

.... Seht ihr den Mond dort stehen
Er ist nur halb zu sehen
Und ist doch rund und schön
So sind wohl manche Sachen
Die wir getrost verlachen
Weil unsere Augen sie nicht seh'n

Wir stolzen Menschenkinder
Sind eitel arme Sünder
Und wissen gar nicht viel;
Wir spinnen Luftgespinste
Und suchen viele Künste
Und kommen weiter von dem Ziel....

Matthias Claudius (Der Mond ist aufgegangen)

Liebe Mitglieder, Nichtmitglieder, Betroffene und Freunde,

Wer kennt nicht „die nächtlichen Attacken“. Man ist zur Ruhe gekommen, ev. auch mit Tiefenentspannung und plötzlich wacht man auf, schweißgebadet, zitternd und fröstelnd, oft auch mit Kopfschmerzen, sobald man wieder klar denken kann, bemerkt man ev. leichte Übelkeit und auch mehr oder weniger starke Schmerzen, u.U. über den ganzen Körper verteilt. Dann beginnt man im Geiste zu recherchieren: Woran liegt es denn nun wieder, was hast du denn jetzt wieder falsch gemacht? Quälende Gedanken, die jeden von uns beschleichen. Oft kommt man dann zu dem Ergebnis, dass man zu wenig gegessen oder getrunken hatte und kann dann mit einem oder auch mehreren Stückchen Obst dagegen halten.

Bei asthmatischer Luftnot wird es dann schon schwieriger.

Nächtliche Attacken

bei

Tilt-Syndrom bzw. Tilt-Vaskulitis

*Es handelt sich um nächtliche Funktionsstörungen
beschädigter *Atmungsorgane, des beschädigten Autonomen Systems
und der schwer beschädigten *Blut-Gefäße bei Tilt-Syndrom:*

„Nächtliche Attacken“ bei Tilt-Syndrom sind Folge und Ausdruck von Histamin-Freisetzung durch toxische Substanzen während der Nacht-phase in entsprechenden Schlaf- und Wohnräumen. Zudem kommt es bei Tilt-Syndrom nachts (durch Erschöpfung vom Nebennieren, Schilddrüse und Nebenschilddrüsen) auch zu Unterzucker (Hypoglykämie), zu Tetanie (Krämpfen) und/oder Sauerstoffmangel (Hypoxie); auch Asthma und Herzinfarkt kommen (aus gleichen Gründen) häufig am Ende der Nacht oder zum frühen Morgen ! Das ist eine ärztliche Binsenweisheit.

Während Histamin an der Haut zu relativ harmlosen Symptomen wie Juckreiz und Quaddelbildung führt, kann in die Blutbahn gelangtes Histamin tödliche Folgen haben (Jarisch). Histamin verursacht u.a. lebensbedrohliche (anaphylaktoide) Reaktionen bereits in Attogramm¹ (10^{-18} g)!

Histamin wird bei erworbener Histamin-Intoleranz u.a. auch und vor allem durch chemische und toxische Substanzen (bereits in geringsten Dosen!), durch Medikamente und Drogen, Säuren und alkalische Lösungen, durch Kälte, Wärme, Hypoxie, Druck, Traumen, UV-Licht etc. etc. freigesetzt, und in der Folge kommt es durch Aktivierung von Enzymkomplexen aus der Gefäßmembran (Membranlipide) innerhalb von Minuten bis Sekunden zur Bildung von **hochwirksamen weiteren Entzündungs-Mediatoren: PAF² und Eicosanoiden**, was dann zu lebensbedrohlichen Symptomen der Haut, des Gastro-intestinal-trakts, der kardio-vaskulären Organe oder der Atmung und -nicht zuletzt- auch des zentralen Autonomen Systems (ZNS) führt.

Mechanismen:

- 1.) **RADS³** = Lungen + Hypoxie (Sauerstoffmangel).
- 2.) **Persistierende Hyperreaktivität⁴** = **system. undiff. Vaskulitis** (und Kollagenose)
- 3.) **Anaboler Impuls im Endokrinium = IGT** (Hypoglykämie)
*in belasteten (geschlossenen!!) Schlafräumen (CO₂ !!),
u.U. noch dazu oft unterkühlt oder überhitzt !*

s. auch "Kohlendioxid-(CO₂-)Überempfindlichkeit" bei Tilt-Syndrom !

CO₂ Kohlendioxid

Je nach Tätigkeit atmet ein erwachsener Mensch zwischen 10 und 200 L pro Stunde CO₂ aus! Die Belastungsgrenze liegt (für gesunde Menschen) bei 0,15%. Bei Tilt-Syndrom entsprechend wesentlich niedriger (MCS'ler haben offensichtlich davon nie gehört, obwohl es weltweit eine der häufigsten und bleibenden Belastung ist!).

