

Breuß-Dorn Newsletter * Januar 2013

NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß und Dorn

& alles für die Therapien nach Rudolf Breuß und Dieter Dorn

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax:: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de



Breuß-Dorn NEWSLETTER Januar 2013
4300 Empfänger. Bei Ausdruck ca. 26 Seiten

Inhalt dieses Newsletters:

FASTENZEIT AKTUELL

DORN-KONGRESS 2013 UNTERSTÜTZUNG

DORN-KONGRESS 2013 AUSSTELLER-SERVICE

ARTIKEL: HILDEGARD STEINHAUSER "DIE METHODE DORN, EINE BASISTHERAPIE"

HINTERGRUNDINFORMATION: DAS MENSCHLICHE GELENK

VORTRAGSPROGRAMM 3. RÜCKEN UND GESUNDHEITSTAGE ROSENEHEIM

ARTIKEL: FUNKTIONSTÖRUNGEN DES KAUSYSTEMS

IMPRESSUM/MEDIADATEN

Die FASTENZEIT AKTUELL

Die Fastenzeit steht vor der Tür. In dieser Jahreszeit machen sich die meisten Menschen Gedanken zu diesem Thema.

Beim Fasten handelt es sich um einen freiwilligen, seit Jahrtausenden als Heilverfahren bekannten Nahrungsverzicht. Aus der Not geboren, da in den nördlichen Breiten das Nahrungsangebot, was die Natur bot im Frühjahr immer recht spärlich war. In der Zeit von Januar bis April, wenn die Vorräte des vergangenen Jahres aufgebraut und die Natur noch kein reichhaltiges Angebot an abwechslungsreicher Kost nachwachsen ließ, war der Verzicht in früheren Zeiten eher unfreiwillig.

Da in der Fastenzeit der Geist geschärft, den Körper geläutert und der weltlichen Versuchung der Völlerei abgeschworen wird, passt die Fastenzeit in die Anschauung der meisten Religionen. In vielen Religionen wird daher das Fasten als Möglichkeit betrachtet, näher zu Gott und zu sich selbst zu gelangen.

Im christlichen Kulturkreis dient die Enthaltensamkeit von Fleischspeisen der Erinnerung des Todes Jesu am Kreuz. In der frühchristlichen Kirche war Fasten ein Bestandteil der Riten und Tradition, war aber nicht zwingend. Erst im 3. Jahrhundert wurde das Fasten vor den Tagen des Gedenkens an Jesu Tod, das sogenannte Osterfasten bindend. Es dauerte ursprünglich zwei Tage und wurde später auf sechs Tage verlängert. In den ersten vier Tagen durften noch sogenannte Fastenspeisen wie Wasser Brot und Salz zu sich genommen werden. Die letzten beiden Tage keinerlei Nahrungsmittel. Die österliche Fastenzeit (Quadragesima) wurde zum ersten Mal auf dem Konzil von Nicäa im Jahre 325 dokumentiert. Auf diesem Konzil wurde die Dauer und der Beginn der Fastenzeit festgelegt: 40 Tage vor dem ersten Sonntag nach dem Frühlingsvollmond (in Jerusalem).

Die Fastenzeit auch österliche Bußzeit beginnt in unserem christlichen Kulturkreis traditionell am Aschermittwoch und endet in der Osternacht, der nächtlichen Vigilfeier zum Ostersonntag. In dem Fall sind 40 Tage Fastenzeit vorgesehen, wobei sich die Sonntage seit der Synode von Benevent (1091) nicht mehr dazu rechnen.

Nach einer anderen Zählweise erstreckt sich die Fastenzeit ebenfalls 40 Tage lang - was sich auf den Zeitraum von Aschermittwoch bis Palmsonntag bezieht und die Sonntage einschließt. Ab Palmsonntag beginnt die Heilige (Kar-)Woche, die nach der Zählweise als gesonderter Abschnitt zählt.

Natürlich haben der Erfindungsgeist und der Einfallsreichtum des Menschen Wege gefunden die Vorgaben "des Herrn" geschickt zu umgehen. Da ein Mensch nur schwerlich 40 Tage ohne feste Nahrung überdauern kann und das "Fleisch" schwach ist. Aus diesem Grund wurde das Bier, besonders das reichhaltige Starkbier vor allem von Mönchen gebraut, um sich in der Fastenzeit, in der jede feste Nahrung untersagt war "flüssig" zu ernähren. Bestimmte Speisen galten als Fastenspeisen und waren Kulturkreis oder sozialem Stand unterschiedlich. Sie reichten von Hirsebrei bei den niedrigeren sozialen Schichten bis zu Gemüse und Fisch in den Herrschaftshäusern. Fleisch und Tierprodukte von warmblütigen Tieren galten als generell verboten.

Der menschliche Körper besitzt die Fähigkeit, für gewisse Zeit schadlos ohne Nahrungszufuhr zu leben, so beinhaltet unser Tagesrhythmus nachts je nach Schlafdauer eine "Fastenperiode". Im Englischen steht wörtlich das Wort für Frühstück: breakfast = Fastenbrechen. Bei akuten Krankheiten (z.B. grippaler Infekt) verweigert der Kranke die Nahrung oftmals spontan. Schließlich stellt das Hungern, welches uns bis in die heutige Zeit begleitet, ein unfreiwilliges Fasten dar. Die medizinische Definition des Fastens definiert: Die Umschaltung des Organismus auf das Fasten erfolgt bei einer Zufuhr von weniger als 500-600 kcal. pro Tag über mehrere Tage. Alle Diätformen, die diese Voraussetzung erfüllen, lassen sich somit unter das Fasten zusammenfassen.

Heutzutage stehen neben der geistigen Klarheit während der Fastenzeit Effekte wie das Entlasten, Entgiften und Entsäuern, nicht zu vergessen der positive Effekt der Gewichtreduktion im Vordergrund. Aber auch in dieser Zeit auf bestimmte Versuchungen des modernen Lebens zu verzichten hat sich in unserer Gesellschaft etabliert. Wie z.B. Süßigkeiten, Schokolade, Kuchen, Fleisch, Fett, Alkohol, etc., oder andere Freuden des Alltags, wie Fernsehen, Tanzen, Computerspielen, oder Sex. Stattdessen werden mehr Gottesdienste, kulturelle Veranstaltungen, oder andere intellektuell anspruchsvolle Veranstaltungen besucht.

