R3
AIR YOUR LIFE

# Studien zur Wirkung von negativ Ionen auf den Menschen.

# 1 ALLERGIEN UND ASTHMA

## ATMEN SIE WIEDER FREI!

In Deutschland sind etwa 8 Millionen Menschen krank an Asthma - von Allergenen sind bei uns etwa 20 Millionen Menschen betroffen.
Die WHO warnt vor Allergien als ernst zu nehmender Gesundheitsgefährdung mit nahezu pandemischen Ausmaßen. Sie sind niemals harmlos und chronische Erkrankung sind nicht auf die leichte Schulter zu nehmen, da sie sich unbehandelt stets verschlimmern können. Die Ursache hierfür ist unklar, doch wahrscheinlich sind neben der Luftverschmutzung wohl Fettleibigkeit, schlechte Ernährung und mangelnde Bewegung dafür verantwortlich. Ein weiterer Faktor ist vermutlich die Abnahme der Luftzirkulation in Räumen aufgrund luftdichtisolierender Bauweise sowie eine erhöhte Konzentration positiver Ionen durch elektronische Geräte.
Die Schadstoffbelastung kann in geschlossenen Räumen viel höher als im Freien sein, und ohnehin gehören Luftschadstoffe zu den gravierendsten Umweltrisiken für die Gesundheit. Wenn Patienten nicht symptomatisch behandelt werden, können ursächliche Beschwerden therapiert werden, weshalb Allergien nicht immer Bestand haben müssen. Positive Ionen können das Asthma von Kindern bei sportlicher Anstrengung verschlimmern.

# 1 ALLERGIEN UND ASTHMA

**Wendet man auf diese aber negative Ionen an, verbinden sie sich mit den positiven Schwebteilchen aus Schmutzpartikeln und weiteren Schadstoffen. Dies führt dazu, dass Keime, Schimmel, Pollen und andere Allergene zu schwer werden, sie sinken auf den Boden und können nicht mehr aus der Luft eingeatmet werden. Dadurch werden sie aus der Raumluft entfernt und sie sind nicht mehr in der Lage, Asthma, Allergien oder Lungenkrankheiten zu verursachen**

https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/asthma-bronchiale/haeufigkeit
https://www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/allergien/index.html
Mindell: Der Happiness-Effekt. Die positive Wirkung negativer Ionen auf unsere Gesundheit, E. Murnau: Mankau 2016, S. 47
Fred Soyka und Alan [Denis] Edmonds: The Ion Effect: How Air Electricity Rules Your Life and Health, New York: Bantam Books 1977, S. 82 und C. A. Pope, R. T. Burnett et al.: Lung Cancer, Cardiopulmonary Mortality, and Longterm Exposure to Fine Particulate Air Pollution, in: Journal of the American Medical Association, Vol. 287 (2002), No. 9, S. 1132–1141

# 2 AUFMERKSAMKEITSDEFIZIT-SYNDROM (ADS/ADHS)



## SYNDROM MIT NEGATIV IONEN EINDÄMNMEN

ADS/ADHS sind zwei der häufigsten psychiatrischen Störungen im Kindes- und Jugendalter, unter denen etwa 6 % der Kinder leiden. Prinzipiell verändert diese Störung die Konzentrationsfähigkeit der jungen Menschen. Symtome sind neben Hyperaktivität häufig u. a. Unaufmerksamkeit, Störverhalten, Ungeduld, vermindertes kognitives Denken, Angst, Tagträumerei, Flüchtigkeitsfehler oder wenig Ausdauer bei Aufgaben. Die Kinder neigen vor allem zu Impulsivität, explosionsartigen Wutausbrüchen wegen Kleinigkeiten, sie streben ständig nach sofortiger Belohnung oder zeigen starken Bewegungsdrang. Die Behandlung dieser Störungen sind eine Verhaltens- oder medikamentöse Therapie, außerdem kann es ein „multimodales Behandlungskonzept“ sein, das aus eingehenden ärztlichen Beratungen der Eltern und anderer Bezugspersonen, aus heilpädagogischen, verhaltenstherapeutischen oder familientherapeutischen Maßnahmen besteht.
Die Anwendung negativer Ionen kann eine zusätzliche Form der Behandlung sein: Wohl bewirken sie eine Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit, mehr Ruhe und Aufmerksamkeit. Sie bezieht sich auch auf den physischen Raum, der die Kinder umgibt. Denn reine Luft kann dafür

sorgen, dass z. B. schlafbezogene Atmungsstörungen vermieden werden. Wichtig ist ein Ort, an dem sich ein Kind sicher und geschützt fühlt und an dem es frei atmen kann. Das hat zahlreiche andere gesundheitliche Vorzüge. Negativ geladene Ionen können dazu beitragen, die Allergene und Schadstoffe aus der Luft zu beseitigen, da sie sich mit Staub- und Schimmelpartikeln, mit Schuppen von Haustieren oder Pollen zu schwereren Klumpen verbinden. Weil negative Ionen die allgemeine Konzentrationsfähigkeit erhöhen, haben sie möglicherweise auch eine positive Wirkung auf Kinder mit ADHS, weil sie dem Gehirn mehr Sauerstoff liefern und den Serotoninspiegel regulieren. Darüber hinaus können negative Ionen auch das Immunsystem anregen und die Selbstheilungskräfte des Körpers stärken.

https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/praevention/kindergesundheit/aufmerksamkeitsdefizitsyndrom.html
https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/kinder-jugend-psychiatrie/erkrankungen/aufmerksamkeitsdefizit-hyperaktivitaets-stoerung-adhs/multimodales-behandlungskonzept-therapieziel

https://www.bundesgesundheitsministerium.de/themen/praevention/kindergesundheit/aufmerksamkeitsdefizitsyndrom.html
https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/kinder-jugend-psychiatrie/erkrankungen/aufmerksamkeitsdefizit-hyperaktivitaets-stoerung-adhs/multimodales-behandlungskonzept-therapieziel

# 3 ATEMWEGSERKRANKUNGEN

## NEGATIV IONEN LASSEN KRISTALLKLAR ATMEN!

Wenn negative Ionen hoch konzentriert sind, sind sie fähig, die Umgebungsluft von Schimmelsporen, Gerüchen, Zigarettenrauch, Bakterien, Viren und anderen gefährlichen Luftpartikeln zu reinigen. Das ist möglich, da die negativen Ionen sich mit den positiv geladenen Schwebteilchen aus Schmutzpartikeln und weiteren Schadstoffen verbinden. Dies führt dazu, dass Keime, Schimmel, Pollen und andere Allergene zu schwer werden. Sie fallen auf den Boden oder befestigen sich auf einer nahegelegenen Oberfläche. Dadurch werden sie aus der Raumluft entfernt und sie können z. B. Asthma nicht mehr verursachen. Insofern steht es gegen die Entstehung von Atemwegserkrankungen. Atemübungen in dieser an negativen Ionen reichen Luft haben eine bemerkenswerte therapeutische Auswirkung auf die Atemwege. Sie lindern Allergien und Asthma, haben eine positive Wirkung auf das Blut, verbessern den Stoffwechsel und die Konzentration, beseitigen Müdigkeit und erhöhen die Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten. Und auf kranke Raucherlungen, deren Entstehung dumm und überflüssig ist – jeder Raucher ist selbst dafür verantwortlich! – kann durch mit Negativen Ionen behandelte Luft eingewirkt werden und sie reinigen.

