



## Infektanfälligkeit (wiederkehrende Infekte)

Bei der Infektanfälligkeit handelt es sich um eine Störung der physiologischen Immunität.

### Eine Infektanfälligkeit kann sich wie folgt äußern:

- Wiederkehrende bakterielle und/oder virale Infektionen
  - Erkältung, Bronchitis, grippale Infekte
  - Lungenentzündung (Pneumonie)
  - Mandelentzündung (Tonsillitis)
  - Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis)
  - Harnblasenentzündung (Cystitis)
  - Herpes Infektionen

Sind mehrheitlich Abwehrcellen (z.B. Lymphozyten) betroffen, spricht man von einer **zellulären Immunreduzierung**.

Eine **humorale Immunreduzierung** liegt vor, wenn Antikörper und andere abwehraktive Immunglobuline betroffen sind. Man spricht dann von einer kombinierten Immunreduzierung.

Die Krankheitsentstehung einer Infektanfälligkeit ist komplex und abhängig von der Art der Störung des Immunsystems.

### Folgende Faktoren beeinflussen das Immunsystem:

- Lebensalter
- Ernährung
- Genußmittel (Alkohol, Nikotin)
- Bewegung und Sport
- Gewicht (Über- und Untergewicht)
- Darmflora
- Umweltfaktoren und Stress
- Medikamente
- Erkrankungen

Eine Ermittlung und positive Beeinflussung der individuellen Risikofaktoren ermöglicht die spezifische Optimierung und Stabilisierung des Immunsystems.

Gerne **beraten** wir Sie, wie Sie Ihre **Abwehrkräfte erfolgreich steigern** und sich **vor Infekten besser schützen** können.