Die Bandbreite des "Verzichts" in dieser Zeit zwischen Aschermittwoch und Karfreitag reicht von:

- Verzicht auf Genussmittel Süßigkeiten, Schokolade, Alkohol, etc.
- Heilfasten nach Buchinger / Lützner (mit Gemüsebrühe, Tee und Säften)
- Heilfasten mit Milch und Semmeln (Die F.-X.-Mayr-Kur)
- Heilfasten nach Hildegard von Bingen
- Molkefasten
- Saftfasten
- Suppenfasten
- Schleimfasten
- reines Wasserfasten

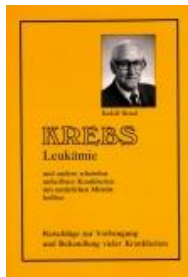
Die Breuß-Kur kann als reines Heilfasten, präventiv zum Vorbeugen, bis hin zu bei "Krebs, Leukämie, und andere scheinbar unheilbare Krankheiten" durchgeführt werden.

In unserem Sortiment finden Sie Literatur und die Produkte für die Fastenkur nach Breuß:

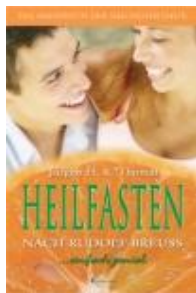
Die Bücher zur Breuß Fastenkur finden Sie in der Rubrik: "Breuß-Literatur":

Klicken Sie hier für die **Breuß-Literatur**

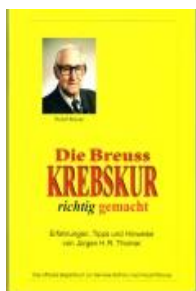
Hier finden Sie die Titel im Einzelnen:



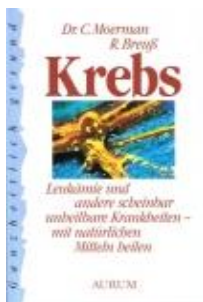
Rudolf Breuß "Krebs, Leukämie" und andere scheinbar unheilbare Krankheiten mit natürlichen Mitteln heilbar



Jürgen H.R. Thomar "Heilfasten nach Rudolf Breuß, einfach genial"



Jürgen H.R. Thomar "Die Breuss KREBSKUR richtig gemacht"



Dr. Cornelius Moermann / Rudolf Breuß "Krebs"



Jürgen H.R. Thomar "Die Krebskur nach Rudolf Breuß... richtig gemacht"

Unsere Produkte zur Breuß Fastenkur finden Sie in der Rubrik: "Breuß-Fastenzubehör": Klicken Sie hier für die **Breuß-Fastenzubehör**

Hier finden Sie die Produkte im Einzelnen:



BIOTTA Breuss-Gemüsesaft-Mischung

Mit Rote Bete, Karotte, Sellerieknolle, Rettich, Kartoffel



KRÄUTERTEE - Rezeptur Nr. 1 nach Rudolf Breuß Teemischung zum Fasten nach Breuß

Mit Salbei, Johanneskraut, Pfefferminz, Melisse. Im Originalmischungsverhältnis nach Rudolf Breuß.



KRÄUTERTEE - Rezeptur Nr. 2 nach Rudolf Breuß Teemischung zum Fasten nach Breuß

Mit Zinnkraut, Brennessel, Vogelknöterich, Johanneskraut. Im Originalmischungsverhältnis nach Rudolf Breuß.



KRÄUTERTEE - Rezeptur Nr. 3 nach Rudolf Breuß Teemischung zum Fasten nach Breuß

Mit Gundelrebe, Isländisch Moos, Königskerze, Lungenkraut, Spitz-/Breitwegerich, Muttern. Im Originalmischungsverhältnis nach Rudolf Breuß.

Unser Gesamtprogramm mit allen Produkten finden Sie unter:
Klicken Sie hier für den breuss-dorn-shop.de

DORN-KONGRESS 2013 UNTERSTÜTZUNG



9. DORN-Kongress
5.-6.10.2013 / Stadthalle / 87700 Memmingen 2013

Motto 2013:
Dorn für jedes Lebensalter

Bei der Anwendung der MethodeDorn sind, was das Alter angeht, keine Grenzen gesetzt: von Babys und Kleinkindern über Teenager bis hin zu Menschen mittleren und gehobenen Alters. In jeder Lebenssituation und in jedem Alter kann es passieren, dass die Wirbelsäule ihre stabile Funktion einbüßt und verschobene Wirbel Schmerzen auslösen.

Mit der MethodeDorn können diese Schmerzen auf sanfte Art gelindert und behoben werden. Dabei spielt es keine Rolle, ob eine blutjunge oder eine vom Leben gezeichnete Wirbelsäule von einem gefühlvollen Daumendruck korrigiert wird.

www.dorn-kongress.de

Veranstaltungsort:
Stadthalle Memmingen
Ulmer Straße 5
87700 Memmingen
www.memmingen.de/stadthalle

Veranstalter:
GESUND MEDIA
Isarstr. 1a – D-83026 Rosenheim
Tel: 08031 - 809 38 33
messe@gesund-media.de
www.gesund-media.de

Die Vorbereitungen für den Dorn-Kongress am 05./06.10.2013 laufen bereits auf Hochtouren. Auch in diesem Jahr können Sie den Dorn-Kongress bei den Werbemaßnahmen unterstützen und die Aufkleber, Briefumschläge, Planen und Flyer auslegen, verteilen, verschicken, etc. Umgekehrt hinterlassen die Maßnahmen einen seriösen, professionellen Eindruck bei Ihren Patienten, Kunden, Klienten, etc. Sie erhalten die Werbemittel kostenfrei vom Orga-Team.

Aufkleber:



bekleben Sie Ihre Post, Pakete, Pinnwand, Kühlschrank, etc.

Briefumschläge, DIN Lang (220x110mm) , mit Fenster, 80g offset weiß, mit Haftklebestreifen



verschicken Sie Ihre Post, Rechnungen in den repräsentativen Kuverts

Planen



Die Planen sind wetterbeständiger und werbewirksam.

Maße: 120x80 cm

Die Planen erhalten Sie kostenfrei und können Sie nach dem Kongress auch behalten.

Anbringen können Sie die Planen mit den praktischen Ösen an Balkonen, Hauswänden Toren, Zäunen, etc.

Bitte beachten Sie, dass Sie die Plane nur auf Ihrem Privatbesitz, oder mit entsprechender Genehmigung des Besitzers, Vermieters, Ordnungsamtes, etc. anbringen.

Als Gegenseitige Werbeaktion:

Machen Sie ein Bild vor der von Ihnen angebrachte Plane mit dem Daumen nach oben und einem Lächeln auf den Lippen.

Schicken Sie das Bild an:

webadministration@dorn-kongress.de

oder an uns wir leiten es weiter:

info@breuss-dorn-shop.de

Sie erscheinen mit Namensnennung auf der Unterstützerseite des Dorn-Kongresses 2013:

<http://www.dorn-kongress.de/unterstuetzung.html>

Flyer:

9. DORN-Kongress
5.-6.10.2013 / Stadthalle / 87700 Memmingen 2013

Motto 2013:
Dorn für jedes Lebensalter

Bei der Anwendung der MethodeDorn sind, was das Alter angeht, keine Grenzen gesetzt: von Babys und Kleinkindern über Teenager bis hin zu Menschen mittleren und gehobenen Alters. In jeder Lebenssituation und in jedem Alter kann es passieren, dass die Wirbelsäule ihre stabile Funktion einbüßt und verschobene Wirbel Schmerzen auslösen.