# 3 ATEMWEGSERKRANKUNGEN



https://der-schimmel-profi.de/unsere-leistungen/ursachenerkennung-und-sanierung-von-schimmelpilz-befall/koennen-schimmelpilze-krank-machen
Fred Soyka und Alan [Denis] Edmonds: The Ion Effect: How Air Electricity Rules Your Life and Health, New York: Bantam Books 1977, S. 68/69 und 78 und J.-Y. Côté: The Ion Miracle. The effects of negative ions on physical and mental well-being, St. Raymond: Francois Lepine 2007, hier insb. S. 52–57
Fred Soyka und Alan [Denis] Edmonds: The Ion Effect: How Air Electricity Rules Your Life and Health, New York: Bantam Books 1977, S. 51 und 91 und C. A. Pope, R. T. Burnett et al.: Lung Cancer, Cardiopulmonary Mortality, and Longterm Exposure to Fine Particulate Air Pullution, in: Journal of the American Medical Association, Vol. 287 (2002), No. 9, S. 1132–1141]

## HEILEN SIE ES - EIN NEUER ODEM DURCH FREISCHE LUFT!

Was ist der Unterschied zwischen normaler, alltäglicher und „frischer“ Luft? Warum gehen Sie in Parks oder ans Meer, um Sauerstoff zu tanken und frische Luft zu atmen? Frische Luft oder Luft im Freien enthält viele negative Ionen, die Sie beleben und Ihr allgemeines Wohlbefinden verbessern können. In einem geschlossenen Büroraum kursiert immer Luft, sie wird ständig umgewälzt.
Diese schadstoffbelastete Luft ist nicht frisch, sondern gleichsam abgestanden. Sie ist stärker belastet als die Luft im Freien, und Sie atmen sie ständig ein (und wieder aus). Daher sollte ein Luftreiniger in einem Innenraum, in dem ständig gearbeitet wird, aufgestellt werden. Sie sorgen dadurch für Heilung. Und negative Ionen können auch das Immunsystem anregen und die Selbstheilungskräfte des Körpers stärken. Die Beschleunigung des Heilungsprozesses liege an der Fähigkeit negativer Ionen, durch Mikroorganismen verursachte Entzündungen zu verhindern, so sagen Experten. Negative Ionen verhindern Oxidation und lindern damit alle Arten von Entzündungsprozessen.

B. Baldwin: Why is Fresh Air Fresh?, in: The Journal of Health and Healing, Vol 11, No. 4, S. 26–27
K. Takahashi, T. Otsuki et al.: „Negatively-Charged Air Conditions and Responses oft he Human Psycho-Neuro-Endocrino-Immune Network“, in: Environment International, Vol. 34 (2008), No. 6, S. 765–772

# 5 SCHMERZEN

## LINDERN SIE IHRE SCHMERZEN - AUCH ÜBER NACHT!

**Das Serotonin im Blut spielt eine große Rolle bei der Empfindung körperlicher Schmerzen, ja, je nach Konzentration verstärkt sie sie sogar. Negative Ionen verhelfen zur Senkung des Serotoninspiegel. Sie können auch bei Migräneanfällen und zur Verhinderung von Kopfschmerzen eingesetzt werden.**
**Allein das Aufstellen eines Ionen-Generators in einem Büroraum, in dem es an diesen Ionen mangelt, bewirkt laut Studien die Senkung von Kopfschmerzen um 50 %, desgleichen bei Migräne das Auftreten von Schwindel und Übelkeit. Bei Krebspatienten wurde festgestellt, dass sie beim Einsatz von Negativ-Ionen weniger Medikamente einnehmen mussten und eine beschleunigte Wundheilung eintrat. Und in der Nacht scheinen die Negativ-Ionen noch wirksamer zu sein als tagsüber!**

L. H. Hawkins: „The Influence of Air Ions, Temperature and Humidity on Subjective Wellbeing and Comfort“, in: Journal of Environmental Psychology, Vol. 1 (1981), No. 4, S. 279–292 und Fred Soyka und Alan [Denis] Edmonds: The Ion Effect: How Air Electricity Rules Your Life and Health, New York: Bantam Books 1977, S. 75/76
N. Jonassen: Are Ions Good for You?, in: Compliance, 1.8.2013 <https://incompliancemag.com/article/are-ions-good-for-you>

# 6 STIMMUNG

## ATMEN SIE „VITAMINE DER LUFT“!

Wir Menschen halten uns bis zu 90 % unserer Zeit in geschlossenen Räumen auf. Eine Klimaanlage regelt zwar die Temperatur, verteilt im Raum aber oft selbst Keime, Bakterien und Sporen. Zudem befinden sich in Räumen Chemikalien aus verdunsteten Reinigungsmitteln, Baumaterialien, Teppichen oder Möbeln. Dadurch können sich Depressionen, die absolut belastende Krankheiten sind, entwickeln. Belastungen wie Stress und Ängste gehören ebenso dazu.
Licht- und Negative-Ionen-Therapien wirken aber wie Antidepressiva. Die Methoden ohne Medikamente können also die mit Antidepressiva verbundenen Nebenwirkungen und üblichen Kontraindikationen vermeiden helfen. Stresstraumata und Gemütsstörungen können durch eine Negativ-Ionen-Therapie gelindert werden; Luftionisation hilft gegen Depression, Angst und Stimmungsschwankungen und stärkt das seelische Wohlbefinden, nach der ihr Körper verlangt! Lassen Sie Negativ-Ionen zu, achten Sie auf Ihre Stimmung und steigern Sie so Ihr Wohlbefinden!

