

NEWSLETTER

Praxisteam Dr. POLO LEON

September 2018

ARZTPRAXIS ALLGEMEINMEDIZIN

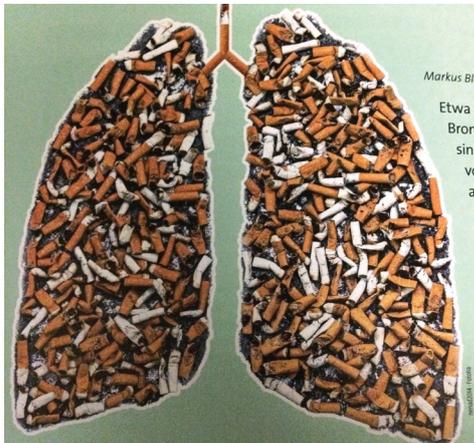
Dr.med. Napoleon POLOLEON

Fleischmannstr. 24, 90419 Nbg
0911 33 55 69 Fax 0911 378 66 77
arztpraxis@pololeon.de

www.hausarzt-pololeon.de



Plötzlich Schwindel- was dahinter steckt. Der Boden schwankt, alles dreht sich oder das Gefühl zu einer Seite zu fallen. Verschiedene Organe u. Wahrnehmungen sind daran beteiligt. Augen, Ohren, Nerven, Herz- Kreislauf oder das seelische Empfinden können hierbei eine Rolle spielen. Oftmals geht der Schwindel wieder von allein zurück, aber die Angst das es wieder kommen könnte ist da. Wir empfinden dies als Bedrohlich, deshalb ist es wichtig dies vom Hausarzt abklären zu lassen. Dies empfinden junge u. ältere Patienten gleich. Jedoch tritt der Schwindel beim älteren Patienten öfter als beim jungen auf. Der Grund könnte Mangel durchblutung oder durch Wahrnehmung des Auges (Sehstörung) sein. Deshalb solle der Arzt auf alle Fälle wissen was sie beim Schwindel empfinden: wie ist der Schwindel (Drehkarusell? Schwankend? Benommen? Unsicheres Gehen?). Eine Behandlung kann nach einer Untersuchung u. Beratung eingeleitet werden. Aber was können sie selbst tun bis zum Termin beim Arzt? Beim Aufstehen aus Bett - langsames Aufstehen u. vorher aufsetzen an der Bettkante. Bei jungen Menschen Blutdruck messen, ist dieser niedrig, dann auf Sportprogramm umstellen. Wechselbäder an Füßen durchführen. Bei Lagerungsschwindel, Kopf im Sitzen in alle Richtungen langsam drehen- regelmäßige Kreisbewegungen durchführen, einige Male nicken. Wirbelsäule im Stehen dehnen- Arme seitlich kreisen, damit Nackenmuskulatur frei wird. Eventuell beim Augenarzt Termin zusätzlich vereinbaren um Sehstörungen auszu-schließen. (M. Torka)



Wir sind alle Ausländer: Leitkultur, Herrenrase, Rassismus, Diskriminierung, Hokuspokus.

1) Einwanderungswellen der Hominiden fanden bis vor 100.000 Jahren und letztlich des Homo sapiens bis vor 40.000 Jahren aus Afrika in die Welt statt. Nicht nur dass wir alle Ausländer sind, sondern wir alle sind Afrikaner. Unsere Ur-Heimat ist Afrika, wollen wir oder nicht. Afrika ist die Wiege des Menschendaseins, der Menschheit.

2) Die Hominiden vor dem Homo sapiens gerieten in der Sackgasse und gingen unter. Eine der letzteren, die Neandertaler, gutmütig kunstbegabte Wesen wurden von dem hinterhältig klügeren Homo sapiens vernichtet oder sich mit ihnen vermengt. Manche europäische Populationen tragen noch genetisch Spuren des Neandertalers.

2) Der homo sapiens ist das höchst entwickelte Lebewesen der Erde, aufgrund seiner Entwicklung und der Eigenschaften seines Gehirns, ist er das intelligenteste Lebewesen auf Erden.