Mit der MethodeDorn können diese Schmerzen auf sanfte Art gelindert und behoben werden. Dabei spielt es keine Rolle, ob eine blutjunge oder eine vom Leben gezeichnete Wirbelsäule von einem gefühlvollen Daumendruck korrigiert wird.

Veranstaltungsort:
Stadthalle Memmingen
Ulmer Straße 5, 87700 Memmingen
www.memmingen.de/stadthalle

Aussteller Organisation:
Hildegard Steinhauser
Tel.: 08382 - 233 19
hildegard.steinhauser@dornmethode.com
dornmethode.com

Organisation + Vortragsprogramm:
Helmuth Koch
Tel.: 07531 - 28 29 005
info@dornmethode.com
Erhard Seller
Tel.: 08031 - 809 38 33
messe@gesund-media.de

Veranstalter:
Gesund Media GmbH
Isarstr. 1a
83026 Rosenheim
Tel.: 08031 - 809 38 33
messe@gesund-media.de
www.gesund-media.de

Kartenvorverkauf:
Michael Rau
Tel.: 07245 - 93 71 95
info@breuss-dorn-shop.de

zum Auslegen, Verteilen, Verschicken.

Bestellungen der Aufkleber, Briefumschläge, Planen und Flyer bei:

Gesund Media GmbH

Isarstr. 1a

83026 Rosenheim

E-Mail: info@gesund-media.de

Telefon 08031/8093363

Fax 08031/8092799

oder

Michael Rau NSC-Natural Spinal Care®

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de

DORN-KONGRESS 2013 AUSSTELLER-SERVICE

Aussteller-Service

Am 05. und 06. Okt. 2013 findet nach mehrmaligen Erfolgen der 9. DORN-Kongress in der Stadthalle in Memmingen statt.

Öffnungszeiten an beiden Kongresstagen: 9.00 - 18.00 Uhr

78 schöne und lichte Standplätze sind zu vergeben, siehe Standpläne:





Übersichtsplan herunterladen: Dornkongress Memmingen.pdf

Bitte beachten Sie, dass schon viele Standplätze vergeben sind.

Auf der Seite: <http://www.dorn-kongress.de/aussteller-dornkongress-2013.html>

sehen Sie tagesaktuell welche Standplätze noch frei sind.

Wenn Sie Interesse haben, Ihre Produkte anzubieten, melden Sie bitte Ihre Wünsche bei mir an und sichern Sie sich jetzt schon Ihren Standplatz, bei frühzeitiger Anmeldung kann ich Ihre Wünsche optimal erfüllen.

Preis für beide Tage:

Reihenstand qm 69.-- plus 19% MWSt

Eckstand qm 75.-- plus 19% MWSt

Tische, Stühle und Strom sind kostenlos.

Wie bei jedem unserer Kongresse bieten wir wieder ein hervorragendes Vortragsprogramm mit namhaften Referenten, Work-Shops und DORN-Demonstrationen an.

Ich freue mich, Sie auf dem DORN-Kongress als Aussteller begrüßen zu dürfen, für Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Hildegard Steinhauser

Erlachweg 13 b, 88131 Lindau

Tel. 08382/23319, Fax: 946 239

hildegard.steinhauser@dornmethode.com

www.dornmethode.com

www.gesund-media.de

ARTIKEL: HILDEGARD STEINHAUSER "DIE METHODE DORN, EINE BASIS THERAPIE"

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um Ihre Gesundheit und der Methode-Dorn im neuen Magazin:

"Ihre Gesundheit" ist das etwas andere Magazin mit Berichten, Dossiers, Ratgebern rund um Ihre Gesundheit und immer mit dem Schwerpunktthema der Dorn-Methode.

Die Ausgabe finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: **"80% der Operationen in Deutschland könnten vermieden werden!"**



Das Magazin erscheint alle zwei Monate.

Sichern Sie sich jetzt Ihr Jahres-Abo zum Vorteilspreis:

6 Ausgaben für nur 21.90 Euro anstatt 32.10 Euro inkl. MwSt. und Versand innerhalb Deutschlands!

Einzelversand & Auslandsabo ebenfalls möglich unter:

Abonnement & Vertrieb

Sandra Linde, Telefon 08031/8093363

E-Mail: abo@gesund-media.de

"Die MethodeDorn, eine Basis-Therapie"

Seit 1988 gibt es diese manuelle Therapie, die von Dieter Dorn entwickelt wurde. Sie zeichnet sich durch ihre Einfachheit, Wirksamkeit und schnelle Erlernbarkeit aus und ist einsetzbar bei allen Rücken- und Gelenkproblemen. Es ist normal, dass die Patienten krumm und schmerzgeplagt kommen und nach einer Stunde schmerzfrei und aufrecht wieder nach Hause gehen. Dabei ist diese Methode auch ohne Gefahren: Es werden keine Medikamente und auch keine Geräte verwendet. Der Therapeut bzw. Behandler braucht nur zwei gut bewegliche, gefühlvolle Hände. Neben dieser manuellen Art, nach der der Körper des

Menschen wieder aufgerichtet wird und die Schmerzen verschwinden, werden jedem Patienten spezielle, einfache Selbsthilfuebungen gezeigt, die er regelmäßig anwenden sollte, damit die Probleme langfristig verschwinden. Auch interessierte Laien können die MethodeDorn erlernen und sie gut für ihren eigenen Nutzen anwenden.

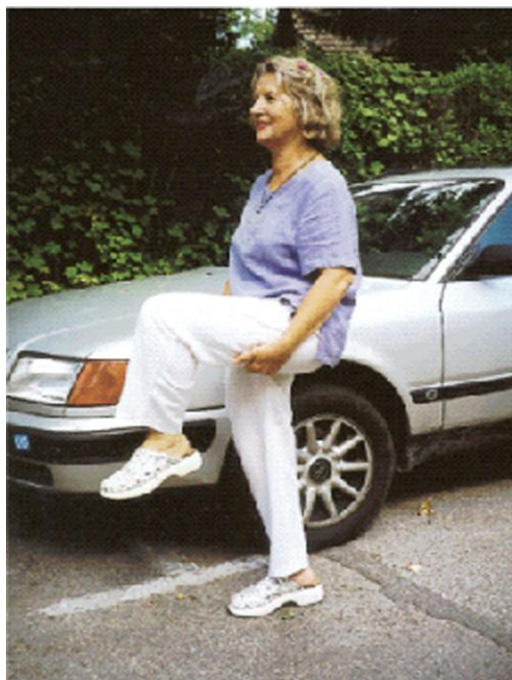
Die MethodeDorn ist gut kombinierbar mit vielen anderen Heilmethoden. Sie beschränkt sich nicht nur auf Rücken, Wirbelsäule und Gelenke, sondern wirkt auch heilsam auf viele andere gesundheitliche Probleme der Organe, die indirekt mit der Wirbelsäule verbunden sind. Bei vielen empfohlenen Operationen sollte man zunächst die MethodeDorn anwenden, bevor man einer Operation zustimmt. Vielleicht ist danach eine Operation nicht mehr notwendig.

