

[Alle Infos und Kontaktdaten hier klicken](#)

LEBENSWICHTIG - DAS BLUT MUSS ZIRKULIEREN

Der Blutkreislauf ist ein in sich geschlossenes Gefäßsystem mit Versorgungs- und Entsorgungsfunktion. Versorgt werden müssen alle Körperzellen mit lebenswichtigen Substanzen wie Sauerstoff (gebunden an den roten Blutfarbstoff Hämoglobin), Nährstoffen, Vitaminen und Mineralstoffen. Abfallprodukte (wie Kohlendioxid) werden dagegen vom Blut aus dem Gewebe abtransportiert. Außerdem zirkulieren im Blut Botenstoffe (wie Hormone) und Abwehrzellen des Immunsystems.

Erfahren Sie hierzu mehr !

DIE MIKROZIRKULATION

Die Mikrozirkulation ist der Teil des Blutkreislaufs, der sich in den kleinsten Blutgefäßen (Blutkapillaren, Arteriolen, Venolen) vollzieht.

Bedeutung der Mikrozirkulation

Man kann gut nachvollziehen, wie wichtig der störungsfreie Blutfluss für den Erhalt unserer Gesundheit ist. Wenn die Mikrozirkulation an einer Stelle nicht zuverlässig funktioniert, ist dort der Stoffaustausch zwischen Blut und Gewebe beeinträchtigt. Das bedeutet, die umliegenden Zellen werden u. U. nicht ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und Stoffwechsel- und Abbauprodukte werden nicht angemessen abtransportiert. Dies beeinträchtigt die Funktions- und Leistungsfähigkeit der betroffenen Körperzellen und der von diesen Zellen gebildeten Organsysteme. Man kann also sagen: Der Funktionszustand eines Organsystems wird zu einem großen Teil durch den Funktionszustand seiner Mikrozirkulation bestimmt.

[Alle Infos und Kontaktdaten hier klicken](#)

Ursachen für eine gestörte Mikrozirkulation

Verschiedene Faktoren können unsere Durchblutung beeinträchtigen. Eine ganz entscheidende Rolle dabei spielt der Zustand der Blutgefäße.

Im Idealfall sind die Gefäße frei von Ablagerungen, flexibel und elastisch. Bei vielen Menschen haben sich jedoch, ausgelöst durch krankhafte Prozesse oder altersbedingt, sogenannte Plaques an den Innenwänden der Gefäße angelagert. Dies führt dazu, dass die Gefäße nach und nach verhärten und sich verengen. Umgangssprachlich wird dies als Arterienverkalkung bezeichnet, der Mediziner spricht von Arteriosklerose. Die Hauptrisikofaktoren für Arteriosklerose sind Bewegungsmangel, falsche Ernährung und Übergewicht, Rauchen, Bluthochdruck und Stress. Da unser Lebensstil einen hohen Anteil daran hat, zählt **Arteriosklerose** zu den sogenannten **Zivilisationskrankheiten**. Ein weiterer Faktor ist das Alter. Etwa ab dem 40. Lebensjahr machen sich Verschleißerscheinungen auch an den Gefäßen bemerkbar. Das Gewebe wird hart und spröde. Bei nahezu allen hochbetagten Menschen wird eine Arteriosklerose festgestellt.

Aber auch zahlreiche Erkrankungen, z. B. Stoffwechselstörungen wie Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörungen sowie Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen, können zu einer Gefäßschädigung und damit zu Durchblutungsstörungen in den kleinsten Gefäßen führen. Zudem können solche Störungen auch als Nebenwirkung von Medikamenten auftreten.

Gefäßerkrankungen: Angiopathie

Angiopathie ist der medizinische Oberbegriff für Gefäßerkrankungen. Üblicherweise sind damit Schädigungen der Arterien und Arteriolen gemeint. Sind die kleinsten Blutgefäße, also Arteriolen und Kapillaren, betroffen, spricht man von einer Mikroangiopathie, bei den größeren Arterien von einer Makroangiopathie. Arteriosklerose ist die häufigste Ursache für eine Angiopathie.

Gesundheitliche Folgen einer gestörten Mikrozirkulation

Wenn die Mikrozirkulation gestört ist, sind wir besonders anfällig für Krankheiten und Infekte und erholen uns auch schlechter davon.

Vor den Folgen von Arteriosklerose und Durchblutungsstörungen in den größeren Gefäßen wird immer wieder gewarnt: Es drohen Herzinfarkt und Schlaganfall. Deutlich schlechter sind die meisten über die Auswirkungen eines gestörten Blutflusses in den kleinsten Gefäßen informiert.

[Alle Infos und Kontaktdaten hier klicken](#)

Viele Patienten kommen daher gar nicht auf die Idee, dass ihre Beschwerden und körperlichen Beeinträchtigungen womöglich auf Störungen der Mikrozirkulation zurückzuführen sind.

Die Veränderungen sind schleichend und bleiben häufig längere Zeit unbemerkt. Zunächst fühlt man sich schlapp und antriebslos, weil den Zellen die nötige Energie fehlt. Die Muskulatur regeneriert nach körperlicher Anstrengung schlechter, das Immunsystem ist geschwächt, so dass die Anfälligkeit für bestimmte Krankheiten steigt und Heilungsprozesse verlangsamt sind. Schließlich kann eine gestörte Mikrozirkulation zu akuten wie chronischen Erkrankungen und Funktionseinbußen der betroffenen Gewebe und Organe führen.

Wenn die Mikrozirkulation gestört ist, sind wir besonders anfällig für Krankheiten und Infekte und erholen uns auch schlechter davon.

Was können Sie für Ihre Gesundheit tun?

Erfahren Sie mehr in diesem Webinar
www.andreathaller.de/webinar

***Hier erfahren Sie in 1 Stunde, wie Sie Ihre
Mikrozirkulation wieder in Schwung bringen!***

Es geht um Ihre Gesundheit bis ins hohe Alter

Folgen einer gestörten Mikrozirkulation

- Der anhaltende Energiemangel in den Zellen führt zu einer Schwächung der allgemeinen körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit.
- Das Immunsystem ist geschwächt, so dass die Anfälligkeit für Infekte steigt.
- Abhängig davon, welches Gewebe betroffen ist, kann es zu Einschränkungen der Organfunktionen und chronischen Organstörungen mit weiteren Folgeerkrankungen kommen.
- Bei bestehenden Erkrankungen droht eine Verschlechterung des Krankheitsverlaufs.
- Regenerations- und Heilungsprozesse sind verlangsamt. U. a. können anhaltende Wundheilungsstörungen auftreten.
- Die Belastungsgrenze für jede Form von Stress sinkt. Stress kann schneller negative Auswirkungen auf unsere körperliche und seelische Gesundheit haben.