

Blog 12: Analyse spezifischer Krankheitsbilder – Was unser Körper uns sagen will

Willkommen zu meinem zwölften Blog zur Organsprache!

Ich bin Rosemarie Wagner, Autorin des Buches *Rosewelt Organsprache – Wie sprechen Körperorgane zu uns?*. In diesem Beitrag betrachten wir spezifische **Krankheitsbilder wie Bluthochdruck, Migräne und Endometriose** aus ganzheitlicher Sicht. Wir analysieren ihre **psychosomatischen Ursachen** und zeigen anhand **konkreter Praxisbeispiele**, wie emotionale und mentale Zustände sich in physischen Symptomen manifestieren können.

Bluthochdruck – Der innere Druck als äusseres Symptom

Bluthochdruck (Hypertonie) ist eine **chronische Erkrankung**, die das Risiko für **Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfälle und Nierenschäden** erhöht.

✓ Physische Ursachen:

✓ Übergewicht, Bewegungsmangel, falsche Ernährung.

✓ Psychosomatische Ursachen:

✓ Dauerstress und emotionale Belastung.

✓ Unterdrückte Wut oder ungelöste Konflikte.

✓ Ein ständiges „**Unter-Druck-Stehen**“ – innerlich wie äusserlich.

◆ Zitat aus meinem Buch:

"Bluthochdruck ist oft das Ergebnis chronischen Stresses und emotionaler Belastungen. Eine ganzheitliche Betrachtung hilft, die tieferliegenden Ursachen zu erkennen und zu behandeln."

✨ Praxisbeispiel:

Ein 45-jähriger Mann mit **chronischem Bluthochdruck** lernte durch **Meditation, Ernährungsumstellung und Konfliktbewältigung**, seinen Blutdruck nachhaltig zu senken.

💡 Was könnte der Körper sagen?

"Ich stehe unter Druck, ich halte zu viel fest."

✓ Lösung:

✓ Stressbewältigung durch Atemübungen.

✓ Emotionale Entlastung durch innere Reflexion und Konfliktlösung.

✓ Ernährung mit kaliumreichen Lebensmitteln zur Unterstützung der Gefässe.

Migräne – Wenn unterdrückte Emotionen den Kopf blockieren

Migräne ist eine **neurologische Erkrankung**, die sich durch **pulsierende Kopfschmerzen, Übelkeit und Lichtempfindlichkeit** äussert.

✓ Physische Ursachen:

✓ Hormonelle Schwankungen, bestimmte Nahrungsmittel, Wetterveränderungen.

✓ Psychosomatische Ursachen:

✓ **Perfektionismus und innere Anspannung.**

- ✓ **Unterdrückte Wut oder emotionale Konflikte.**
- ✓ **„Zu viel denken“ – Überforderung des Geistes.**

◆ **Zitat aus meinem Buch:**

"Migräne kann durch eine Vielzahl von Faktoren ausgelöst werden, einschliesslich emotionaler Stressoren wie Angst und unterdrückte Wut. Eine ganzheitliche Herangehensweise kann helfen, diese Faktoren zu identifizieren und zu behandeln."

✨ **Praxisbeispiel:**

Eine 35-jährige Frau, die unter **schweren Migräneanfällen** litt, stellte fest, dass ihre Anfälle häufig in **stressreichen Phasen** auftraten. Durch **Biofeedback, Atemübungen und gezielte Ernährungsanpassung** reduzierte sie die Häufigkeit und Intensität ihrer Migräne.

💡 **Was könnte der Körper sagen?**

"Mein Kopf ist überlastet, ich brauche Ruhe und Klarheit."

✓ **Lösung:**

- ✓ Regelmässige Pausen und bewusste Entspannung in den Alltag integrieren.
- ✓ Emotionale Verarbeitung durch Gespräche oder Tagebuchschreiben.
- ✓ Ernährung anpassen – Verzicht auf Trigger-Lebensmittel wie Kaffee, Käse und Zucker.

Endometriose – Die Sprache des weiblichen Körpers verstehen

Endometriose ist eine **chronische Erkrankung**, bei der Gewebe ausserhalb der Gebärmutter wächst und zu **starken Schmerzen, Unfruchtbarkeit und hormonellen Störungen** führen kann.

✓ **Physische Ursachen:**

- ✓ Hormonelle Dysbalancen, genetische Faktoren, Entzündungsprozesse.

✓ **Psychosomatische Ursachen:**

- ✓ **Emotionale Traumata und ungelöste familiäre Konflikte.**
- ✓ **Unterdrückte Weiblichkeit oder Selbstwertthemen.**
- ✓ **Chronischer Stress und mangelnde emotionale Selbstfürsorge.**

◆ **Zitat aus meinem Buch:**

"Endometriose ist eine komplexe Erkrankung, die oft mit emotionalen Traumata und chronischem Stress verbunden ist. Eine integrative Behandlung, die auch psychosomatische Aspekte berücksichtigt, kann Linderung verschaffen."

✨ **Praxisbeispiel:**

Eine 30-jährige Frau mit **Endometriose** erlebte signifikante Besserung durch eine Kombination aus **hormonfreier Ernährung, Meditation und der Aufarbeitung alter emotionaler Verletzungen**.

💡 **Was könnte der Körper sagen?**

"Ich trage etwas in mir, das gesehen und geheilt werden will."

✓ **Lösung:**

- ✓ Hormonbalance durch Ernährung und pflanzliche Heilmittel.

- ✓ Emotionale Heilung durch therapeutische Unterstützung und Körperarbeit.
- ✓ Selbstfürsorge und das Setzen von klaren Grenzen im Alltag.

Die Bedeutung der Psychosomatik – Was Krankheiten uns sagen

Unser Körper speichert **Emotionen** und legt sie gezielt an bestimmten Stellen ab.

- ✓ **Die Leber speichert Wut** – Chronische Leberbelastung kann mit **unterdrücktem Ärger** zusammenhängen.
- ✓ **Der Magen speichert Angst** – Magenschmerzen treten oft in **stressigen Situationen** auf.
- ✓ **Die Gebärmutter speichert unverarbeitete Emotionen** – Ein Ungleichgewicht kann **hormonelle Beschwerden oder Endometriose** verstärken.

◆ **Zitat aus meinem Buch:**

"Emotionale und mentale Zustände spielen eine entscheidende Rolle bei der Entstehung und dem Verlauf von Krankheiten. Eine ganzheitliche Herangehensweise kann tiefere Ursachen erkennen und effektiv behandeln."

Reflexionsfrage für Sie:

Gibt es eine Stelle in Ihrem Körper, die **immer wieder Beschwerden zeigt**?
Könnte dahinter eine **emotionale Botschaft** stecken?

Zusammenfassung

- ✓ **Bluthochdruck, Migräne und Endometriose haben nicht nur körperliche, sondern oft auch emotionale Ursachen.**
- ✓ **Psychosomatische Zusammenhänge zu erkennen, ist der Schlüssel zur nachhaltigen Heilung.**
- ✓ **Ein individueller Ansatz aus Medizin, Ernährung und emotionaler Verarbeitung ist am effektivsten.**
- 📌 **In der nächsten Episode sprechen wir über das Erkennen von Mustern und Korrelationen zwischen Symptomen und ihren Ursachen – ein spannendes Thema, das Ihnen helfen wird, die Sprache Ihres Körpers noch besser zu verstehen.**
- 🔔 **Abonnieren Sie meinen Blog oder Podcast, um keine Episode zu verpassen! 😊**