Die MethodeDorn eignet sich als eine Basis-Therapie. Bei fast allen gesundheitlichen Problemen sollte zunächst die MethodeDorn angewendet werden, bevor andere Therapiemaßnahmen ergriffen werden. Häufig wirken andere Methoden besser, wenn vorher die Wirbelsäule und die Gelenke korrigiert wurden.



Wie funktioniert die MethodeDorn?

Die MethodeDorn hat einen Grundgedanken, den man beim Behandeln nicht außer Acht lassen sollte: Unser Körper hat viele Knochen in sich, die zusammen das Skelett bilden. Das Skelett bildet die innere Stütze des Körpers und gibt dem Körper seine äußere Form. Die meisten Knochen sind über Gelenke miteinander verbunden. Bewegt wird das Knochengerüst von einem sehr komplizierten Muskel-Bänder-Sehnen-System. Die Knochen sind das zweithärteste Material im Körper, und sie ragen an vielen Stellen des Körpers aus der Körperoberfläche heraus. Damit haben wir die Möglichkeit, alle Knochen mit den Händen an der Körperoberfläche zu fühlen und zu drücken. So brauchen wir keine Hilfsgeräte wie Röntgen, Computer-Tomographie, MRT usw. Wir fühlen die Position der Wirbel und Gelenke von außen ab. Die Diagnose bzw. das Abtasten der Wirbel, Gelenke und des Beckens mit den Händen ist sehr einfach, da unser Skelett symmetrisch konstruiert ist. Um die zentrale Mittellinie ist das Skelett rechts und links spiegelbildlich gleich. So tasten wir alle Stellen der Körperoberfläche gleichzeitig rechts und links und vergleichen das Tastgefühl auf Festigkeit des Gewebes und gleiche Lage der Knochen. Asymmetrische Tastbefunde sind dann zu behandeln.



Das Becken

Das Becken mit den beiden Beckenschaufeln und dem Kreuzbein hat eine zentrale Bedeutung für das ganze Skelett. Ist das Becken verschoben, wir sprechen von einem Beckenschiefstand, führt das über längere Zeit zu einer verschobenen Wirbelsäule (mit vielen Problemen im Oberkörper, Hals-, Schulter-, Kopfbereich) und zu Fehlbelastungen und Deformationen der Beine, Knie und Füße. Die größte Bewegung im Becken findet in den beiden Kreuzbein- Beckenschaufel-Gelenken (Ilio-Sakral- Gelenke, ISG) statt. Die Gelenkflächen haben eine sichelförmige Form. Wenn wir uns hinsetzen, bewegen sich die beiden Beckenschaufeln (relativ zum Kreuzbein) nach unten. Wenn wir wieder aufstehen, sollten sich die Beckenschaufeln in den Ilio- Sakral-Gelenken in die aufrechte Position zurück bewegen. Wenn wir häufig und lange sitzen, machen sie das nicht mehr. Bei vielen Menschen bleibt oft eine Seite blockiert, die Beckenschaufel dreht sich nicht mehr in die ideale aufrechte Haltung zurück. An dieser Seite ist das dann "das Bein länger", was wir durch den einfachen Beinlängen-Test nach Dorn sofort sehen können. Mit den Selbsthilfeübungen nach Dorn wird genau dieses Problem in den Ilio-Sakral-Gelenken wieder korrigiert. Immer mehr Menschen empfinden diese Selbsthilfeübungen als eine große Wohltat.



Es ist das hochkomplizierte Muskel- Bänder-Sehnen-System, dass die Knochen bewegt. Sind das Becken, die Wirbelsäule oder die Gelenke schon länger verschoben, passen sich die Muskeln dieser Schiefelage an. Werden dann das Becken und die Wirbelsäule mit der Methode Dorn gerade gerichtet, mögen das die Muskeln nicht, sie ziehen die Knochen gerne wieder in die gewohnte Schiefelage. Deshalb ist es notwendig, über längere Zeit immer wieder die einfachen Dorn-Selbsthilfe-Übungen zu machen, damit die Muskeln sich langsam der aufrechten, geraden Haltung anpassen können.



Hildegard Steinhauser

Dorn-Breuss Massagetherapeutin und Trainerin, Lindau

E-Mail: hildegard.steinhauser@dornmethode.com

HINTERGRUNDINFORMATION: DAS MENSCHLICHE GELENK

Das menschliche Gelenk

Das menschliche Gelenk ist eine hoch komplizierte und teilweise sehr störungsanfällige Konstruktion. Ein Gelenk stellt die bewegliche Verbindung zwischen zwei Knochen dar. Es besteht aus einem Gelenkkopf, der unter normalen Umständen perfekt in die dazugehörige Gelenkpfanne eingepasst ist. Zwischen Gelenkkopf und Gelenkpfanne befindet sich eine Knorpelschicht, die dazu dient, den Druck abzupuffern der entsteht, wenn die beiden Knochenenden aufeinander treffen. Eine besondere Gleitfähigkeit erhält ein Gelenk durch die Gelenkschmiere, die Gelenkkopf und Gelenkpfanne umgibt. Das komplette Gelenk wird von einer Gelenkkapsel umschlossen. Diese Gelenkkapsel ist mit einer dünnen Membran ausgekleidet, die die wichtige Gelenkflüssigkeit produziert.

Altersbedingter Gelenkverschleiß und die Folgen

Fast alle Dinge, die häufig und intensiv beansprucht werden, unterliegen einem normalen Abnutzungsprozess. Das menschliche Gelenk bildet dabei keine Ausnahme. Selbst, wenn man sorgsam mit seinem Körper umgeht, so ist es der normale Lauf der Dinge, dass der Gelenkknorpel mit zunehmendem Alter verschleißt. Die Knorpelmasse wird dünner und porös und hat somit irgendwann dem Druck der aufeinander treffenden Knochen nichts mehr entgegenzusetzen. Dann trifft Knochen auf Knochen und es entsteht Reibung, die wiederum zu unangenehmen Schmerzen führen kann. Es kommt zur gefürchteten Arthrose, einer Gelenkerkrankung, an der allein in Deutschland 5 bis 8 Millionen Menschen leiden. Bei der Arthrose schmerzt das Gelenk vor allem dann, wenn es nach einer Ruhepause wieder belastet werden soll. Ist dieser Anlaufschmerz erst einmal überwunden, kann sich der Patient im Anfangsstadium der Arthrose relativ schmerzfrei bewegen. Hinzu kommen jedoch später Gelenkschmerzen, wenn das Gelenk überlastet wird, also zu lange oder zu intensiv beansprucht wird. Von einer Arthrose sind meist die großen Gelenke des Körpers - beispielsweise die Hüftgelenke oder die

Kniegelenke - betroffen, die im Alltag sehr intensiv beansprucht werden. Arthrose kann von Schwellungen und schmerzhaften Entzündungen im Gelenk begleitet werden, tritt aber auch oft ohne Entzündungsprozess auf und beginnt mit Steifheitsgefühlen im betroffenen Gelenk.

