangreichen Datensätzen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und vielen anderen Institutionen für die Zeitspanne von 1980 bis 2008. Erfasst sind alle verfügbaren Informationen zu Gewicht, Blutdruck und Cholesterinspiegel von Millionen Menschen weltweit. Zentrales Augenmerk lag dabei auf der Entwicklung der Häufigkeit von Übergewicht, das als bestimmender Faktor für den Gesundheitszustand des Menschen gilt. Als Maß für Übergewicht wird der sogenannte Body Mass Index (BMI) genutzt. Diese Körper-Masse-Zahl errechnet sich aus dem Gewicht in Kilogramm geteilt durch das Quadrat der Körpergröße in Metern. Wer einen Wert von 25 überschreitet, gilt als übergewichtig. Ab 30 sprechen Experten von Fettleibigkeit, auch Adipositas genannt.

2008 waren der Studie zufolge 9,8 Prozent der Männer und 13,8 Prozent der Frauen im Weltdurchschnitt adipös, das entspricht etwa einer halben Milliarde fettleibiger Menschen. 1980 waren es dagegen lediglich 4,8 Prozent der Männer und 7,9 Prozent der Frauen. Im Detail bilden dabei die USA sozusagen das dicke Ende der Skala, mit einem durchschnittlichen BMI von über 28. Japan ist mit Werten von durchschnittlich nur 22 bei Frauen und 24 bei Männern dagegen das Land der Schlanken innerhalb der Industriestaaten. Deutschland tendiert bei diesem Vergleich eher in Richtung der US-amerikanischen Verhältnisse: Männer hatten 2008 einen Durchschnitts-BMI von 27,2, Frauen von 25,7. 1980 lagen die Werte dagegen noch bei 25,5 beziehungsweise 25,1. Folglich haben also in Deutschland besonders die Männer in den letzten Jahrzehnten zugelegt.

Der Blick auf die Entwicklung in den verschiedenen Teilen der Welt zeigt den Forschern zufolge allerdings auch, dass Übergewicht nicht mehr nur ein Problem der reichen Industriestaaten ist. Auch in einigen Ländern mit niedrigem und mittlerem Durchschnittseinkommen habe sich diese Problematik verstärkt - sie sei damit zu einem globalen Problem geworden, sagen die Wissenschaftler. "Unsere Studie hilft, der Adipositas-Problematik auf die Spur zu kommen. Dadurch können sich politische Maßnahmen zur Umkehr des bedenklichen Trends ergeben oder Strategien zur

Begrenzung von schädlichen Auswirkungen des Übergewichts gefördert werden," fasst Gretchen Stevens von der WHO die Ergebnisse zusammen.

Quelle: Majid Ezzati (Harvard-Universität) et al:  
The Lancet, doi: 10.1016/S0140-6736(10)62037-5  
<http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673610620375>  
The Lancet, doi: 10.1016/S0140-6736(10)62036-3  
<http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673610620363>  
The Lancet, doi: 10.1016/S0140-6736(10)62038-7  
<http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673610620387>

Hinweis: Das Zellaktivierungsseminar bzw. Einzeltraining bringt Ihnen Hilfe bei Übergewicht: Siehe [Internetlink zu den Seminarleitern und Einzeltrainern!](#)

#### **4. Neuer Therapieansatz bei Tinnitus** ***Bestätigung der Eggetsberger Methode***

US-Forscher ist im Tierexperiment gelungen, Tinnitus zu heilen. Angriffspunkt für die Behandlung der lästigen Ohrgeräusche war dabei nicht wie üblich das Ohr, sondern das Gehirn: Die Wissenschaftler versetzten die betreffenden Nervenzellen im Gehirn wieder in ihren ursprünglichen Zustand und beseitigen so die Ursache für das unangenehme Piepsen. Dazu spielten sie den an Tinnitus leidenden Laborratten Töne im Bereich der Störfrequenz vor, während sie gleichzeitig ihren Vagusnerv, der unter anderem für verschiedene Sinnesreize zuständig ist, mit einer Elektrode stimulierten. Diese Nervenreizung führt zu einer Ausschüttung von Gehirnbotenstoffen, die auch für den Umbau des Gehirns beim Lernen und Erinnern notwendig sind. Zwar haben die Wissenschaftler ihren Ansatz bisher nur bei Ratten getestet, bei denen der Tinnitus durch Lärm ausgelöst wurde. Sie glauben jedoch, dass er auch dann Erfolg zeigen könnte, wenn die Ohrgeräusche nach einem Hörsturz auftreten. Dazu wollen sie noch in diesem Frühjahr eine Pilotstudie mit Patienten in Europa starten, wie das Team um Navzer Engineer von der University of Texas berichtet.

Kennzeichnend für Tinnitus sind störende Ohrgeräusche wie Pfeifen, Knacken und Rauschen, die nur vom Betroffenen wahrgenommen werden. Eine wirksame Behandlungsmöglichkeit gibt es bisher nicht - bei mindestens jedem zehnten Betroffenen bleibt das Problem dauerhaft bestehen, vor allem bei älteren Menschen. Eine vorübergehende Episode der Hörstörung tritt gar bei etwa 40 Prozent der Bevölkerung irgendwann in ihrem Leben auf, meist nach dem Einwirken von extrem lauten Geräuschen wie beispielsweise bei einem Musikkonzert.

