



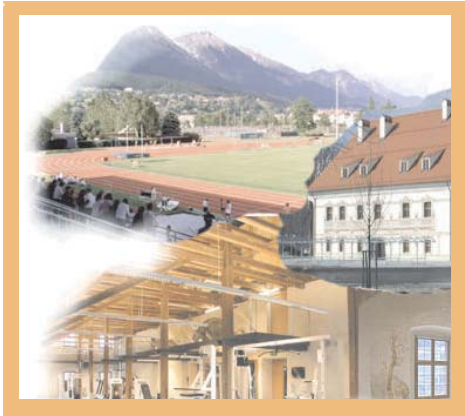
I-health

Liebe Anwender, Partner und Interessenten,

heute informieren wir Sie über eine wissenschaftliche Untersuchung mit dem i-healthSystem.

Einleitung

Die Sportwissenschaftlerin Maria Sponring von der Leopold Franzens Universität Innsbruck testet in Zusammenarbeit mit Herrn Werner Ultsch von der Firma i-health Wellness-Solution das i-healthSystem seit gut einem Jahr und machte es mit dem Thema: "Computergestützte Elektroakupunktur Diagnostik. Grundlagen, Hintergründe und die sportwissenschaftliche Anwendung des ganzheitlichen Konzeptes von i-health" zum Gegenstand ihrer Diplomarbeit.

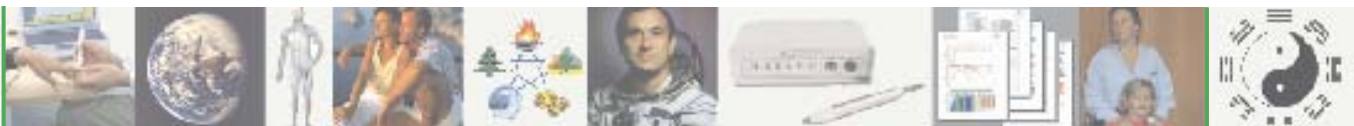


Das Projekt

Maria Sponring verwendete zunächst viel Zeit und Energie darauf das System kennen zu lernen. Zu Beginn bereiteten ihr ihre persönlichen Energieprofile Schwierigkeiten, die nie richtig zusammenpassten. Allmählich jedoch merkte sie, dass die Graphiken sehr gut ihren momentanen Gefühls- und Leistungszustand widerspiegelten. Deutlich wurde außerdem die Reaktion des

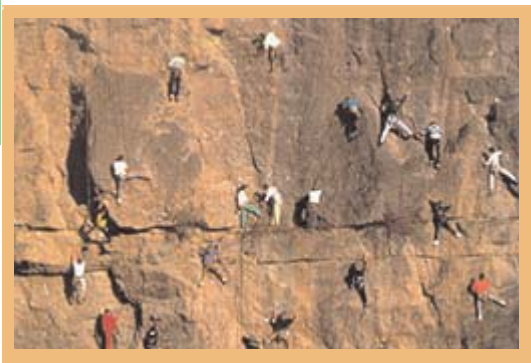
Körpers auf intensives Training wie Xcountry-Skiing und Mountainbiking, der sich dadurch ebenso gestresst zeigte, wie von anstrengenden Studien oder spätem zu Bett gehen.

In einem ihrer Versuche fand Maria Sponring mit Hilfe des i-healthSystems die Wirkung von Höhenunterschieden auf den menschlichen Organismus heraus. Eine Gruppe von Probanden wurde direkt vor und nachdem sie von einer Höhe von 600 Metern auf eine Höhe von 2400 Metern gebracht worden war gemessen. Die Annahme war, dass sich dieser Höhenunterschied in den verschiedenen Werten des Lungenmeridians widerspiegeln würde. Sie erwies sich jedoch als falsch: Jede einzelne Person zeigte individuelle Veränderungen, ein allgemeines Verhaltensmuster war also nicht feststellbar.



I-health

Maria Sponring kam zu der Einsicht, dass die Graphiken der jeweiligen Messungen immer den momentanen Energiezustand des Körpers reflektierten. Dies half, um die entgültige Fragestellung für die Forschungsarbeit zu formulieren: "Was ist die Reaktion von Testpersonen auf intensives Training mit verschiedenen Anforderungsstufen und gibt es ein allgemeines Muster während der Regenerationsphase?"



Eines ist offensichtlich - Sport ist gut!
Das zeigte sich in den Harmoniewerten der Testpersonen, die sowohl vor, als auch nach dem Training ausgezeichnet waren. Die Probanden wurden vor und in Intervallen zwischen den einzelnen Trainingsstufen gemessen. Die Schwierigkeitsstufen steigerten sich von

gemäßigtem Training bis hin zu hartem Training. Gleichzeitig wurden Blutproben entnommen und die Laktase und Creatinkinase bestimmt.

Die Ergebnisse

Drei Reaktionen überwogen:

Die Herz- und Kreislaufmeridiane waren die einzigen, die regelmäßig (zu 75%) höhere Widerstandswerte während und nach dem Training zeigten. Dies deutet darauf hin, dass das Training für die Meridiane und ihre Subsysteme ein Stress war.

Eine zweite sehr wichtige Reaktion war, dass sofort nach dem Training die Energielevels höher waren als am Anfang. 30 Minuten nach Ende des Intensivtrainings war die Energie am niedrigsten. Von dort aus wurden die Energielevels in den folgenden zwei Stunden allmählich wieder auf ihren Originalwert angehoben. Dieses Muster war bei allen Testpersonen gleich. Es zeigt, dass der Körper erschöpft ist und Zeit braucht um sich zu regenerieren. Dieses Muster gleicht der normalen physiologischen Erholungskurve.



I-health

Die dritte Reaktion war, dass das Training das Energiesystem harmonisierte, weil sich die Messwerte nach den Trainings kaum von einander unterschieden. Die Elektro-Punkt-Messungen scheinen empfindlicher zu reagieren, als die Laboranalysen des Blutes. Diese zeigten keine signifikanten Veränderungen wo es die Messungen mit dem i-healthSystem bereits taten. Es ist wichtig hinzuzufügen, dass die EDA-Messungen billiger sind, keine Nebenwirkungen haben und kein medizinisches Fachpersonal benötigen.

Die Zukunft

Aus Basis dieser umfassenden Forschung werden wir das i-healthSystem in Zukunft zum dauerhaften Begleiter in Sachen Sportgesundheit etablieren.

Wir danken für Ihr Interesse!

Ihr i-health Team