Beschwerden und Erkrankungen bei Überbelastung

Dass Leistungs- und Profisportler ihrem Körper mit kräfteraubendem Training nicht nur Gutes tun, kann man leicht nachvollziehen. Aber auch Freizeitsportler, die ihren großen Idolen nacheifern wollen, übersehen manchmal ihre körperlichen Grenzen. Sportliche Ziele sollten mit Vernunft gesetzt werden. Wer vorher keinen Sport getrieben hat und sich nun das Ziel setzt, für den nächsten Marathon zu trainieren, der handelt ebenso kopflos wie ein Bodybuilder, der beim Gewichte stemmen alle Warnsignale des Körpers missachtet und immer weiter schwere Gewichte nachlegt. Bei zu intensivem Training, bei dem die eigenen Belastungsgrenzen missachtet werden, droht neben gefährlichen Herz-Kreislauf-Problemen auch ein vorzeitiger Gelenkverschleiß. Ebenso schädlich wie zu überzogenes Training sind generell alle Sportarten, bei denen die Gelenke sehr stark belastet werden. Dazu zählen beispielsweise das Inlineskaten, das Snowboarden oder das Downhill- Mountainbiken quer durch unwegsames Gelände. Auch bei schwerer körperlicher Arbeit kann es zu Überbelastungen der Gelenke und den damit verbundenen Schmerzen kommen. In den meisten Fällen kann man hier nur vorbeugend tätig werden, indem man alle Hilfsmittel in Anspruch nimmt, die einem die körperliche Arbeit erleichtern können. Erst, wenn der Körper streikt, wird es möglicherweise erforderlich, als letzten Ausweg einen Wechsel der Arbeitsstelle in Betracht zu ziehen, ehe eine Arbeitsunfähigkeit droht.

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um Ihre Gesundheit und der Methode-Dorn im neuen Magazin:

"Ihre Gesundheit" ist das etwas andere Magazin mit Berichten, Dossiers, Ratgebern rund um Ihre Gesundheit und immer mit dem Schwerpunktthema der Dorn-Methode.

Die Ausgabe finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: **"80% der Operationen in Deutschland könnten vermieden werden!"**



Das Magazin erscheint alle zwei Monate. Zum Preis von 3.90 Euro pro Ausgabe

Sichern Sie sich jetzt Ihr Jahres-Abo zum Vorteilspreis:

6 Ausgaben für nur 21.90 Euro anstatt 32.10 Euro inkl. MwSt. und Versand innerhalb Deutschlands!

Einzelversand & Auslandsabo ebenfalls möglich unter:
Abonnement & Vertrieb
Sandra Linde, Telefon 08031/8093363
E-Mail: abo@gesund-media.de

VORTRAGSPROGRAMM 3. RÜCKEN UND GESUNDHEITSTAGE ROSENEHEIM

3. Rosenheimer Rücken- & Gesundheitstage

2. bis 3. März 2012 im Ku'Ko, 10.00 -18.00 Uhr
Besuchen Sie kostenlos innerhalb der Ausstellung
viele interessante Vorträge hochkarätiger Referenten!



3. Rosenheimer Rücken- & Gesundheitstage

**2. bis 3. März 2013 im Ku'Ko
10.00 – 18.00 Uhr**

***Gesund und Fit
in den Frühling!***

Für Gesunde zum Vorbeugen, für Schmerz-Betroffene und Therapeuten, Ärzte und Heilpraktiker. Mit einer großen Ausstellung und diversen Vorträgen hochkarätiger Referenten!
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Für nähere Informationen oder Interesse als Aussteller wenden sie sich bitte an:

GESUND MEDIA
GRÜND

Isarstraße 1a, 83026 Rosenheim
Tel.: +49 (0)8031 - 809 38 33
www.gesund-media.de

Das erwartet Sie in der Ausstellung:

- Ärzte und Kliniken
- Augenlasern
- Aus- und Weiterbildung
- Ayurveda
- Reisen
- Barfußlaufen
- Behandlung gegen Haarausfall
- BIO Heil & Vitalpilze
- Frischekosmetik
- Gelenknahrung
- gesundes Wasser
- Gesundheitsprodukte
- Hyptnose
- Magnetschmuck
- Magnetfeldtherapie
- Massagesessel
- Medizinische Massagesysteme
- Nahrungsergänzung
- Naturwasser
- Privatcouching
- Prophylaxe
- Schröpftherapie
- Streckbank
- Thai Massage
- Versicherungen
- Zahntechnik
- Schlafsysteme
- MethodeDorn





Vortragsprogramm:

Vorträge

1 Messtag Samstag, 02. März 2013

10:00 Uhr



Birgit Klesinski

Thema: Das Pflegefallrisiko - Vorbeugung und Sicherheit durch Pflegevorsorge Der Vortrag zeigt die Folgen eines Pflegefalls mit allen Konsequenzen und stellt solide Lösungen vor, Ihr Leben besser und sicherer zu gestalten.

11:00 Uhr



Prof. Dr. Gerd Regel Chefarzt für Unfall-, Hand- und Wirbelsäulenchirurgie am RoMed Klinikum Rosenheim

Thema: Diagnostik und Behandlung von Bewegungsstörungen

12:00 Uhr



Josef Gomig Kräuterexperte

Thema: Die Urkraft der Natur

Altes Wissen neu entdeckt - das Leben steckt im Darm. Aronia, die bioaktive Powerbeere, fasziniert die Naturheilkunde. Der Mensch sucht nach neuen oder altem Wissen, um sich weder wohl zu fühlen. Dabei stehen die Natur und eine Ernährung aus der Region im Mittelpunkt.

13:00 Uhr



Dr. med. dent. Oliver und Andreas Spitz - Zahnärzte aus Rosenheim

Thema: Zähne gerichtet - Rückenschmerzen behoben

Rückenschmerzen stehen häufig in Zusammenhang mit Zahnfehlstellungen oder Funktionsstörungen des Kausystems.