# 6 STIMMUNG



E. Mindell: Der Happiness-Effekt. Die positive Wirkung negativer Ionen auf unsere Gesundheit, Murnau: Mankau 2016, S. 47
A. H. Frey: “Modification of the conditioned emotional response by treatment with small negative air ions”, in: Journal of Comparative and Physiological Psychology, Vol. 63 (1967) No. 1, S. 121–125
AA.VV. in: BioMed Central Psychiatry 2013 sowie M. Terman, J. S. Terman und D. C. Ross: A Controlled Trial of Timed Bright Light and Negative Air Ionization for Treatment of Winter Depression, in: Archives of General Psychiatry, Vol 55 (1998), No. 10, S. 875–882
D. Strachan und J. Karnstedt: „Negative Ionen – Vitamine der Luft?“, <https://www.tyent-europe.com/media/files_public/tyent-europe-com-negative-ionen.pdf>

# 7 KONZENTRATION UND KOGNITIVE FÄHIGKEITEN



## STEIGERN SIE IHREN GESUNDEN GEIST IN GESUNDEM RAUMKLIMA!

Es klingt unglaublich, aber wissenschaftliche Studien bewiesen, dass elektrischer Strom das menschliche Wohlbefinden positiv beeinflussen kann! Die Versuche zur Heilwirkung der Ionentherapie reichen bis ins Jahr 1891 zurück, als der geniale Erfinder und Elektroingenieur Nikola Tesla die nach ihm benannte Spule zur drahtlosen Übertragung elektrischer Energie vorstellte. Dabei gelang es ihm zu zeigen, dass er nicht nur Elektrizität durch seinen eigenen Körper leiten konnte, ohne Verletzungen davonzutragen. Hingegen stellte er sogar fest, dass der Energieschub für einen besseren Schlaf sorgt, den Blutdruck senkt und Allergien oder Atemwegserkrankungen lindert. Earl Mindell befasst sich in „Der Happiness-Effekt“ ausführlich mit der Wirkung positiver und negativer Ionen auf den menschlichen Körper. Er beschreibt besonders die Vorzüge einer Behandlung mit negativen Ionen, die in freier Natur verstärkt, z. B. am Wasser, im Wald und allgemein bei hoher Luftfeuchtigkeit, auftreten. Dazu zählen etwa die Reduktion einer Vielzahl von Allergenen in der Luft, die vermehrte Zufuhr von Sauerstoff zum Gehirn und damit eine erhöhte Konzentrationsfähigkeit sowie die Stimulation des Immunsystems .

# 7 KONZENTRATION UND KOGNITIVE FÄHIGKEITEN

**„Der Happiness-Effekt“ ist ein Leitfaden für den wirksamen Einsatz einer verblüffenden Methode zur Steigerung von Glück und Gesundheit, eine Verständliche Erklärung für negative Ionen und deren Wirkung. Mindell liefert den klaren Beweis für den gesundheitlichen Nutzen der Therapie mit negativen Ionen**
**– er präsentiert eine faszinierende Wellness-Strategie!**

R. Harf: Nikola Tesla: Das betrogene Genie, o. J., <https://www.geo.de/magazine/geo-kompakt/6553-rtkl-erfinder-nikola-tesla-das-betrogene-genie>
E. Mindell: Der Happiness-Effekt. Die positive Wirkung negativer Ionen auf unsere Gesundheit, Murnau: Mankau 2016
K. Sakakibara: Influence of Negative Air Ions on Drivers, Research Domain, No. 17, R&D Review of Toyota CRDL, Vol. 37, No. 1 (2002)

# 8 SPORTLICHE LEISTUNGSFÄHIGKEIT



## OHNE DOPING SCHNELLER, WEITER, HÖHER, - MIT NEGATIVEN IONEN!

Leider gibt es nicht genug negative Ionen in unseren Wohnungen und an unseren Arbeitsplätzen. Selbst wenn Sie die Fenster offenhalten, ist die Konzentration an negativen Ionen in der Luft viel zu niedrig. Dazu tragen die Luftverschmutzung in den Großstädten und alle Klimaanlagen sowie elektrische Geräte bei, die jede Menge positive Ionen erzeugen.
Durch den Einsatz negativer Ionen beim Sport erzielen sie eine enorme Steigerung Ihrer Leistung, Sie haben schnellere Reflexe und verbessern Ihre Redaktionszeiten sowie stabilisieren Sie Ihren Gleichgewichtssinn und Ihr Ausdauervermögen. Ebenso regenerieren sie einfach schneller! Unbedingte Voraussetzung dafür aber ist, dass Sie sich natürlich noch selbst bewegen (müssen)! Und freuen Sie sich auf das Duschen hinterher, denn ohne Ihr Wissen haben Sie bereits einen Ionisator zuhause: Wenn Sie Ihre Brause mit einem speziellen Duschkopf intensiv nutzen, werden negative Ionen auf eine natürliche Art und Weise erzeugt. Das ist wahrscheinlich der Grund, warum so viele Menschen vor allem morgens den anregenden Wasserstrahl nicht missen möchten, um aufzuwachen!