In einem solchen Fall entsteht ein partieller Hörverlust, weil durch den Lärm die Sinneszellen im Innenohr geschädigt werden. Dadurch ändern sich auch die Signale, die das Ohr zum Gehirn schickt. Die Forscher um Engineer vermuteten nun, dass der Teil des Gehirns, der die Töne verarbeitet - die sogenannte Hörrinde -, auf diese Veränderung reagiert und zu viele Nervenzellen bestimmten Frequenzen zuordnet. Diese feuern dann nicht nur gemeinsam, sondern auch übermäßig, so dass das entsprechende Signal sehr viel stärker ist als gewöhnlich.

Diese Fehlanpassung des Gehirns konnten die Forscher nun bei lärmgeschädigten Ratten rückgängig machen. Für drei Wochen behandelten die Wissenschaftler die Tiere täglich 300 Mal, indem sie ihnen Töne im Bereich der Tinnitus-Frequenz vorspielten und dabei gleichzeitig den Vagusnerv stimulierten. Während der Tinnitus bei den Kontrolltieren, die entweder gar keine Therapie erhielten oder nur einen Teil der Behandlung bekamen, fort dauerte, belegten verschiedene Tests, dass die Ohrgeräusche bei den behandelten Ratten verschwunden waren - ein Erfolg, der über 3,5 Monate anhielt.

Untersuchungen der Hörrinde zeigten, dass die Aktivität der Nervenzellen nach der Behandlung wieder das gleiche Muster aufwies wie vor dem Einsetzen des Tinnitus. Die Kombinationsbehandlung ließ die Geräusche demnach verschwinden, indem sie die Nervenzellen zu einem dazu brachte, erneut nur auf ihre Originalfrequenz zu reagieren und zum anderen deren übertriebenes Feuern normalisierte. Bei den ersten klinischen Versuchen sollen die Tinnitus-Patienten ambulant eine Woche lang behandelt werden, kündigen die Forscher an.

#### **Anm. des Newsletter-Herausgebers:**

Gerhard H. Eggetsberger und das IPN-Forschungsteam haben die Erkenntnisse des unten angeführten Artikel schon seit Jahren vorweggenommen. Untersuchungen der Hirnpotentiale mit dem PcE-Scanner zeigten, dass der Tinnituston NICHT in den Ohren entsteht, sondern direkt im Gehirn. Diese mehrfach von uns publizierte Tatsache wurde durch die unten stehende Untersuchung voll bestätigt. Ebenso die Therapiemöglichkeit des Tinnitus durch Biofeedbacktraining der übererregten Hirnareale und durch die Anwendung bestimmter Tonfrequenzen. Training durch Tonfrequenzen bei gleichzeitiger Entspannung (=Vagusstimulation). Siehe auch den Forschungsbericht unten.

Quelle: Navzer Engineer (University of Texas, Richardson) et al.: Nature, Online-Vorabveröffentlichung, doi: 10.1038/nature09656

---

[» Folgen Sie uns auf Facebook \(Eggetsberger.NET\)!](#)

[» Bio-Vit Shop](#)

[» Eggetsberger.NET](#)

---

Wenn Sie keine Mitteilungen von -eggetsberger.net- Eterna Management S.L. bekommen möchten klicken Sie bitte auf diesen Link [Link](#)

Eggetsberger Net  
Forschungs- und Arbeitsgemeinschaft für

System- und Biofeedbackentwicklung

Eterna Management S.L.  
Mitglied des International-PcE-Network

\* Eterna Management:(Firmenbuch) Company Registration No.: Registro Mercantil de Mallorca, tomo 2067, folio 203, hoja PM-47533

\* International-PcE-Network (ZVR-Zahl 182402090)

Tel.: ++43 (01) 402 57 19

Tel.: ++34 65 000 22 61

Die Newsletterredaktion erreichen Sie unter

eFax-Nummer ++43-1-253-67229090

E-Mail: [http://eggetsberger.net/email\\_newsletter.html](http://eggetsberger.net/email_newsletter.html)

Forschungsplattform Web: [www.eggetsberger.net](http://www.eggetsberger.net)

Bio-Vit-Internetshop Web: [www.ilm1.com](http://www.ilm1.com)

Für den Inhalt verantwortlich: Gerhard und Markus Eggetsberger sowie das Newsletterteam  
Newsletter - Gerichtsstand: Palma de Mallorca - Spanien

--

Wenn Sie keine Mitteilungen von "eggetsberger.net" bekommen möchten klicken Sie bitte auf diesen [Link](#)

---

Eggetsberger Net  
Forschungs- und Arbeitsgemeinschaft für  
System- und Biofeedbackentwicklung

Eterna Management S.L.  
Mitglied des International-PcE-Network

\* Eterna Management:(Firmenbuch) Company Registration No.: Registro Mercantil de Mallorca, tomo 2067, folio 203, hoja PM-47533

\* International-PcE-Network (ZVR-Zahl 182402090)

Tel.: ++43 (01) 402 57 19 begin\_of\_the\_skype\_highlighting(01) 402 57

19end\_of\_the\_skype\_highlighting

Tel.: ++34 65 000 22 61

Die Newsletterredaktion erreichen Sie unter  
eFax-Nummer ++43-1-253-67229090

E-Mail: [http://eggetsberger.net/email\\_newsletter.html](http://eggetsberger.net/email_newsletter.html)

Forschungsplattform Web: [www.eggetsberger.net](http://www.eggetsberger.net)

Bio-Vit-Internetshop Web: [www.ilm1.com](http://www.ilm1.com)