14:00 Uhr



Erhard Seiler Gründer der Firma OrthoDorn, Verleger, Seminarleiter der MethodeDorn

Thema: Sanfte Wirbelsäulen- und Gelenktherapie nach der MethodeDorn und OrthoDorn

Schmerz lass nach Mit der MethodeDorn und OrthoDorn können Rückenprobleme langfristig behoben werden

15:00 Uhr



Dr. med. Douwes Internist und Ärztlicher Direktor der Klinik St. Georg

Thema: Spezielle Diagnostik und Therapie bei chronisch-degenerativen Erkrankungen.

Mit der sogenannten Integrativen Therapie chronisch degenerativer Erkrankungen lassen sich Linderung und funktionelle Verbesserungen bewirken.

16:00 Uhr



Helmuth Koch Heilpraktiker

Thema: HWS-Probleme mit der MethodeDorn lösen

Bei jeder DORN-Behandlung werden die Halswirbelsäule und der Schulterbereich kontrolliert und korrigiert Nach der Behandlung werden die Selbsthilfe-Übungen gezeigt und geübt, damit die Probleme nicht mehr auftreten können

17:00 Uhr



Sebastian Schrödl Waldpädagoge der besonderen Art

Thema: Die Kraft und Energie der Bäume

Inwieweit wir mit der Kraft des Waldes umgehen und die Energie des Räucherns in unser Leben aufnehmen können, zeigt dieser Vortrag.

Vorträge

2 Messetag Sonntag, 03. März 2012

10:00 Uhr



Michael Rau Heilpraktiker

Thema: Breuß-Massage

Mit dokumentarischer Begleitung erläutert dieser Vortrag detailliert die Techniken der Original Breuß-Massage. Anhand des historischen Filmmaterials werden Praxis und Theorie dieser Methode veranschaulicht,

11:00 Uhr



Dr. Martin Marianowicz Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie, Sportmedizin, Schmerztherapie, Fellow for Interventional Pain Practice

Thema: Aufs Kreuz gelegt - "Warum 80% der Rücken-Operationen überflüssig sind"

Stufenplan der interventionellen Schmerztherapie und der minimalinvasiven Prozedur zur Behandlung akuter und chronischer Rücken- und Nackenschmerzen.

12:00 Uhr



Dr. med. Michael Steinhöfel

Thema: Wie schädlich sind Handy, WLAN und Co.? Die gesundheitliche Beeinflussung des Organismus durch die moderne Lebensart. Ursachen - Folgen - Lösungsmöglichkeiten.



Dr. Friedhelm Schneider - memon bionic instruments, Innenraumluftqualität / Feinstaub

Thema: Feinstaub - der unsichtbare Killer?

Wie feine und ultrafeine Partikel die Qualität unserer Raumluft beeinflussen.

13:00 Uhr

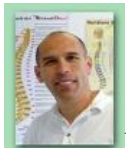


Sigmar Hengge

Thema: Neue Wege bei Arthrose

Eine Studie der Charité Berlin belegt erstmals die Wirksamkeit der pulsierenden Schröpftherapie bei Kniegelenkarthrose. Der Vortrag stellt die hochaktuellen und interessanten Ergebnisse vor.

14:00 Uhr



Erhard Seiler Gründer der Firma OrthoDorn, Verleger, Seminarleiter der MethodeDorn

Thema: Sanfte Wirbelsäulen- und Gelenktherapie nach der MethodeDorn und OrthoDorn

Schmerz lass nach Mit der MethodeDorn und OrthoDorn können Rückenprobleme langfristig behoben werden

15:00 Uhr



Gerhard Reitinger - Entlastungsspezialist

Thema: Entlastet bewegen - Selbstbehandlung der Wirbelsäule und Gelenke

16:00 Uhr



Sebastian Schrödl Waldpädagoge der besonderen Art

Thema: Die Kraft und Energie der Bäume

Inwieweit wir mit der Kraft des Waldes umgehen und die Energie des Räucherns in unser Leben aufnehmen können, zeigt dieser Vortrag.

17:00 Uhr



Dr. med. dent. Oliver und Andreas Spitz - Zahnärzte aus Rosenheim

Thema: Zähne gerichtet - Rückenschmerzen behoben

Rückenschmerzen stehen häufig in Zusammenhang mit Zahnfehlstellungen oder Funktionsstörungen des Kauystems.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen Vorbehalten

Herausgeber und Ihre Ansprechpartner:

Gesund Media

Isarstraße 1a

83026 Rosenheim

Tel.: +49 80 31 - 809 33 63

info@gesund-media.de

www.gesund-media.de

Weitere Informationen unter www.gesund-media.de/messe

Veranstaltungsort:

KUKO -Kultur + Kongresszentrum

Kufsteiner Str 4

83022 Rosenheim

Tel. :08031 -3659365

E-mail info@kuko.de

www.kuko.de



Rücken- und Gesundheitsspezialisten

Natural Spinal Care®
 Ausbildungszentrum und Online-Shop
 nach Breuß und Dorn

Ausbildungszentrum nach Breuß und Dorn · Römerstr. 56 · 76448 Durrnsheim · Tel.: 07245 / 937195
 Neu im Programm: Bettssysteme und Matratzen von OrthoDorn www.breuss-dorn-shop.de

Praxisklinik für Integrative Medizin
 www.dr-wiechert.de

Tel. 0521/290202
 Fax. 0521/295915

Dr.med.Werner Wiechert

Facharzt für Innere Medizin
 Diesterwegstr. 64
 33604 Bielefeld
 werner-wiechert@t-online.de

manfred eck
 einzelhandel mit alternativen produkten

benzstraße 7
 69221 dossenheim

tel.: 06221-863627 – Mobil: 0178-2182759
 fax: 06221-876069 – aromen@web.de
 www.heilen-mit-aromen.de

GAMAL RASLAN
 PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE
 FORTBILDUNGSZENTRUM
 FÜR DORN-THERAPIE

Johann-Georg-Gademannstraße 4
 97424 Schweinfurt
 Tel: 09721/78 22 50 – www.gamalraslan.de

Keplerstraße 8
 76761 Rülzheim

Bouché: 0 72 72- 96 08 9
 Werner: 01 72- 93 47 73 7
 Fax: 0 72 72- 46 70
 www.wellness.bouche.de

Andrea Werner
 Inge Bouché

KörperWerkstatt Blum
 Gesundheitsberaterin für Rücken, Füße und Gelenke

Natascha Blum

Gewerbstraße 2a
 D-78479 Insel Reichenau
 Telefon +49 (0) 75 34 - 99957 85
 Mobil +49(0) 170 - 4793623
 info@koerperwerkstatt-blum.de
 www.koerperwerkstatt-blum.de

Susanne Kaiser
 Ganzheitliche Massage

Bachstraße 7
 94560 Offenberg/Neuhausen

Telefon 0991/9959169
 kaiser.susanne@web.de

Alle Hilfsmittel für die Wirbelsäulenmassage nach Dorn
 Rufen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie!