In Wohngebäuden sind durchschnittlich CO₂-Konzentration von ca. 400 – 700 ppm = 750 - 1300 mg/m³ festzustellen. In geschlossenen Schlafzimmern wurden dabei die höchsten Konzentrationen gemessen: bis 2000 mg/m³ in der Phase des Aufwachens und Aufstehens!

¹ 1 Atto-gramm = 0,000 000 000 000 000 001 g

² → Thrombozyten = Blutplättchen: „Platelet Hyperreactivity: → Thrombosen oder Blutungen!

³ Reactive-Airways-Dysfunktion-Syndrome

⁴ Persistent Hyperreactivity and Low-Dose - Reactive Airways Dysfunction Syndrome RADS

Kohlendioxid (CO₂) verursacht *Kopfschmerzen, Schwindel und Bewusstseinsverlust bis hin zur Bewusstlosigkeit, Ohrensausen, Doppeltsehen, Anstieg der Körpertemperatur sowie gravierende allgemeine Hypoxie (mit allen Symptomen und Folgen!)* .

Abnorme Empfindlichkeit gegenüber CO₂ (Kohlendioxid-Intoleranz) ist seit Jahrzehnten in Lehrbüchern beschrieben. Das gleiche gilt für die schwerwiegende **Hypoxie-intoleranz**.

Mold / Schimmelpilz

als FOV- in der Luft der Wohnung !
= Histamin-liberator !

Schimmelpilze in Innenräumen sind heutzutage (aufgrund der modernen Bauweise) sehr häufig!

Schlimmer als ihre Sporen sind ihre **Ausdünstungen**:

Pilze setzen eine Vielzahl von **FOV (flüchtige organische Verbindungen)** als Stoffwechselprodukte frei. Dazu gehören Geruchsstoffe, die den typischen dumpfen Geruch nach Schimmel und Feuchte („**Moder“-Geruch**“) ausmachen, aber auch leicht flüchtige Verbindungen ohne spezifischen Eigengeruch.

Etliche organische Verbindungen, die von Pilzen freigesetzt werden, haben Reizwirkungen und tragen zur „**Sick-Building**-Problematik bei.

Daneben setzen Mikroorganismen wie Schimmelpilze aber auch eine Reihe von Substanzen frei, die -wie z.B. Aceton, Styrol oder Benzol- auch aus lösemittel-haltigen Produkten stammen können.

Die „**Bio-Aerosole**“ können bei Tilt-Syndrom (bezügl. „MCS“: s. oben) **körperliche Symptome** auslösen: *Hautreizungen, Augenreizungen, Reizungen im Atemtrakt (Lungen), Müdigkeitserscheinungen bis hin zum Bewußtseinsstörungen, auch schwere asthmatische Syndrome, insbesondere bei RADS und Persistierender Hyperreaktivität (Tilt-Syndrom).*

Bei allen oben genannten Krankheitssymptome in belasteten Innenräumen:
Schutzprodukte: *Atenschutzmasken und *Luftreinigungsgeräte benutzen !

Aus gegebenem Anlass weisen wir nochmals daraufhin, dass „MCS“ in Europa als psychische Krankheit eingestuft wird - im Gegensatz zu TILT-Syndrom und Tilt-Vaskulitis.

Ein paar Beispiele wie wir und unsere Geschmacksnerven irreführt werden:

Wussten Sie, dass z.B.

1kg Kinderpudding einer bekannten Marke- Mischung ERDBEERE nur eine halbe Erdbeere enthält, der Rest durch Geschmacksstoffe ersetzt wurde?

30% Milch im Milch Snack gerade mal 1 Esslöffel sind, der Rest Zucker und Fett?

Ein bekannter Kinderriegel den Zuckergehalt und die Kalorien eines großen Stückes Schwarzwälder Kirschtorte beinhaltet?

Manche Milchreis- oder Pudding-Fertigprodukte gefährliche Verdickungsmittel wie Carragen⁵ enthalten?

Dass Nudelnacks und Schnellgerichte vielfältige chemische Hilfsstoffe enthalten können?

Ein Kind durch Fertigprodukte durchschnittlich **bis zu 2,5 kg versteckten Zucker** pro Woche zu sich nimmt?

(Quelle U. Pollmer)

Liebe Grüsse von Haus zu Haus

⁵ **Carragen:** (E 407) ist wie Agar-Agar oder Alginat ein in Algen vorkommendes Polysaccharid. wird meistens aus Rotalgen gewonnen. Carrageen wird mit Alkoholen wie z.B. Methanol aus den Zellwänden herausgelöst. Carrageen ist auch **in Bio-Lebensmitteln zugelassen**