

Voller Energie durch negative Ionen

Frisch, erholt und gut gelaunt

Ein Ion ist negativ, wenn es mehr Elektronen als Protonen hat. Negative Ionen sind **nachweislich** dazu **in der Lage** das **menschliche Verhalten** und **Empfinden zu beeinflussen**.

Im Wald, am Meer und auf Bergen befinden sich diese Ionen vermehrt. Sie haben eine **extrem positive Wirkung** auf unsere Gesundheit. Außerdem **verbessern** sie die **Sauerstoffzufuhr** zum Gehirn, die **Nährstoffaufnahme**, die **Schlafqualität** und **fördern** zusätzlich die **Entgiftung**.

Negative Ionen sind eine bedeutende Energiequelle für unseren Körper. Sie spielen eine wichtige Rolle bei der Zellfunktion im Organismus. Fließen ausreichend negative Ionen in den Körper, öffnen sich Kanäle in Zellenwänden, Toxine werden ausgeschieden und neue gesunde Zellen entstehen. Sie können die Stimmung aufhellen, zu einem verbesserten Schlaf, gewünschter Gewichtsreduktion und einer Steigerung der Konzentration und zu sportlicher Leistungsfähigkeit verhelfen. Durch die ausreichende Einwirkung negativer Ionen lassen sich z.B. auch Depressionen, Winterdepressionen und allergische Reaktionen auf Pollen und Staub lindern.

Im Allgemeinen steigern Negativ-Ionen die Sauerstoffzufuhr zum Gehirn, was zu größerer Aufmerksamkeit, abnehmender Schläfrigkeit und erhöhter mentaler Kraft führt,

beteuert Pierce J. Howard, PhD, Autor von „The Owner's Manual for the Brain: Everyday Applications from Mind-Brain research“ und Forschungsdirektor des Zentrums für angewandte Kognitionswissenschaften in Charlotte, N.C.



Im Jahre 1930 fand ein russisches Team unter der Führung von A. L. Tchijevski heraus, dass negative Ionen in der Lage sind, Bakterien abzutöten. Außerdem ist mittlerweile wissenschaftlich nachgewiesen, dass Negativ-Ionen Alpha Hirnströme fördern und die Amplituden der Hirnströme erhöhen, was sich in einem höheren Bewusstseinsgrad bemerkbar macht.

Wissen Sie noch wie Sie sich nach einem Spaziergang im Wald oder am Strand gefühlt haben? Höchstwahrscheinlich frisch, erholt und gut gelaunt. Das liegt unter anderem an der hohen Konzentration an negativen Ionen.

Pro cm³ reiner Luft im Freien finden wir durchschnittlich zwischen 200 bis 500 negative Ionen, in Räumen nur noch 100 bis 200, zum Teil sogar noch darunter. Für unsere Gesundheit wären aber mindestens 400 bis 1000 und mehr negative Ionen pro cm³ optimal.

Forschungsergebnisse legen den Schluss nahe, dass Konzentrationen von über 1000 negativen Ionen/cm³ ideal zu sein scheinen, um Linderung für zahlreiche gesundheitliche Probleme zu bieten.