# 8 SPORTLICHE LEISTUNGSFÄHIGKEIT

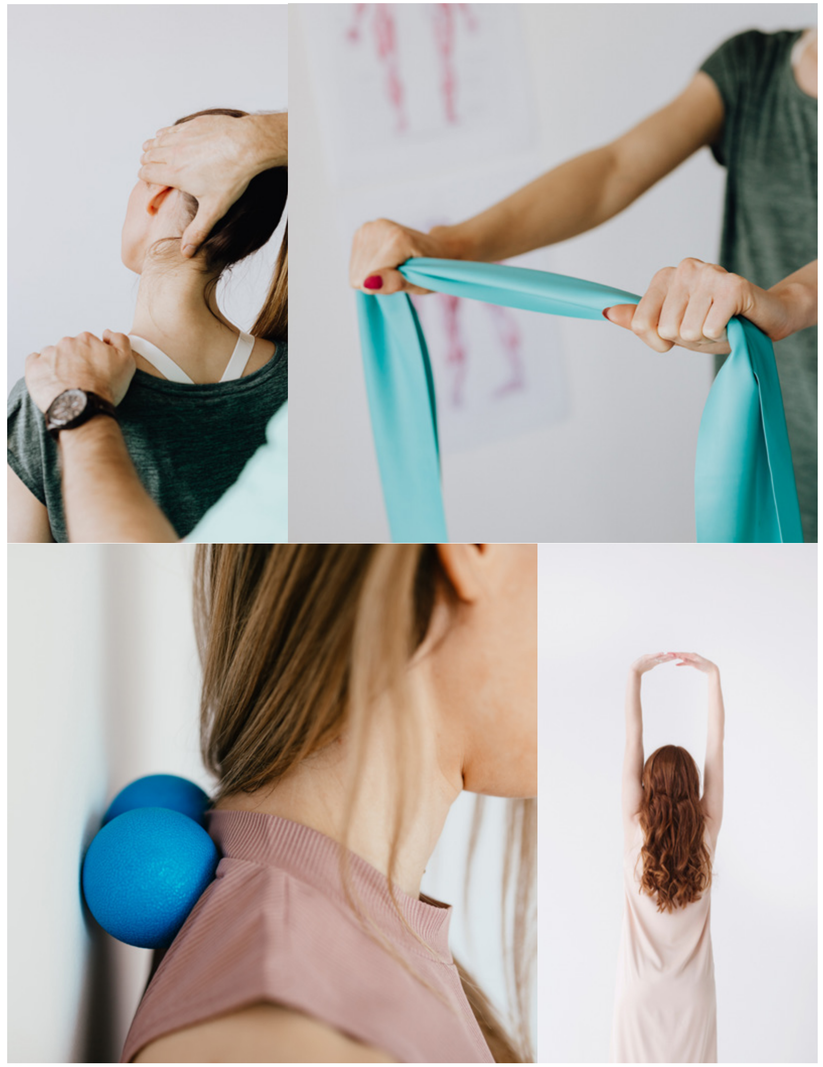


Denise Mann: „Negative Ions Create Positive Vibes“, in: <https://www.webmd.com/balance/features/negative-ions-create-positive-vibes#1> und <https://freshideen.com/gesundheit/negative-ionen-ionisator.html>].
<www.geomedair.com/pdf/pdfde/Ionisation_Artikel_VfO.pdf>, S. 5
F. G. Portnov: Electroaerosol Therapy, Riga: Zinatne 1976
E. Mindell: Der Happiness-Effekt. Die positive Wirkung negativer Ionen auf unsere Gesundheit, Murnau: Mankau 2016, S. 23

# 9 KARDIOVASKULÄRE GESUNDHEIT

## KENNEN SIE VASODILATATION? DAS SOLLTEN SIE ABER!

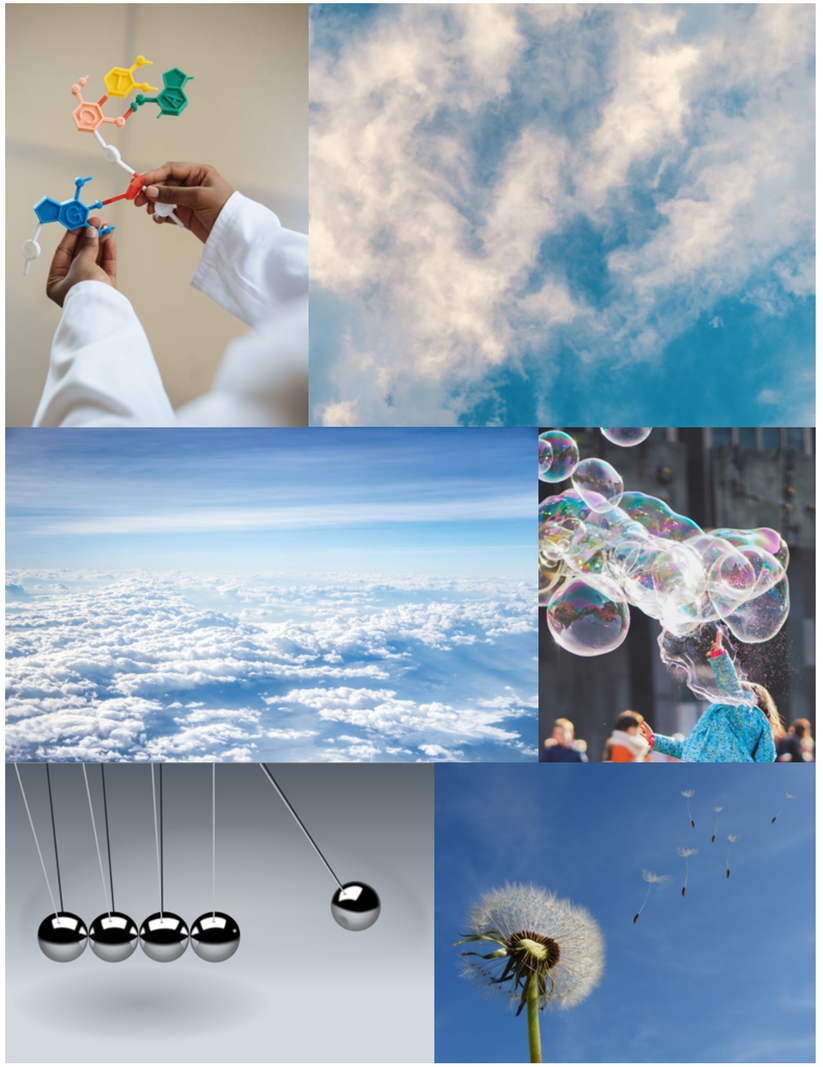
**Hohe Cholesterinwerte im Blut stehen in Bezug zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen, denn sie können zu Gefäßverkalkungen führen.
Der ganz natürliche Einsatz von Negativ-Ionen jedoch kann zur Heilung dieser Erkrankungen führen. Tests mit Sportlern zeigen eine bessere kardiovaskuläre und respiratorische Anpassung bei körperlicher Anstrengung, und die anschließende Regeneration erfolgt schneller: Bei jedem Patienten gingen Puls, Blutdruck und Atemfrequenz früher als erwartet zurück. Sie entspannen und erweitern in sog. Vasodilatation Ihre Blutgefäße, wodurch der Blutdruck gesenkt wird und das Herz-Kreislauf-System entlastet wird. Positive kardiovaskuläre Ergebnisse in Verbindung mit Negativ-Ionen konnten bei Personen mit hohen Cholesterinwerten nachgewiesen werden. Fügen Sie also Negativ-Ionen zur Verbesserung Ihres täglichen Lebens und damit Ihrer Gesundheit bei!**



M. Deleanu und M. Moses-Iörincz: Effect of Negative Air Ion Exposure on Adatation to Physical Effort in Young Sportsmen, in: Biometeorology, 6, Part I.: H. E. Landsberg and S. W. Tromp (Hg.): Int. J. Biometeor. Supplement, Vol. 19: 131
F. G. Portnov: Electroaerosol Therapy, Riga: Zinatne 1976
S. Yamada und D. Chino: Inhibitory Effecs of NAI on Erythrocyte Aggregation, in: Medicine and Biology, Vol. 141 (2000), No. 3, S. 79–83

