

# Kreislauf/Blutdruck

Der Kreislauf wird bei der Energie-Balance an drei Punkten reguliert:

- Am KS8 wird der Kreislauf nur getestet und nicht bemalt. Am KS3 wird der Kreislauf reguliert, der direkt mit den Blutgefäßen zu tun hat.
- Am Magen 36 beeinflussen wir den Kreislauf positiv, der mit unserer Verdauung zu tun hat.
- Am Punkt Niere 27, den wir auch Kreislaufpunkt nennen, den Kreislauf, der mit der Niere zu tun hat.

Somit nimmt der Kreislauf in der Energie-Balance sehr viel Raum ein. Es scheint entscheidend zu sein für unsere Balance.

Alles was fließt steht unter Druck, so auch unser Blut. Mit ausreichend hohem Blutdruck hält sich der Mensch mit seinem Bewusstsein in sich fest. Denn wenn der Blutdruck zu sehr absinkt, fallen wir in Ohnmacht. Das Gehirn bekommt in diesem Fall zu wenig Blut.

## Bluthochdruck/Hypertonie<sup>29</sup>

Hoher Blutdruck schadet den Gefäße und dem Herzen.

Was treibt den Blutdruck in die Höhe?

Ungesunde Lebensweise: Bewegungsmangel, Übergewicht, Stress, Spannung, Rauchen, hoher Salzkonsum.

## Sekundäre Hypertonie

Bei ca. 90% der Menschen mit hohem Blutdruck findet man keine organische Krankheit. (primäre Hypertonie). Nur bei 10-15% liegt ein körperlicher Schaden vor. Hier spricht man von sekundärer Hypertonie. Folgende Ursachen können ihr zugrundeliegen:

- Eine Engstelle in der Nierenarterie. Dadurch bekommt die Niere weniger Blut und schüttet ADH (Antidiuretisches Hormon) aus. Dieses wiederum bewirkt, dass der Körper aus dem Blut weniger Urin produziert und somit steigt die Blutmenge an und dies bewirkt eine Druckerhöhung.
- Eine Nierenkrankheit

---

<sup>29</sup> Aus dem GU Ratgeber Gesundheit „Bluthochdruck senken“ von Annette Bopp und Dr. Thomas Breitzkreuz



- Eine Schilddrüsenüberfunktion
- Fehlbildungen der Hauptschlagader
- Überproduktion des Hormons Aldosteron in der Nebennierenrinde. Dieses wird aus Cholesterin über die Zwischenstufe Pregnenolon und Progesteron produziert<sup>30</sup>. Aldosteron wird auch als Dursthormon bezeichnet, da es bei Flüssigkeitsmangel vermehrt ausgeschüttet wird.<sup>31</sup>

## Primäre Hypertonie

Wenn die sekundäre Hypertonie ausgeschlossen ist, ist der Bluthochdruck konstitutionell bedingt. Die Ursache liegt dann primär im psychischen Bereich. Hilfreich ist die Einteilung in drei charakteristische Typen:

- Der Stress-Typ, ein Fünftel aller Bluthochdruck Patienten, ist schlank, liebt es alles perfekt zu machen, übernimmt gerne Verantwortung. Er ist dünnhäutig, nimmt sich jeden Streit zu Herzen und hat ein Gespür für das Wesentliche. Wut und Angst, darüber hohen Erwartungen und Anforderungen nicht gerecht werden zu können, da gepaart mit einem Mangel an Gestaltungs- und Einflussmöglichkeiten.
- Der Bauch-Typ, dreiviertel aller Hypertoniker, ist füllig bis übergewichtig und hat oft zusätzlich Diabetes Typ 2. Diese Menschen sind der Fels in der Brandung, verlässlich, treu, immer da. Sie sind warmherzig, mitfühlend und empfindsam, fressen allerdings alles in sich hinein.
- Der Chaos-Typ, Menschen, die den Rhythmus verloren haben, die ihrem Leben keine Struktur geben können. Untersuchungen haben gezeigt, dass das Klosterleben, mit seinem konstanten Tagesablauf, sich sehr positiv auf den Blutdruck auswirkt.

---

<sup>30</sup> Siehe PraNeoHom Lehrbuch Band 2, Kapitel Hormonbalance

<sup>31</sup> Quelle [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de)

