

Mein Check-up Plus

vnsanalyse



Analyse des vegetativen Nervensystems

... zeigt mir, ob Stress meinem Körper schadet.

Stress?



Hier
messen
lassen!

7 min., die Klarheit
bringen!

www.vnsanalyse.de

...so einfach wie Blutdruck messen...

Mein Check-up Plus

vnsanalyse

Analyse des vegetativen Nervensystems



**Nehmen
Sie sich
die Zeit.**
Ihrer Gesundheit
zuliebe!

Das vegetative oder auch autonome Nervensystem (VNS) ist die oberste Steuerzentrale im Körper. Es steuert und reguliert alle lebenswichtigen Organe und Organsysteme, die wir willentlich nicht beeinflussen können, wie z. B. das Herz, die Atmung, den Blutdruck, den Stoffwechsel, die Durchblutung, Sinnesorgane, Geschlechtsorgane, Immunsystem usw..

Die beiden Hauptnerven des VNS sind der Sympathikus (Spannungsnerv) und der Parasympathikus (Entspannungsnerv). Sie sind verantwortlich für das Gleichgewicht zwischen Körperspannung und Körperentspannung, um das Funktionieren der Organe und Organsysteme sicherzustellen.

Das vegetative Nervensystem (VNS) verrichtet unbemerkt für alle tagtäglich seine Arbeit, indem es alle Organe und Organsysteme so steuert und reguliert, wie es die jeweilige Situation erfordert. So müssen die Organe bei körperlicher Anstrengung anders funktionieren als sie es im Schlaf tun. Das Herz schlägt in einer Gefahrensituation schneller, die Muskeln sind aufs Höchste angespannt und Energie wird bereitgestellt. In so einer Situation macht es wenig Sinn, den Blutdruck zu senken oder die Verdauungstätigkeit anzuregen.

Früher war es der „Säbelzahn tiger“, bei dem das VNS den Körper in „Alarmbereitschaft“ versetzte, heute ist es der Stress und die ständigen Belastungen und Anforderungen, die dieselben Mechanismen auslösen. Wenn dieser Stress über

einen langen Zeitraum vorhanden ist, erhöht der Spannungsnerv seine Aktivität immer mehr. Der Entspannungsnerv kann die Energien, die für Regeneration, Heilungsprozesse, Energieaufbau und körperliche Erholung dringend erforderlich sind, nicht mehr im notwendigen Umfang bereitstellen. Die Körperregulation durch das VNS ist jetzt gestört.

Diese Regulationsstörung führt bei Nichterkennung zu negativen Konsequenzen für den gesamten Organismus. Alle klinischen und wissenschaftlichen Studien zeigen, dass es keine relevante Erkrankung gibt, die nicht mit einer massiven Veränderung der vegetativen Regulation einhergeht.

Mit der VNS Analyse gibt es eine weltweit anerkannte Methode, die schmerz- und nebenwirkungsfrei innerhalb von ca. 7 Minuten den Zustand des vegetativen Nervensystems sichtbar macht.

Private Kassen übernehmen die Kosten der VNS Analyse. Für gesetzlich Versicherte ist sie eine kostengünstige Investition in die eigene Gesundheit.

Stress?

Stress im Beruf, in der Familie, in der Partnerschaft – die Anforderungen an den einzelnen nehmen immer mehr zu. Die vielen selbst auferlegten Aufgaben im Sinne von „ich muss“ sorgen für immer mehr Stress und erhöhen die Belastungen – die Belastbarkeit nimmt ab. Die VNS Analyse zeigt auf, wie der Körper auf Stress reagiert und ob die Stressfaktoren bereits zu einer Regulationsstörung im VNS geführt haben. Sie zeigt aber auch auf, ob mein Umgang mit Stress (z. B. regelmäßiges Ausdauertraining, Entspannungsübungen) dazu führt, dass Stress mir nichts anhaben kann.

Das VNS reagiert auf Stress wie auf eine Gefahrensituation. Der Spannungsnerv schaltet in den Zustand „Alarmbereitschaft“. Blutdruck und Herzfrequenz steigen, Adrenalin und Zucker werden ausgeschüttet, die Konzentration nimmt zu, der Muskeltonus erhöht sich, alle Organe und Organsysteme werden auf Höchstleistungen vorbereitet, ohne dass diese tatsächlich benötigt werden. Das Immun- und Verdauungssystem wird „heruntergefahren“, weil es in einer Gefahrensituation nicht benötigt wird. Mit der VNS Analyse können wir schnell erkennen, ob ein Ungleichgewicht besteht und ob Ihr Körper dem Stress noch gewachsen ist oder Ihnen einfache Therapien helfen können, dem Stress standzuhalten bzw. ihn abzubauen.

Mehr Information zur VNS Analyse unter:

COMMIT GmbH · Poststraße 45 · 38704 Liebenburg ·
Telefon: 05346 / 912 415 · Fax: 05346 / 912 416
Mobil: 0171 / 884 99 71 oder 0160 / 28 88 182
info@commitgmbh.de · www.commitgmbh.de · www.vagusvit.de

www.vnsanalyse.de

...so einfach wie Blutdruck messen...

COMMIT
Diagnostik- und Therapieprodukte