PANEK
 Therapiebedarf

Therapiebedarf PANEK
 Mühlhaldenstr. 31
 D-97866 Ingendorf
 info@therapiebedarf.net
 www.therapiebedarf.net
 Tel.: (08346) 982356

Hans-Dieter Maier
 Gesundheitsberatung

Mainstrasse 13
 76676 Graben-Neudorf
 Tel. 07255 8830
 mail: hdmaier@t-online.de

Fachschule für WS-R
 Wirbelsäulen-Revitalisation

Schmerzen müssen nicht sein

Bei jeder Alternativmethode fehlen wichtige Bestandteile. WS-R ist eine Therapie die diverse Alternativmethoden beinhaltet, die sich ideal ergänzen. Es ist ein fantastisches arbeiten, weil sehr schnell spürbare und sichtbare Erfolge zu verzeichnen sind.
 Unterlagen unter Marcel Egli Heilpraktiker für Wirbelsäule + Gelenke
 Gartenstrasse 11 – 25704 Meldorf – Telefon 04832/97 95 51
 E-mail: Marcelegli@t-online.de – www.ws-r.eu

Vital-Studio

Praxis für ganzheitliche Ernährungsberatung
 Behandlung nach Methode Dorn und OrthoDorn Matratzen

Susanne Schaller

Telefon: 0921 / 50 71 500
 Telefax: 0921 / 50 71 508
 Carl-Burger-Strasse 26
 95445 Bayreuth
 Email: info@gesundundmunter.net

www.gesundundmunter.net

Naturheilpraxis Peter Fugger

Mühlhaldenstr. 30
 73770 Denkendorf

e-Mail: peter.fugger@t-online.de
 Mobil: 0171 / 12 84 530

Österreich

Schweiz

MASSAGE Gaisbauer

Windorf 18
 A - 4113 St.Martin
 Telefon: 07232 / 3144
 Mobil: 0676 / 330 41 73
 Mail: peter.gaisbauer@aon.at

WirbuMa GmbH
 Gesundheitspraxis
 Stöckackerstr. 79
 CH 3018 Bern-Bümplitz
 Tel. 031 333 35 37
 www.wirbuma.ch

ARTIKEL: FUNKTIONSTÖRUNGEN DES KAUSYSTEMS

Funktionsstörungen des Kausystems

Laut der Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK) sind etwa 80 Prozent aller Menschen von Funktionsstörungen im Kausystem (Cranio-mandibuläre Dysfunktionen oder kurz CMD) betroffen. Davon treten bei etwa 12 Prozent schmerzhafte Symptome und Funktionseinschränkungen auf. Oft gehen diese Symptome von Problemen des Kiefergelenks aus.

Symptome

- Kiefergelenkknacken und Gelenkgeräusche
- Schmerzen im Bereich des Ohres, Kopfschmerzen, Nacken und Rückenschmerzen sowie ein temporäres oder dauerndes Gefühl der Schwerhörigkeit.
- trockener Mund mit herabgesetztem Speichelfluss und Geschmackstörungen

Ursachen

Die Ursachen sind vielschichtig. Okklusionsstörungen (falsche Bisslage; Fehlbiss wegen schlecht angepasster Füllungen, Kronen, Brücken; Zahnverluste; gewanderte, elongierte, oder gekippte Zähne; funktionsuntüchtige prothetische Versorgungen) können eine Hyperaktivität der Kaumuskelatur auslösen. Reibgeräusche und Gelenkknacken sind Zeichen einer Dysfunktion der Kiefergelenke, Inkoordination des Diskus articularis - internal derangement - oder Verschiebungen der Bandscheibe in sagittaler oder transversaler Richtung, während der Patient eine habituelle Okklusionshaltung einnimmt, bzw. in exzentrischen Okklusionsstellungen knirscht. Nicht nur organische, sondern auch psychische Faktoren und geistig-seelische Einflüsse sind anteilig an dem Auftreten von Funktionsstörungen beteiligt. Oft führt die seelische und körperliche Belastung (Stressbewältigung) zum Knirschen (Bruxismus) im frontolateralen Bereich.

Diagnostik

Die Diagnose wird meist anhand von klinischen Untersuchungen und auch von radiologischen Methoden erreicht.

In der klinischen Untersuchung sind häufig Verspannungen der Muskulatur, Abrasionen und Abnutzungen der Schmelzschicht, aber auch Einschränkungen in der Bewegung des Kiefergelenks oder Schmerzen im Kiefergelenk als Folgeerscheinung der craniomandibulären Dysfunktion klar erkennbar.

Behandlung

Schientherapie:

Funktionsstörungen des craniomandibulären Systems werden hauptsächlich mit Aufbissschienen therapiert. Diese "Okklusionsschienen" sind wertvolle Therapiemittel in der zahnärztlichen Praxis, um funktionelle Symptome, Befunde und Erkrankungen zu behandeln. Sie dienen zur Aufhebung der bestehenden Kontaktbeziehung der Zähne, um eine Änderung der Muskel- und Gelenkfunktion zu erreichen und damit eine Neueinstellung und Harmonisierung der vertikalen und horizontalen Kieferrelation zu erwirken. Es gibt verschiedene Schienenarten. Okklusionsschienen, die in der initialen Therapie angewendet werden, sind die so genannte Reflexschienen und Äquilibrationsschienen. In der kausalen Therapie verwendet man die Positionierungsschienen und für die definitive Therapie dienen die Langzeitschienen.



- Reflexschienen, auch als Entspannungsschienen bekannt, haben die Aufgabe, parafunktionell genutzte Zahnkontakte und Bewegungsmuster aufzuheben und dadurch einen dysfunktionellen, neorumuskulären Regelkreis zu durchbrechen.
- Äquilibrationsschienen stellen eine Harmonisierung von Muskel- und Gelenkfunktion über eine Idealisierung der Kontaktbeziehung der Zahnreihen her.
- Positionierungsschienen sind indiziert, um die Lage und Belastung der Kiefergelenke zu ändern, bzw. den nach anteriomedial verlagerten Diskus articularis zu reponieren und zu stabilisieren.
- Lanzeitschienen sichern eine hergestellte funktionelle Kondylenposition und stellen die physiologische Funktion der Zahnreihen her. Die Langzeitschiene ist eine nicht invasive Therapieform und kann als weiterführende Behandlung nach der Schienentherapie empfohlen werden.

Physiotherapie

Die physikalische Therapie ist gerichtet auf Schmerzlinderung, Dämpfung der muskulären Hyperaktivität, Aktivierung hypotoner, atrophischer Muskeln und Mobilisierung bewegungslimitierter Gelenke.



