

Gesundheit: Hausstauballergie



Gesundheit: Hausstauballergie

Vor wenigen Tagen durfte ich bei Freunden einen medialen Beitrag in den „Staatsmedien“ mit anschauen, der mich zu diesem Beitrag veranlaßte: Mal wieder wurde den Zuschauern nur die halbe Wahrheit aus immer den gleichen Gründen präsentiert: Es geht nicht um Gesundheit, sondern um den Konsum - dem Ankurbeln der Kaufkraft. Sie glauben daß nicht ? ..dann lesen Sie weiter und fragen sich, welche Inhalte Ihnen noch nicht bekannt sind... Ich kläre auf!

Da ich selber betroffen bin, kenne ich aus erster Hand die Problematik als Betroffener und weiß wovon ich schreibe!

Ich bin selber über 30 Jahre lang in falschem Wissen durch die sog. „Schulmedizin“ gehalten worden und an mir wurden chemische Menschenversuche mit fragwürdigem Nutzen durchgeführt - denn Nichts davon was die klassische Schulmedizin mir „verabreichte“, hat geholfen, außer daß eine Chemikaliensensitivität schleichend voranschritt - nur habe ich dies erst 35 Jahre später durch einen Umweltmediziner erfahren...aber ich schweife vom Thema ab.

Folgende ‚Weisheit‘ wird Ihnen medial als Wissen verkauft, wenn Raumnutzer „typische“ Krankheitserscheinungen im häuslichen Umfeld zeigen - nein, nicht Alles ist „Krone“ und kann mit ‚zahlreichen Boostern geheilt‘ werden, es gibt auch noch die klassischen „Krankheiten“ wie die „Allergie“ der „Prä-Viralen-Zeit“! In diesem Beitrag die sog. „Hausstauballergie“

Symptom:

Sie kennen es: Die Augen sind gerötet und tränen, es wird geschnupft und gehustet - fließende Nasen, Nies- und Hustattacken ...bis hin zu bronchialen Krämpfen und Lungenschmerzen mit diesem typischen Geschmack von Blut... im ‚Worst Case‘ auch der sog. „anaphylaktische Schock“ mit der Erstickung als tödliche Folge reicht das Spektrum.

Ursache:

Und schnell wird beim Allergologen über einen z.B. sog. verbotenen „Pricktest“ („Menschentest“) oder Blutttest („In vitro Test“) die Allergie festgestellt - ‚1 und 1 macht dann 2‘ im Schulmediziner Wissen und ein Milbentierchen bzw. dessen Kot im Hausstaub wird als Schuldiger schnell festgelegt ... *oder haben Sie etwa Zuhause auch eine Probe im Schlafzimmer genommen, um den eindeutigen Beweis der Ursache zu erhalten ?*

Fazit:

Als Diagnose haben Sie eine Allergie auf Hausstaub bzw. auf den Kot dieses Milbentierchen! (Wurde

eine Schleimhaut- oder Lungenbiopsie durchgeführt ?) Ihr Immunsystem reagiert auf diesen Schleimhaut gängigen allergen wirkenden Kot und nebenbei verkauft Ihnen der Onkel Doktor die nächste Chemie in Form von sog. „Medikamenten“ oder Spritzereien sog. „Impfungen“, die Sie brav und artig nehmen sollen, weil...weil Sie ja sonst die Allergie nicht mehr losbekommen.

Nebenbei soll viel gelüftet werden damit sich kein Hausstaub mehr im Raum sammelt und Alles an Bettwäsche muß getauscht werden und immer heiß gewaschen werden...

und am Besten noch das Bett dazu ausgetauscht werden...

- das ist der Standard, der Ihnen bis hier her bekannt sein sollte...

Das ist aber nur die halbe Wahrheit - die andere Seite der Medaille wird mal wieder komplett weg gelassen! Warum ?

„Diese halbe Wahrheit habe ich auch über 30 Jahre lang geglaubt, bis mich ein Umweltmediziner aufgeklärt hat!“

Folgende Fakten werden Ihnen vorenthalten, um zu verstehen warum Sie erkrankt sind:

- Lüften führt zum Austausch der Raumluft (mit der Umwelt/Natur)
- In der Raumluft sammeln sich auch biologische (Sporen, Mykotoxine u.a.) und chemische (Weichmacher, Altlasten u.a.) Emissionen (aus Baumaterialien, Interieur, Hygieneartikeln usw.)
- Jedes Mal wenn Sie lüften, lassen Sie auch Chemikalien (z.B. Pestizide) oder Fein/st-staub (z.B. Verkehr, Industrie) aus der Umwelt in den Innenraum
- Jedes Mal wenn Sie lüften, lassen Sie auch Biologische Emittenten (z.B. Sporen, Bakterien) aus der Umwelt in den Innenraum
- An den Hausstaub lagern sich auch biologische und chemische Emittenten - aus Raum und Umwelt - an

In meiner gesundheitlichen Ausbildung des Baubiologen wurde mir beigebracht, was sich so Alles im Hausstaub sammelt und das der Hausstaub ein sehr guter **Indikator für die biologische und chemische Kulisse eines Raumes** ist! (...Intelligente Gemüter fangen spätestens jetzt an zu denken...)