# 10 FREIE RADIKALE

Freie Radikale sind Atome oder Atomgruppen mit ungepaarten Elektronen, aber Elektronen möchten als Paare bestehen.
Die freien Radikalen sind bestrebt, diese anderen Molekülen abzuziehen, um selbst auf eine gerade Anzahl zu kommen. Freie Radikale sind also imstande, unsere eigenen Zellen zu schädigen. Dennoch sind sie, auch wenn sie ständig vom Körper erzeugt werden, einer unserer wichtigsten Bestandteile. Die reaktiven Sauerstoffspezies (ROS) bilden sich im normalen Stoffwechsel. Durch spezielle Moleküle, Antioxidantien wiederum, können wir uns dagegen schützen.
Sie können sie nämlich neutralisieren. Hinsichtlich des wichtigen Antioxidans Superoxid-Dismutase (SOD) wurde der Einfluss der Negativ-Ionen-Therapie untersucht. Personen wurden mit negativen Ionen behandelt, die von einem Ionen-Generator erzeugt wurden. Das Ansteigen der Aktivität ihres SOD-Spiegels war offensichtlich. Daher spielen Negative Ionen höchstwahrscheinlich beim Schutz der Zellen vor Schädigungen durch freie Radikale und damit einhergehenden Problemen eine wichtige Rolle.



E. A. Kosenko, Yu Kaminsky et al.: The Stimulatory Effect of Negative Air Ions and Hydrogen Peroxide on the Activity of Super-Oxide Dismutase, in: FEBS Journal, Vol. 410 (1997, No. 2/3, S. 309–312

# 11 SEROTONIN-IRRITATIONS-SYNDROM

## NEGATIV IONEN HELFEN DEN SEROTONINSPIEGEL ZU SENKEN

Das leichte Auftreten des Serotonin-Irritations-Syndroms kann eine hinderliche, da erhöhte Herzschlagfrequenz, erweiterte Pupillen, Zuckungen, Schwitzen oder überaktive Reflexe auslösen. Im stärksten Fall hat es desaströse Folgen, wie z. B. ein Schock aufgrund einer überhöhten Herzschlagfrequenz und Blutdrucks, Krampfanfälle oder die Bildung von Blutgerinseln in den kleinen Blutgefäßen. Dies verläuft schnell.
Positive Ionen können dafür verantwortlich sein, wenn ihre Zahl erheblich höher liegt als die der negativen Ionen. Laut einigen Forschern ist der Serotonin-Spiegel durch eine Negativ-Ionen-Therapie stark einzudämmen. Zudem lassen andere Studien darauf schließen, dass die Konzentrationen negativer Ionen in umgekehrten Verhältnis zum Serotoninspiegel stehen. Demnach unterdrücken sie ihn. Achten Sie also auf den Einsatz eines hohen Spiegels an negativen Ionen, da zu wenig davon eine Erhöhung des Serotoninspiegels bedeuten, was insbesondere zu Angstzuständen führen kann.

E. Mindell: Der Happiness-Effekt. Die positive Wirkung negativer Ionen auf unsere Gesundheit, Murnau: Mankau 2016, S. 81
A. P. Krueger und D. S. Sobel: Air Ions and Health, New York, NY: Harcourt Brace Jovanovich 1979
M. C. Diamond et al.: Environmental Influence on Serotonin and Cyclic Nucleotides in Rat Cerebral Cortex, in: Science, Vol. 210 (1980), S. 652–654

# 12 BESSERER SCHLAF

## BESTER, GEREGELTER SCHLAF IST LEBENSNOTWENDIG!

**Schlaf ist für unser Leben außerordentlich wichtig – und er hat eine fundamentale Funktion!
Schlafstörungen, Schlafmangel oder sogar das Leiden unter Schlaflosigkeit bieten jedoch gravierende gesundheitliche Probleme. Auch Sekundenschlaf tritt in unserer Zivilisation immer häufiger auf; alle diese Phänomene nehmen ständig zu. Es verwundert nicht, dass die Forschung gezeigt hat, dass das Einwirken von negativen Ionen, die den Serotoninspiegel senken, gesunden Schlaf fördern. Tests ergaben, dass die Überproduktion von Serotonin Schlaflosigkeit und Albträume hervorrufen kann. Negative Ionen haben aber eine beruhigende, d. h. eine positive Wirkung auf Ihr Schlafverhalten und damit auf Ihr allgemeines Wohlbefinden. Sie werden oft als natürliches Antidepressivum beschrieben. Allgemein ist festzustellen, dass negative Ionen den Sauerstoffffluss zum Gehirn befördern. Dies führt nach Pierce J. Howard zu höherer Wachsamkeit, verminderter Schläfrigkeit und mehr geistiger Energiel.**

J. Misiaszek, F. Gray und A. Yates; The Calming Effects of Negative Air Ions on Maniac Patients, in: Biological Psychiatry, Vol. 22 (1987), No. 1, S. 107–110
Fred Soyka und Alan [Denis] Edmonds: The Ion Effect: How Air Electricity Rules Your Life and Health, New York: Bantam Books 1977, S. 56
[<https://www.tourmahealth.com/tourmaline-science/negative-ions>

# 13 GEWICHTSABNAHME

R3

## SORGEN SIE FÜR NEGATIV IONEN FÜR IHREN KÖRPER!

Hoher Blutdruck, Diabetes oder ein erhöhtes Schlaganfallrisiko sind eine Gefahr für Ihre Gesundheit und die Qualität Ihres täglichen Lebens! Auch ein höheres Gewicht kann zu gesundheitlichen Komplikationen führen. Denn in stressreichen Zeiten oder wenn Sie persönlich labil(er) sind, lechzt Ihr Körper nach verstärkter Nahrungszufuhr, er benötigt eine Stimmungsaufhellung – sog. Trostnahrung!
Durch ein Mehr an Kohlenhydraten steigt Ihr Serotoninspiegel an – in heiklen Momenten giert Ihr Körper danach. Das genau müssen Sie aber verhindern! Denn der dadurch erzielte Effekt hält nur kurz an, während mehr Gewicht in der Folge nicht wünschenswert ist. Diäten zur Entgiftung reinigen den Körper zwar für eine kurze Zeit. Denn werden sie aber nicht beibehalten, erzielen Sie damit im Normalfall keine nachhaltige Wirkung. Neben gesunder Ernährung und ausreichend Bewegung ist das Einwirken einer höheren Konzentration negativer Ionen auf Sie entscheidend – es kann die Stressbelastung verringern, weil sie das Serotonin in Ihrem Körper regeln.