Dafür gibt es verschiedene Therapiemöglichkeiten:

- Die Thermotherapie ist eine lokale, nur oberflächlich wirkende Anwendung von feuchter oder trockener Wärme.
- Die Kryotherapie ist durch eine oberflächliche, lokale Kälteanwendung gekennzeichnet, die durch kalte Wickel oder Eispackungen erfolgen kann und gehört im Bereich der Physiotherapie zu den wirkungsvollen analgetischen Maßnahmen.
- Die Elektrotherapie besteht aus Hochfrequenztherapie, Ultraschalltherapie, Lasertherapie und transkutaner Nervenstimulation.
- Massage gehört auch zu den physiotherapeutischen Maßnahmen. Ihre Wirkung lässt sich einteilen in:
 1. Lokalwirkungen auf Blut-, Lymphgefäße und Muskulatur
 2. Fernwirkungen auf den Gesamtorganismus und auf segmental zugeordnete innere Organe sowie den Fremdreflex.

Neben der klassischen Massage und der Bindegewebsmassage, spielt auch die Selbstmassage der Kaumuskulatur, sowie die Bewegungstherapie, deren Prinzip auf das Ausgleichen der Hypervalenz einzelner Muskeln durch gezielte Aktivierung und Stärkung der komplementären Muskeln besteht, eine große Rolle.

- Muskelentspannung kann bei sinngemäßer und korrekter Anwendung mit allen Autorelaxationsmethoden auch einen positiven Effekt auf Psyche und Soma haben.
- Die Methode Dorn als sanfte Gelenkbehandlung ist eine sehr Erfolg versprechende Therapiemöglichkeit. Mit dieser Methode kann man Wirbelsäule und Gelenke, bei gleichzeitigen Pendelbewegungen mit Armen und Beinen des Patienten, mit dem Daumendruck sanft und gezielt behandeln.

"Entscheidend für eine harmonische Behandlung des Kauorgans ist nicht das Konzept, sondern das Erreichen eines akzeptablen neuromuskulären Funktionsniveaus, zu dem auch die Zähne passen." (W. Krogh-Poulsen)



Dr. Oliver Spitz und Dr. Andreas Spitz - Zahnärzte
Salinstr. 11, 83022 Rosenheim, Telefon: 08031/12883

NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß und Dorn

& alles für die Anwendungen nach Rudolf Breuß und Dieter Dorn

Inhaber: Michael Rau

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de

Steuer-Nr.: 39338/44622

Ust-IdNr.: entfällt

Handelsregister-Nummer: entfällt

nicht im Handelsregister eingetragenes Kammermitglied der IHK-Karlsruhe

Unser Newsletter ist ein Informationsmedium für Neuigkeiten der Methoden nach Breuß und Dorn und unserem Ausbildungszentrum.

Wir wenden uns damit an Therapeuten, Ärzte, Heilpraktiker, Gesundheitsberater, Interessierte, Betroffene, etc. - für alle, die die BREUß- und DORN-Methoden anwenden und sich für die Methoden interessieren, zum Informations- und Erfahrungsaustausch.

Sie finden in unserem Newsletter Neuigkeiten, Erfahrungsberichte, Studien, Termine, Buchvorstellungen, Produktneuheiten, u.a..

Wir veröffentlichen gerne auch Ihre Neuigkeiten, die für allen anderen Leser interessant sind, wobei sich die Newsletterredaktion das Recht vorbehält Artikel zu kürzen, abzulehnen, oder terminlich in einer anderen Ausgabe zu veröffentlichen.

Copyright 2006-2012 NSC-Natural Spinal Care®. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, wenn nicht anders angegeben, mit Quellenangabe: www.breuss-dorn-shop.de frei. Der Bezug der Newsletter ist kostenlos und kann jederzeit beendet werden. In unserer Bezugsdatei werden nur die e-mail-Adressen ohne jeden weiteren Personenbezug gespeichert. Es ist daher erforderlich, dass eine Abbestellung von der Empfängeradresse erfolgen muss. Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten wollen, klicken Sie auf den folgenden Link. Newsletter abbestellen: newsletter-loeschen@breuss-dorn-shop.de Wir werden Sie dann aus der Datenliste der Empfänger streichen.

Der regelmäßige Versand unserer Newsletter erfolgt 1x pro Monat. Bei einer Netzüberlastung können sich die Übertragungszeiten verschieben. Haben Sie jedoch einmal keinen Newsletter auf ihrem Rechner, bitten wir um Information.

Der Bezug des Newsletters wird von uns aus beendet, wenn Ihr e-mail-Programm oder Ihr Provider den Bezug zurückweist (Fehlerhafte Programmierung eines Spam-Schutzes, der Mailbox oder der Abrufparameter). Sollte der Newsletter fehlerhaft ankommen (Steuerzeichen statt Umlauten), teilen Sie uns dies bitte mit.

Haben Sie den Newsletter von jemand anderem erhalten und sind nicht in der Verteilerliste, senden Sie uns eine e-mail und schreiben einfach **NEWSLETTER ANMELDUNG**.

Wenn Sie der Meinung sind, dass ein anderer Kollege oder eine andere Kollegin unseren Newsletter ebenfalls erhalten sollte, schreiben Sie bitte **EMPFEHLUNG NL** und die e-mail-Adresse des neuen Empfängers. Wir nehmen diese Adresse dann in unsere Newsletter-Datei auf und versenden den letzten aktuellen Newsletter. Newsletter-Versand-Adressen werden von uns ausschließlich für diese Zwecke gespeichert und enthalten keinen weiteren Personenbezug. Sie werden Dritten nicht weitergegeben.

Bilder/Grafiken: Artikel 1 NSC, Artikel 2,3 Gesund Media/dorn-kongress.de, Artikel 4,5,6,7 Gesund Media

Wenn Sie unseren Newsletter nicht richtig angezeigt bekommen, klicken Sie bitte auf:

<http://www.breuss-dorn-shop.de/breuss-dorn-newsletter-01.2013.pdf>

Für die Anzeige der Dokumente benötigen Sie den Acrobat Reader. Sollte das Programm auf Ihrem Rechner noch nicht installiert sein, so können Sie es unter <http://get.adobe.com/de/reader/> kostenfrei beziehen.

Alle bisher erschienen Newsletter finden Sie auf unsere Seite: **[Breuss-Dorn-Newsletter](#)**

MEDIADATEN

Sie wollen in unserem Newsletter auf Ihre Präsenz, Produkte, Seminare, Neuigkeiten, Bucherscheinungen, etc. aufmerksam machen?

Von der Bannereinspielung bis zu PR-Berichten besteht jede Möglichkeit. Sprechen Sie mir unserem PR-Berater. Unsere Mediadaten finden Sie unter: **[Mediadaten breuss-dorn-newsletter.pdf](#)**