Ich benutze den **Hausstaub in der Raumanalytik zum eindeutigen und jederzeit reproduzierbaren Beweis**, wenn die zuvor genannten Vergiftungs-Symptome bei einem meiner Kunden auftritt, um z.B. Holzschutzmittel oder typische Altlasten nachzuweisen und lasse dann auf „Chemikaliensensitivität“ bzw. „MCS“ und ggfs „CFS“ u.a. beim Umweltmediziner/Toxikologen untersuchen, weil bei den wenigsten meiner Kunden ein Hinweis auf Milben zu finden ist/war - viele Kunden sind durchaus als „reinlich“ zu bezeichnen!

Was haben Sie bisher gelernt ?

Nicht nur biologische, sondern auch chemische Emittenten können Ihr Immunsystem im Innenraum „lahmlegen“!

Daraus ergibt sich:

Weder eine biologische, noch chemische Sanierung des Raums ist mit der Dauereinnahme von

weiterer Chemie (sog. „Medikamente“) ein Leben lang verbunden, wenn die Ursachen fachgerecht gefunden und fachgerecht saniert werden! (*Der achtsame Leser kommt spätestens jetzt ins gedankliche Stottern...*) s. auch das „Ursache-Wirkungs-Prinzip“!

Was heißt das für Sie ?

Ganzheitlich denken!

Ganzheitlich handeln!

Bevor Sie sich mit Chemie (s. auch „Anti-Kronen-Spritzungen“) vollpumpen lassen, weil Sie nicht über Zusammenhänge aufgeklärt wurden (vgl. Thema „Epigenetik“),

denken Sie bitte mit!

Es geht nicht um Gesundheit („Chemikalienfreiheit“), wenn Sie ein neuer Kunde der „chemischen 3-Faltigkeit“ (Schulmedizin, Apotheken, Pharmaindustrie - ein Teufelskreis!) werden und Sie Ihr Leben lang Medikamente nehmen sollen - dabei reicht es oft z.B. die Altlasten (Ursachen) zu entfernen, um wieder gesund zu werden....so bin ich von meiner angeblichen Hausstauballergie geheilt worden...nicht durch die „klassische Schulmedizin“, sondern durch **Wissen** („Epigenetik“)!

Heute lebe ich in friedlicher Koexistenz mit Hausstaub ohne Medikamente/Impfungen, ohne Husten oder Niesen, aber ich habe z.B. auch keine Preßspanmöbel mit dem krebserregenden Formaldehyd mehr - nur gebrauchte Naturholzmöbel die ich vorher gewaschen habe - aber auch keine Duftstoffe oder Parfüms, keine Wollteppiche oder -decken mehr etc. und achte bei der Wahl meiner Mietwohnung z.B. auf den Bodenbelag und was sonst noch an Wänden und Decken als „Daueremittenten“ verbaut ist!

—

In eigener Sache

Der Autor: Ich möchte mich kurz vorstellen. Meine Name ist Christian Lemiesz - der vor 200 Jahren eingedeutschte Name „Lemiesz“ heißt auf polnisch „Lemiesch“ und ist das Messer vorne am Pflug der den Acker durchpflügt - als Sachverständiger teile ich Fakten und Meinungen, zwischen Wahrheit und Lüge.

Meine Beiträge beruhen auf Erfahrung (mehrere Berufe, Ehrenamt, Privat), Wissen (6 Fachbereiche) und den neuesten Erkenntnissen der internationalen medizin-/wissenschaftlichen Forschung z.B. der Epigenetik, technischen Errungenschaften u.a. - ich bin analytisch, kritisch und hinterfrage ... grabe oft das aus, was lieber gerne unter dem Teppich gekehrt bleiben will. Dargestellte Fakten und Beweise treffen nicht immer auf die Gegenliebe von Tätern und deren Mitläufern und so manch Kritiker, der sich der Wissenserweiterung gegenüber verweigert, weil doch die eigene Seifenblase so sicher und schön ist, als die Komfortzone verlassen zu müssen!