E. Mindell: Der Happiness-Effekt. Die positive Wirkung negativer Ionen auf unsere Gesundheit, Murnau: Mankau 2016, S. 87

# 14 BÜRO- UND LEBENSALLTAG

R3

## ENTSPANNTER IN DEN ALLTAG GEHEN - KEINE NEGATIVEN NEBENWIRKUNGEN DURCH NEGATIV IONEN

Luft ist durchsichtig, geschmacks- und geruchsneutral.
Das heißt, wir sehen, schmecken und riechen nicht, was wir einatmen.
Dass die Luft im Freien verschmutzt ist, ist allgemein bekannt . Dass auch die Luft in geschlossenen Räumen verunreinigt ist, wissen viele nicht. Gut zu sehen ist das in einem Lichtstrahl, der in einen Raum fällt! Verschmutzte Luft ist wertlos, belastet die Gesundheit und macht auf Dauer krank. Umso wichtiger ist es, sich zu schützen.
Forschungsergebnisse besagen, dass negativ geladene Ionen die Versorgung mit Sauerstoff in Zellen und Gewebe anregen, das Immunsystem stärken, den Schlaf fördern und sich generell positiv auf das Wohlbefinden auswirken. Wissenschaftler gehen davon aus, dass verschmutzte Raumluft weltweit die Ursache für zahlreiche Beschwerden sein kann. Vor allem Allergiker, Asthmatiker und chronisch Kranke leiden darunter.
Die WHO bezeichnet diese Symptome inzwischen als Sick-Building-Syndrom (gebäudebezogene Krankheiten). Forschungsergebnisse besagen, dass negativ geladene Ionen die Versorgung mit Sauerstoff in Zellen und Gewebe anregen, das Immunsystem stärken, den Schlaf fördern und sich generell positiv Sie auswirken.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Luftverschmutzung>
M. Terman und J. S. Terman: Controlled Trial of Naturalistic Dawn Simulation and Negative Air Ionization for Seasonal Affective Disorder, in: American Journal of Psychiatry, Vol. 136 (2006), No. 12, S. 2126–2133
C. A. Pope, R. T. Burnett et al.: Lung Cancer, Cardiopulmonary Mortality, and Longterm Exposure to Fine Particulate Air Pullution, in: Journal of the American Medical Association, Vol. 287 (2002), No. 9, S. 1132–1141
S.-Y. Jiang, A. Ma und S. Ramachandran: Negative Air Ions and Their Effects on Human Health and Air Quality Improvement, International of Molecular Sciences, Vol. 19 (2010), No. 10 (2966), S. 1–19

# 15 BLUTDRUCK SENKEN



## ACHTEN SIE IMMER UND GANZ GENAU AUF IHREN BLUTDRUCK!

Mit dem Blutdruck ist üblicherweise der Druck in Ihren größeren Arterien gemeint. In einem gesunden Körper regelt sich der Blutdruck von selbst. Ein erhöhter Blutdruck wirkt sich nachteilig auf die Gesundheit und die Lebenserwartung aus, wird aber oft subjektiv nicht wahrgenommen.
Eine Umgebung mit zumeist positiven Ionen kann auch genau darauf nachteilig wirken; andere Gemütsstörungen wir Angst können folgen. Und wenn sie ohnehin an erhöhtem Blutdruck leiden, kann das gravierende Folgen für Sie haben.
Lassen Sie negative Ionen auf Ihren Organismus einwirken:
Sie stabilisieren das kolloidale Blutsystem und bewirken seinen Zuwachs bzw. eine Steigerung des Hämoglobingehaltes im Blut, und Sie senken die Blutgerinnbarkeit. Diese Eigenschaft wird schon lange in der Praxis ausgenutzt.

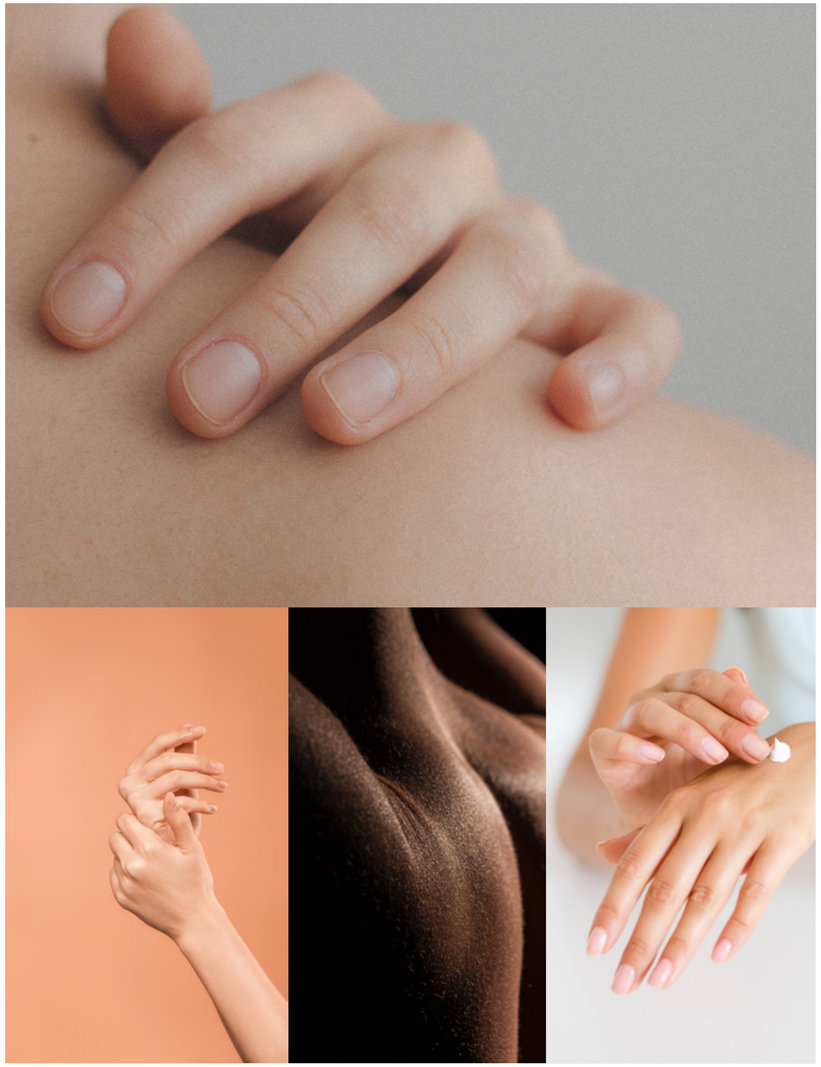
<https://www.mingan-power.de/alles-über-negative-ionen>