3) Die äußere Erscheinung dieses Homo sapiens, Nasenform, Hautfarbe, u.a. hat sich an den klimatischen, geographischen Gegebenheiten der Ansiedlungsorte angepasst. Das geschah durch Prozesse von Versuch/Erfolg in Jahrtausenden.

a) Die breite Nase an den warmen Regionen angepasst, wurde dünn. Auf dieser Weise wird in den Nordregionen durch die enge der Nasen, dank der Durchblutung wie 'Heizkörper', die kalte Luft erwärmt, bevor sie in die Lungen gelangen, sonst würden die Lungen erfrieren. a) Die dunkle Haut wird durch die höhere Dichte von Melanozyten bedingt (dunkle Farbzellen unter der Haut, in den Haaren und der Iris der Augen). Durch die reduzierte Sonnenstrahlung in den nördlichen Regionen der Erde bildeten sich allmählich diese dunkle Zellen zurück und entstanden immer hellere Hautfarben, bis zur 'weißen Rase' oder 'gelbe Rase'.

4) Der Mensch lebt in Einheit mit der Natur. Allein die Appelle auf die Erhaltung dieser Einheit reicht nicht, sich engagieren ist dringend nötig.

Unsere Newsletter finden Sie auch unter www.hausarzt-pololeon.de

SeptemberSpekulationen

Wie vom Bilderbuch, lebensecht und doch über das Denkbare hinaus. Unfassbar für Sinn und Verstand. Keine Fantasie, lebensecht, überirdisch. Glaube daran, dann wird Deine Seele heil. Jesulein ist für den Kindergarten. Der Vatergott wohnt im Seniorenheim. Der Heilige Geist ist ein Bandit, er hat einem einiges angedreht, ihn kann man nicht mal anklagen, um Zahlungen zu leisten.

Melancholie, nicht mehr als Wörter, nervig, traurig, unruhig. Schluss damit, sonst wird man auch depressiv, auch wenn man dafür nicht die Zeit hat. Werkeln. Oder heulen, nee, besser unisono singen. Reden. Verstecken, verheimlichen, nichts, über alles, was einem belastet, was verletzt, auch was freut, ohne Druck. Nach vorne schauen.

Gezaubert. Der Entführung knapp entglitten. Ohne wird das Leben nichts. Noch nie zuvor im Leben auf dieser Welt. Verschmelzen ineinander. Danke, Leben. Raus dem Loch. Stolz der Welt, selbstbewusst sagen, wie es lang geht. Das Schöne nicht widerstehen, aber bedächtig damit umgehen. Mit der Ambivalenz nichts anfangen. Schön gesagt: 'Träume nicht dein Leben, lebe deinen Traum', 'Wenn die Erde schreien könnte, wären wir alle taub', 'Um eine Blume zu pflücken, muss man nicht ins Gras beißen'

Es schien in Echtzeit zu geschehen, das Herz spürte Bewegung in sich. Nun lief es sich mit den offenen Armen, die zum Schwingen bringen, schlugen sich die ausgestreckten Armen, wie Flügelschlägen. Plötzlich ließen die Füße die Erde und voila war man in der Luft. Dann schwebte das Wesen über die Stadt. Dort in der Luft entwarfen sich drei Knospen im Herz. Dann wusste man, ihr kommt bald. Nach jeder Rückkehr auf die Erde, wurdet Ihr immer deutlicher in mir. Danach sprang Ihr eins nach dem anderen aus dem Herz. Dann stumpften die Flügel.

Selbständig denken, handeln. In ein neues Leben einschreiten. Eine Herausforderung auf dieser Welt. Es ist bewusst, sie entspricht die Prinzipien, die das Leben leiten. Mit den Prinzipien für eine neue Welt begegnen.

Verschönernd gesagt, von Nomaden zu Ölproduzenten. Die Ölkonzerne beuten die Reichtümer dieser Länder. Die Cliquen, Landesfürsten profitieren. Der Gewinn gibt diesen die Macht, gar mit archaisch königsaffen Allüren. Das ist aber nur die Fassade. Das Kapital (Gewinn auf Kosten

der malochendem Volk, Arbeitern) strebt höher, nach mehr Gewinn (Gesetz des Kapitals), nach Einfluss in anderen Ländern, die zu interimperialistischen Auseinandersetzungen führt.

Viel einfacher. Begehrende Frauen von 'Teufel' besessen als Hexen verbrannt, aber das vergisst man schnell. Heute begehren Kirchenmänner Kinder. Das sollte empören, los auf die Straßen. Nicht anders wie früher die Christlichen. Dort müssen Frauen nicht verhüllt, zehn Meter hinten den Mann laufen, erziehrisch darf der Mann die Frau mit der Peitsche strafen.