Ich trage zum Wissenstransfer und Weiterbildung (u.a. Berater, Dozent, Autor, Blogger) bei - viele Leser haben seit 2011 auch einen kostenlosen Nutzen zur Wissensanreicherung durch meine Beiträge erhalten (dieser Beitrag hat bisher: 1.483 Leser, Stand 23.11.2023) - nur von „Besucherzahlen“ allein kann dieser Blog, als Teil meiner beruflichen Leistungen mit der damit verbundenen Arbeit in der heutigen „Post-Viralen-Zeit“ mit Arbeits- und Gesundheitseinschränkungen in der bisherigen Form nicht weiter existieren. Jeder Beitrag ist ein zeitlicher Arbeitsaufwand der auch honoriert werden will: Daher habe ich mich im Frühjahr 2023

dazu entschlossen, umfangreiche Blogthemen nur noch als kostenpflichtige Publikationen anzubieten:

a) [Digitale Publikationen](#) (Wissenstransfer aus Architektur + Gesundheit)

Darüber hinaus biete ich weitere digitale Leistungen an:

b) [Digitale Dienstleistungen](#) (Digitaler Kauf analoger Dienstleistungen)

c) [Digitale Termine](#) (Kostenpflichtiges Buchen individueller Beratungstermine)

Mit Ihrem Kauf meiner **digitalen Leistungen** zeigen Sie mir, daß Sie die damit verbundene Arbeit weiter wertschätzen und den Sprung in das digitale Zeitalter gemeinsam mit mir bestehen wollen, Beiträge, Publikationen und Angebote auch zukünftig weiter nutzen zu wollen! Danke.

—

Christian Lemiesz

„Gesunde Räume - gesunde Menschen“

Holistischer Service in Baubiologie, Architektur & Gesundheit

<https://Bauen-und-Gesundheit.de>

[Gesundheit: „Tödliche Krankmacher“ - Die Laubbläser](#)



Org. „Tödliche Krankmacher“

„Wichtiges Thema, aber allein die Gefährlichkeit durch Schimmelpilze in Gebäuden wird schon nicht verstanden, woher denn in der Natur? Was bewirken [aufgewirbelte] Sporen oder Myzel in der Lunge? ..und was bedeutet es für Babies oder Kleinkinder mit noch nicht entwickeltem Immunsystem, die bei geöffnetem (Kipp)Fenster in Ihrem Zimmern spielen, während der Laubbläser davor auf den Wegen [sein] ‚Unheil‘ verteilt z.B. in einer Wohnanlage im Erdgeschoß, also direkt daneben oder beim Spaziergang [„Mutter und Kind“] ...- wie viele Eltern sind überhaupt aufgeklärt, wenn z.B. nur auf „Befehl“ [im TV] ihre Kinder schon mit einem Genexperiment spritzen zu lassen? Woher soll denn das Wissen und die Verantwortung kommen?“

...Und daher gibt es das Geschäft mit der lukrativen Unwissenheit...in der Koexistenz...“

Tödliche Krachmacher

Laubsauger und Laubbläser schaden Umwelt und Gesundheit und stören den Naturhaushalt.

Der Herbst zieht ins Land und taucht die Blätter der Bäume in bunte Farben. Mit dem Herbst fällt aber auch wieder Laub an, dem immer öfter mit lärmender technischer Hilfe begegnet wird. Laubbläser und Laubsauger schaden Menschen, Tieren und Pflanzen.

Laut wie ein Presslufthammer

Die Geräte sind mit einem Schallpegel von über 100 Dezibel etwa so laut wie ein Presslufthammer. Dadurch werden die Nachbarn belästigt und die Gesundheit der Benutzer geschädigt. Schon ein Lärmpegel von 85 Dezibel kann bei Dauerbelastungen zu Hörschäden führen. Lärm ist aber auch schlecht für die Artenvielfalt.



Laubbläser sind extrem laut und schaden Mensch und Umwelt.

Luftverpester schädigen das Bodenleben

Benzinbetriebene Geräte stoßen außerdem jede Menge gesundheitsschädlicher Abgase wie Kohlenwasserstoffe, Stickoxide und Kohlenmonoxid aus und verpesten die Luft. Auch die Bodenbiologie wird durch Laubsauger gravierend beeinträchtigt. Mit den Blättern werden Spinnen, Insekten, Würmer und für die Bodengesundheit wichtige Kleintiere vernichtet. Außerdem zerstören die stinkenden Krachmacher Pflanzensamen.