# 16 VERJÜNGUNG DER HAUT

## IHRE HAUT DARF NICHT ALTERN!

Die Haut ist funktionell das vielseitigste und flächenmäßig größte Organ des menschlichen Organismus. Sie dient als Hüllorgan der Abgrenzung von Innen und Außen, dem Schutz vor Umwelteinflüssen und der Wahrung eines inneren Gleichgewichts.
Sie ist jedoch ständig schädlichen Einflüssen von außen ausgesetzt. Dies führt zu einer vermehrten Belastung durch freie Radikale. Aber auch Luftverschmutzung und UV-Strahlung tragen ihren Teil dazu bei, dass unsere Haut ein besonderes Maß an Schutz und Pflege braucht.
Negative Ionen sind hoch konzentriert fähig, die Umgebungsluft von z. B. Pollen oder Staub und anderen schädigenden Luftpartikeln zu reinigen. Diese lassen Ihre Hautaltern. Wichtigster Baustein im Anti-Aging ist demnach der Schutz vor UV-Strahlung und neu auch vor Umweltschadstoffen. Negative Ionen können die Hautalterung verlangsamen, bei der Reparatur zellulärer Schäden helfen und die Kollagenneubildung. Nutzen Sie dagegen die Kraft und Wirksamkeit negativer Ionen, um auf die Schadstoffe einzuwirken.
Durch deren Einsatz erreichen Sie die Verjüngung Ihrer Haut.

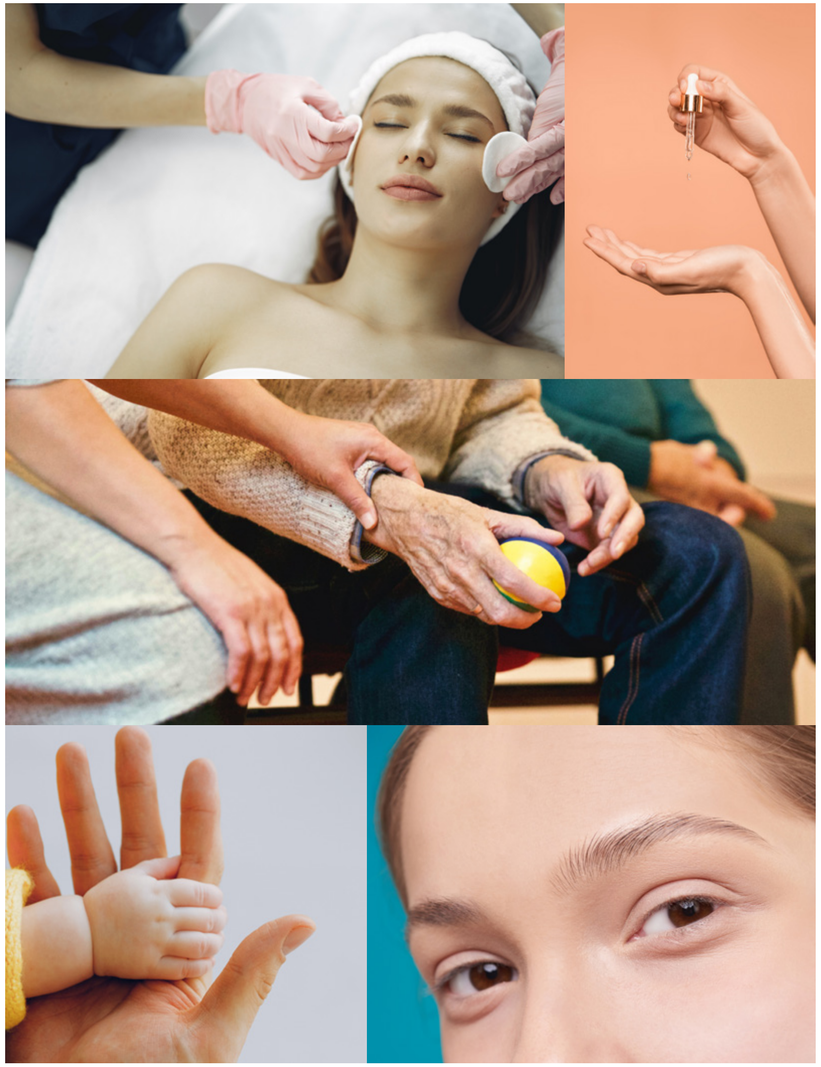
<https://der-schimmel-profi.de/unsere-leistungen/ursachenerkennung-und-sanierung-von-schimmelpilz-befall/koennen-schimmelpilze-krank-machen>



# 17 ANTI-AGING

## HALTEN SIE IHR JUNGES ALTER FEST!

Die Altersverhinderung, auch Anti-Aging genannt, bezeichnet Maßnahmen mit dem Ziel, das Altern des Menschen biologisch zu verlangsamen, die Lebensqualität im Alter möglichst lange auf hohem Niveau zu erhalten und die Lebenserwartung zu verlängern.
Wenn Sie diesen Affekt anstreben, dann ernähren Sie sich ausgewogen, vermeiden Sie Stress, Übergewicht oder gemäßigtes „Hungern“, machen Sie regelmäßig Sport und verzichten Sie auf das Rauchen und lange Sonnenbäder.
Aber Sie können auch mit negativen Ionen auf Ihre Haut und das Bindegewebe einwirken: Sie werden durch die Haut absorbiert, verbessern die Epidermis und das subkutane Gewebe, um sie mit Sauerstoff zu versorgen. So verändern sie Ihre Hautbedingungen, Kanäle werden in Zellenwänden geöffnet, Gifte ausgeschieden, Wasserstoff in Nährstoffe absorbiert, und neue gesunde Zellen entstehen. Bei zu wenig negativen Ionen hat das erhebliche Nachteile für die Nährstoffaufnahme und die Ausscheidung von Abfallstoffen.
Sind diese aber ausreichend vorhanden, verbessern Sie Hauterkrankungen wie Akne, Psoriasis oder Verbrennungen.



