

# Revolution im Sportbereich: Biophotonen für die Regeneration

Heidi Kühnert

Nach einer Belastung benötigt der menschliche Körper Erholung und Regeneration. Während dieser Zeit kümmert sich der Organismus u. a. um die Reparatur von feinen Muskelstrukturen, die während des Trainings beschädigt wurden. Um diese Reparaturen adäquat steuern zu können, benötigt unser Körper zuallererst die Information, wo genau Schäden aufgetreten sind. Wir gehen heute davon aus, dass Informationen und Befehle solcher Art in unserem Körper von sogenannten Biophotonen übertragen werden. Diese kleinsten Lichtteilchen wurden in Deutschland vor über 30 Jahren von dem Biophysiker Fritz Albert Popp im menschlichen Körper nachgewiesen. Die für den Organismus so essenziell wichtige Informationsübertragung erledigen die Biophotonen in Lichtgeschwindigkeit. Durch ihre Hilfe kann unser Körper pro Sekunde etwa 10 Millionen neue Zellen an der richtigen Stelle entstehen lassen. Die Biophotonen unterstützen somit den reibungslosen Ablauf der Regeneration unseres Körpers.



In ihrer naturheilkundlichen Praxis untersuchte die Autorin, seit 20 Jahren leidenschaftliche Heilpraktikerin und Entwicklerin der Photonenliege *Galago*, ob Hobbysportler von einer zusätzliche Aufnahme von Biophotonen nach dem Training profitieren können. Bei den Tests wurde den Hobbysportlern vor und nach ihrem individuellen Training (etwa Tennis, Laufen oder Radfahren) Blut abgenommen. Nach zwei Stunden der Regeneration erfolgte eine erneute Überprüfung der Blutwerte. Frühestens 48 Stunden nach der ersten Belastung wurde das Prozedere wiederholt, mit dem Unterschied, dass die Hobbysportler nun nach dem Training eine Stunde auf der Photonenliege *Galago* regenerierten. Die Ergebnisse waren verblüffend. Die Regeneration lief wesentlich schneller ab als erwartet:

- Das Enzym Laktat-Dehydrogenase (LDH) war zwei Stunden nach dem Training im Normbereich, in der Kontrollgruppe ohne Biophotonen erfolgte ein Anstieg um 100 Prozent.
- Der akute Wert für Creatinkinase (CK), das die Schädigung der Muskulatur anzeigt, sank außergewöhnlich schnell, obwohl ohne Biophotonen nach dem Training ein Anstieg zu verzeichnen war.
- Der Wert für das C-reaktive Protein (CRP) stieg nach Nutzung der Photonenliege *Galago* nicht weiter an.

## Leistungssportler im Test

Die positiven Ergebnissen bei Hobbysportlern ließen die Frage aufkommen, wie ein solcher Test bei Leistungssportlern ausfallen würde. Für die geplante Untersuchung an Leistungssportlern bekam die Autorin Unterstützung vom Sportlichen Leiter des hessischen Ski-Verbands (HSV), Jochen Behle, sowie von Torald Rein, dem Skilanglauf-Landestrainer des HSV. Insgesamt durchliefen sechs junge Sportler vom HSV zwei Testphasen im Abstand von 14 Tagen. Ihre Vorbelastung in den drei Tagen vor den Tests war hoch, jedoch nicht extrem. Wieder wurden vor der ersten Testphase die Blutwerte der Sportler ermittelt. Danach absolvierten sie ihr gewohntes Ausdauertraining. Direkt nach der Trainingseinheit sowie noch einmal nach einer zweistündigen Regenerationszeit, die ebenfalls wie gewohnt ablief, wurden die Blutwerte der Athleten erneut überprüft. In der Regenerationszeit der zweiten Testphase, 14 Tage später, entspannten die Sportler nun in einer Decke mit integriertem

Quarzzwirn, der mit Photonenenergie aufgeladen wurde, und nahmen photonisiertes Wasser zu sich. Im Einzelnen wurden folgende Ergebnisse festgestellt:

- Bei allen sechs Teilnehmern verbesserte sich der Regenerationsbereich der Creatinkinase (CK) im Durchschnitt um 8 Prozent.
- Bei vier Probanden fand eine Optimierung der Nierenausscheidung um 11 Prozent statt.
- Bei der Hälfte der Teilnehmer konnte eine Verbesserung des Herz-Muskelwertes (CK-MB) im Durchschnitt um 15 bis 20 Prozent ermittelt werden.
- Bei drei Probanden veränderte sich der Regenerationsbereich des Enzyms Laktat-Dehydrogenase (LDH) im Schnitt um 13 Prozent zum Positiven.
- Bei zwei Teilnehmern verbesserte sich die Harnsäure-Regeneration um etwa 7 Prozent.

## Fazit

Die Ergebnisse lassen vermuten, dass eine Unterstützung und Optimierung der Regeneration durch Biophotonen bei Hobby- und Leistungssportlern möglich ist. Die Dauer und die Intensität der Nutzung von Biophotonen spielt dabei wahrscheinlich eine bedeutende Rolle. Auch stellte sich heraus, dass Sportler, die während der Erholungsphase eine Kombination aus Photonendecke und photonisiertem Wasser nutzten, die besten Regenerationsergebnisse der Leistungssportlergruppe erzielen konnten. Die höchsten Regenerationswerte waren jedoch nach Nutzung der Photonenliege feststellbar. In einem nächsten Schritt soll untersucht werden, inwiefern sich die Regeneration verändert, nachdem Leistungssportler eine Nacht auf der Photonendecke geschlafen haben. Darüber hinaus ist für 2015 bereits ein großer Charitylauf geplant, bei dem die Testreihe fortgesetzt wird. Es bleibt spannend, und wir werden berichten.

Autorin:  
Heidi Kühnert, Heilpraktikerin  
Sichelstrasse 32 k, 44229 Dortmund  
E-Mail: kontakt@natuerlichfit.info

Weitere Informationen erhalten Sie auch unter [www.lichtdeslebens.de](http://www.lichtdeslebens.de)