Stark wie ein Orkan

Die Geräte blasen die Luft laut Prospekt eines Herstellers mit bis zu 97 Metern pro Sekunde auf den Boden. Das sind umgerechnet 350 Kilometer pro Stunde, was als Orkan ganze Häuser verschieben würde. Das eliminiert nicht nur Lebewesen und ruiniert Autolacke und andere Anstriche. Es wirbelt unerwünschte Pollen, Pilzsporen und Straßenkot auf. Auch der vom Abrieb der Reifen und Bremsen stammende Feinstaub sowie Dieselruß, der sich bereits am Boden abgesetzt hatte, wird erneut aufgewirbelt, so dass er eingeatmet werden kann.

Sechs- bis zehnmal mehr Feinstaub als ein Besen

Eine Studie der Technischen Universität Graz zeigt, dass beim Einsatz eines Laubbläfers auf Wegen oder Straßen sechs- bis zehnmal so viel Feinstaub aufgewirbelt wird wie beim Einsatz eines Besens. Diese aufgewirbelten Feinstäube verschlechtern die Qualität speziell der ohnehin schon belasteten Stadtluft zusätzlich zu den bereits bestehenden Belastungen. Es wird aber auch die Humus- und Nährstoffbildung behindert und die am Boden lebenden Kleintiere verlieren Nahrung und Lebensraum. Durch den Verlust der wichtigen Deckschicht ist der Boden vermehrt Austrocknung, Erosion und Kälte ausgesetzt.

Am besten ganz auf Laubsauger verzichten

Die besten Laubsammler sind traditionelle Gartengeräte wie Besen, Rechen und Harke. Wer gar nicht ohne technische Hilfe auskommt, kann auf Strom umsteigen. Elektrische Modelle sind zumindest leiser und produzieren weniger Abgase. Wer auf die motorisierte Unterstützung im Herbst nicht verzichten möchte, sollte zumindest Laubbläser verwenden. Sie helfen dabei, das Laub zu kompakten Haufen zusammenzutreiben. Lässt man diese an Hecken und in Nischen liegen, finden Igel & Co. optimale Winterquartiere.

Bild-/Text-Ur-Quelle und (c):

<https://www.naturland-noe.at/toedliche-krachmacher>

—

In eigener Sache

Der Autor: Ich möchte mich kurz vorstellen. Meine Name ist Christian Lemiesz – der vor 200 Jahren eingedeutschte Name „Lemiesz“ heißt auf polnisch „Lemiesch“ und ist das Messer vorne am Pflug der den Acker durchpflügt – als Sachverständiger teile ich Fakten und Meinungen, zwischen Wahrheit und Lüge.

Meine Beiträge beruhen auf Erfahrung (mehrere Berufe, Ehrenamt, Privat), Wissen (6 Fachbereiche) und den neuesten Erkenntnissen der internationalen medizin-/wissenschaftlichen Forschung z.B. der Epigenetik, technischen Errungenschaften u.a. – ich bin analytisch, kritisch und

hinterfrage ... grabe oft das aus, was lieber gerne unter dem Teppich gekehrt bleiben will. Dargestellte Fakten und Beweise treffen nicht immer auf die Gegenliebe von Tätern und deren Mitläufern und so manch Kritiker, der sich der Wissenserweiterung gegenüber verweigert, weil doch die eigene Seifenblase so sicher und schön ist, als die Komfortzone verlassen zu müssen!

Ich trage zum Wissenstransfer und Weiterbildung (u.a. Berater, Dozent, Autor, Blogger) bei - viele Leser haben seit 2011 auch einen kostenlosen Nutzen zur Wissensanreicherung durch meine Beiträge erhalten (dieser Beitrag hat bisher: 2.144 Leser, Stand 23.11.2023) - nur von „Besucherzahlen“ allein kann dieser Blog, als Teil meiner beruflichen Leistungen mit der damit verbundenen Arbeit in der heutigen „Post-Viralen-Zeit“ mit Arbeits- und Gesundheitseinschränkungen in der bisherigen Form nicht weiter existieren. Jeder Beitrag ist ein zeitlicher Arbeitsaufwand der auch honoriert werden will: Daher habe ich mich im Frühjahr 2023 dazu entschlossen, umfangreiche Blogthemen nur noch als kostenpflichtige Publikationen anzubieten:

a) [Digitale Publikationen](#) (Wissenstransfer aus Architektur + Gesundheit)

Darüber hinaus biete ich weitere digitale Leistungen an:

b) [Digitale Dienstleistungen](#) (Digitaler Kauf analoger Dienstleistungen)

c) [Digitale Termine](#) (Kostenpflichtiges Buchen individueller Beratungstermine)

Mit Ihrem Kauf meiner **digitalen Leistungen** zeigen Sie mir, daß Sie die damit verbundene Arbeit weiter wertschätzen und den Sprung in das digitale Zeitalter gemeinsam mit mir bestehen wollen, Beiträge, Publikationen und Angebote auch zukünftig weiter nutzen zu wollen! Danke.