Daten sammeln. System bringen. Dann zusammenfassen. Zwei muss nach eins, drei nach zwei, dann die Essenz rausfiltern.

Für das Ziel geht man über alle Wege, den Blick nicht verlieren, lebenslang. Motivation impliziert ein Ziel zu erreichen, verlangt Anstrengungen, das Ziel verfolgen, weil es motiviert ist. Das Glück kann schon ein Wort implizieren, die wie eine Motivation in einem brennt. Eine Motivation in der Kindheit kann der kleine Grundstein des Glücks sein. Das setzt eines vorigen Glück voraus, das nicht alle haben. Das fällt nicht aus dem Himmel. Die Grundsteine werden einem gelegt, ein etwas wie ein Schicksal. Die bekommen nicht alle. Der Grund des Geständnis, mit Eurem Erlaubnis. Ist Glück ein Schicksal? Das hat man und es erfreut. Doch muss man empfindsam bleiben, Mensch bleiben mit Idealen, aktiv, mit Kräften. Nicht skrupellos, etwa 'Nach mir die Flut'.

Nicht aus dieser Welt. Er muss etwas gestehen. Es freut ihn, dass es Euch nichts fehlt, aber warum leidet man wie ein Hund für die anderen? Früher ewig im Urlaub und jetzt jeden Tag Urlaub, der Begriff Urlaub ist verschwommen, wie ausgelöscht. Vielleicht neu lernen. Den Geist pflegen, das Leben gut meistern, das Schöne auf dieser Welt zu erleben. Dein Geist, diese wunderbare Begabung. Gerade auf die Straßen gelaufen, Hurra geschrien, hunderte von Menschen tobten mit. Hochspringen, Hände in die Lüfte. Jeder nach seiner Lebensplanung. Die Freude am Leben erhalten.

Selbstverständliches sagen, die Kindheit, die Schönste Zeit des Lebens ist unlösbar.

Schlafe Dich gesund. Lernen das Smartphone ausschalten. Beim Schlafen, jedes Funk blaues Licht vermeiden.

Charisma. Die Stärke kommt von Dir.
Du bist mehr als Du von Dir denkst.
Die Welt mit Optimismus sehen,
die Welt regelrecht anlächeln.
Zuwendung lebenslang schenken.
Beständigkeit ist ein gut. Hickhack ist nichts.
Dein Lächeln ist das Schönste des ganzen Globus.

Es kommt selten von selbst.
Die Groschen drehen, furchtbar.
Geldmangel, die Hölle. Geld regiert die Welt

Nur an feiern, was für ein Vergnügen.
Die Saiten schwingen mit den aufgeregten Tönen,
mit himmlischen Melodien, weil wir gerne feiern.
Deine Ausstrahlung zeigt sich von allein.
Der Klang, der in der Sprache wohnt, zum Ausdruck
bringen.
Von Hoffnungen träumen. Das was es war.
Alles in den Händen haben, damit Schlösser bauen.

Vorstellung der Vergangenheit,
in einer wertvollen Zeit des Lebens.
Frieden abgeschlossen, aber Narben bleiben.
Alte haben Vergangenheit, junge haben Zukunft.

Die einmalige Chance in den Schatzkammer zu gelangen,
dort ruhig wie beim Bummeln nur das Beste holen.

Hoffnungen und Träume. Inbegriff der Liebe.
So weit gegangen, zur Last von lauter
Vergangenheitsbewältigung gewesen.
Nicht losgelassen, in der Kindheit verblieben.
Recht auf das Leben.
Mit dem Herz sprechen und einem Ideal.
Blut, Leiden und Leidenschaft.
Auswendig kennen. Die Existenz
erfüllt das Leben. Und sie erfüllt die Sehnsucht
des Lebens. Wahrgenommen.

Götterspeisen: Die Götter, unsere Erfindung. Wir
haben die Götter erfunden.
In der ganzen Geschichte der Menschheit sind
die Götter, die Religion ein Instrument
der Macht, das Instrument gegen die Menschen.
Opium des Volkes.
Das Denken beraubt, auf das Glauben
von erfundenen Göttern verdammt.