# 17 ANTI-AGING

**Sie neutralisieren Säuren im Interstitium und begünstigen so die Collagensynthese.**

https://de.wikipedia.org/wiki/Anti-Aging
https://www.ankebraams.de/medical-beauty/dermio-care-facial.html
https://www.swiss-kosmetik.de/behandlungen/dermio-care-facial
https://www.medizinkosmetik-visagistik-nottuln.de/dermio-care-plus

# 18 BESCHLEUNIGUNG DER WUNDHEILUNG

R3

## BESCHLEUNIGEN SIE IHRE WUNDHEILUNG!

Brandverletzte erzielen durch den Einsatz negativer Ionen eine große Wirkung auf die Bakterienbelastung bei Wunden.
Dadurch werden Schmerzen und Beschwerden signifikant verringert und die Wundheilung beschleunigt. Bereits 1960 wurde das bei Brandopfern festgestellt. In diesen Fällen der Heilungsprozess wurde vermutlich durch die negativen Ionen verbessert, da sie nämlich fähig sind, die durch Mikroorganismen verursachen Entzündungen zu verhindern.
Bestätigt wurde dieser Eindruck durch neue Untersuchungen, die feststellten, dass die Einwirkung negativer Ionen bei chirurgischen Eingriffen effektiv war, wogegen positive Ionen das Wachstum schädlicher Mikroorganismen an Weichteilgewebe verstärkte, dem es an Sauerstoff mangelte. Sie können also durch eine Therapie mit negativen Ionen Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren und die Wundheilung vorantreiben!

# 18 BESCHLEUNIGUNG DER WUNDHEILUNG



P. Mäkela, J. Okajärvi et al.: Studies on the Effects of Ionization on Bacterial Aerosols in a Burns and Plastic surgery unit, in: The Journal of Hygiene, Vol. 83 (1979), No. 2, S. 199–206
R. Gualtierotti, I. H. Kornblueh und C. Sirtori: Aeroionotherapy, Mailand: Carlo Erba Fundation 1960
H. Iwama und H. Ohmizo et al.: Inspired Superoxide Anions Attenuate Blood Lactate Concentrations in Postoperative Patients, in: Critical Care Medicine, Vol. 30 (2992), No. 6, S. 1246–1249
J. Jaskowski, A. Mysliwski et al.: Effect of Air Ions on L 1210 Cells: Changes in Fluorescence of Membrane-Bound 1,8-Aniline-Naphtalenesulfonate (ANS) After in Vitro Exposure of Cells to Air Ions, in: General Physiologie and Biophysics, Vol. 5 (1986), No. 5, S. 511–515

# 19 ABBAU VON STRESS

## BEKÄMPFEN SIE DEN STRESS DURCH NEGATIVE IONEN!

**Belastungen durch Stress oder Krankheiten wie Depressionen, die unangenehme Beeinträchtigungen des alltäglichen Lebens darstellen, bilden sich oft unverhofft aus. Sind sie jedoch vorhanden, und sie setzen sich in diesen Zuständen Licht- und Negative-Ionen-Therapien aus, dann können Sie die oft mit Angst gepaarte Stressbelastung eindämmen. Sie wirken wie natürliche Antidepressiva.**
**Ohne die Hilfe von Medikamenten kann man also die mit Antidepressiva verbundenen Nebenwirkungen und üblichen Kontraindikationen vermeiden helfen. Auch Stresstraumata oder Gemütsstörungen können durch eine Negativ-Ionen-Therapie gelindert werden, denn Luftionisation ist gegen Depression, Angst und Stimmungsschwankungen hilfreich und es stärkt das seelische Wohlbefinden. Negative Ionen schränken z. B. die Schweißabsonderung auf der Haut ein, was auf das Nervensystem rückschließen lässt. Stress und Angst werden so gemindert.**

A. H. Frey: “Modification of the conditioned emotional response by treatment with small negative air ions”, in: Journal of Comparative and Physiological Psychology, Vol. 63 (1967) No. 1, S. 121–125
AA.VV. in: BioMed Central Psychiatry 2013
I. Watanabe und Y. Mano: Immunolocical Effect of Longterm Exposure of Negative Air Ions, in: The Journal of the Japanese Society of Balneology, Climatology and Physical Medicine, Vol. 64 (2000/2001), No. 3, S.123–128.

# 20 ENTFERNUNG VON VIREN UND BAKTERIEN

R3

## BESSER LEBEN OHNE UNSICHTBARE ERREGER!

Viren und Bakterien sind für das menschliche Auge unsichtbar und nur unter einem normalen Lichtmikroskop zu erkennen. Viren sind jedoch ausnahmslos schädlich für den Körper.
Dagegen machen uns nicht alle Bakterien krank, da in uns tausende davon leben, die wichtige Funktionen übernehmen. Viren können sich nicht selbständig vermehren, daher befallen sie eine fremde Zelle und schleusen dort ihre Erbinformationen ein, um das Erbgut der Wirtszelle so umzuprogrammieren, dass durch Zellteilung viele neue Viren produziert werden.
So unterschiedlich die beiden Erreger sind – wir müssen uns vor Ihnen schützen! Bakterienzellen werden durch Antibiotika angegriffen und können sie zerstören, aber als eigenständige Zellen entwickeln sie entsprechende Resistenzen.
Viren haben keinen Stoffwechsel, Antibiotika sind machtlos – Virostatika sind eine Abwehrmöglichkeit. Eine weitere gibt es durch die Einwirkung von Negativen Ionen, und das belegen viele Untersuchungen. So besagt z. B. eine Studie des US-Landwirtschaftsministeriums auf dem Jahr 2001, dass hohe Zahlen negativer Ionen in der Luft zu einer signifikanten Reduktion von Bakterien, Viren und Staubpartikel aus der Luft führen und

# 20 ENTFERNUNG VON VIREN UND BAKTERIEN



**sie entsprechend reinigen. Zur Tötung potenzieller Erreger und zur Entfernung der Schädlinge können Negative Ionen demnach mehr als hilfreich sein.**

K. H. SEO, B. W. MITCHELL, P. S. HOLT und R. K. GAST: Bactericidal Effects of Negative Air Ions on Airborne and Surface Salmonella Enteritidis from an Artificially Generated Aerosol, in: Journal of Food Protection, Vol. 64 (2001), No. 1, S. 113–116 <https://meridian.allenpress.com/jfp/article/64/1/113/169104/Bactericidal-Effects-of-Negative-Air-Ions-on>

Fred Soyka und Alan [Denis] Edmonds: The Ion Effect: How Air Electricity Rules Your Life and Health, New York: Bantam Books 1977, S. 79 und [D. Strachan und J. Karnstedt: „Negative Ionen – Vitamine der Luft?“, S. 3, <https://www.tyent-europe.com/media/files_public/tyent-europe-com-negative-ionen.pdf>

R3

# AIR YOUR LIFE

R3 Stuttgart
Hauptmannsreute 26
70192 Stuttgart
Tel. 0711 / 86054594

Suzan Lemke
0711 / 86054594
s.lemke@r3air.de

Matthias Stober
0711 / 86054593
m.stober@r3air.de

R3 ist eine Marke der
R&S Edelstahl und Technik GmbH
In der Wöste 15
59073 Hamm