—

Christian Lemiesz

„Gesunde Räume - gesunde Menschen“

Holistischer Service in Baubiologie, Architektur & Gesundheit

<https://Bauen-und-Gesundheit.de>

[Gesundheit: Ich höre mich - der Klang meines Körpers](#)



Als ich mich 2008 freiberuflich selbständig machte, kaufte ich mir für die einzelnen Fachbereich und

Berufe entsprechende Meßgeräte zur Analytik in der Gebäudeforensik – darunter auch ein Stethoskop, für die Lokalisation von tierischen Holzzerstörungen...was in all den Jahren ab und zu einmal bei Holzbalken von Geschoßdecken und Dachstuhl zu Einsatz kam.

Um sein eigenes Immunsystem kennen zu lernen bedarf es auch seinen Körper zu kennen. Bei Ersterem geht es um die Physiologie des Organismus und seine „Körpersäfte“ als „Wasserbeutel mit gelösten Ionen“; bei Zweiterem um die Optik und den Audiosignalen des Körpers.

Ich wollte horchen ob ich einen Untermieter habe...wie mag der sich akustisch wohl bemerkbar machen, wenn er sich bewegt und wie kann ich dies durch welche Geräusche hören !?

Mein Organismus hat ein Geräusch.

eigentlich nicht nur ein Geräusch,
sondern viele Geräusche,

je nachdem wo ich das Stethoskop aufsetze,
höre ich das darunterliegende Geräusch was das Organ von sich gibt.

Wie faszinierend das Leben doch ist!

Mein Darm,

hat die Geräusche einer stark befahrenen Straße;
viele unterschiedliche Geräusche unterschiedlicher Qualität und Lautstärke;
ein Glucksen, ein Blubbern, ein Schnorcheln, ein Zischen, ein Rauschen...

Mein Magen,

hat die Geräusche einer große Halle wo leise Geräusche verhallen;
Alles hört sich dumpf und weit entfernt an..etwas rauscht in der Ferne...

Mein Blutsystem,

hat die Geräusche als würde permanent ein Schnellzug mit hoher Geschwindigkeit an mir vorbeifahren;
ein starkes Rauschen was dominierend alle anderen Geräusche unterdrückt...

Mein Herz,

hat das Geräusch eines fernen Schlagzeugs;
ein weicher Klang im regelmäßigen Rhythmus...stetig...

Mein Ellenbogen,

hat das Geräusch einer Kleinstadt aus der Ferne;
ein weit entferntes Rauschen des Blutes...regelmäßig...

und immer und überall ist unterschwellig der Motor, der Herzschlag und
das Straßennetz des Blutrauschens
in unterschiedlicher Lautstärke zu hören....

Mein Organismus ist eine Umwelt,

ein Kosmos aus Gefäßen, Organe und Systemströme,
ein eigenes Biotop.

Welcher Klang hat Ihr eigener Körper ?

Welche Geräusche macht Ihre eigene Umwelt ?

Welchen Klang würden Sie Ihrem eigenen Biotop geben ?

In eigener Sache

Der Autor: Ich möchte mich kurz vorstellen. Meine Name ist Christian Lemiesz – der vor 200 Jahren eingedeutschte Name „Lemiesz“ heißt auf polnisch „Lemiesch“ und ist das Messer vorne am Pflug der den Acker durchpflügt – als Sachverständiger teile ich Fakten und Meinungen, zwischen Wahrheit und Lüge.

Meine Beiträge beruhen auf Erfahrung (mehrere Berufe, Ehrenamt, Privat), Wissen (6 Fachbereiche) und den neuesten Erkenntnissen der internationalen medizin-/wissenschaftlichen Forschung z.B. der Epigenetik, technischen Errungenschaften u.a. – ich bin analytisch, kritisch und hinterfrage ... grabe oft das aus, was lieber gerne unter dem Teppich gekehrt bleiben will. Dargestellte Fakten und Beweise treffen nicht immer auf die Gegenliebe von Tätern und deren Mitläufern und so manch Kritiker, der sich der Wissenserweiterung gegenüber verweigert, weil doch die eigene Seifenblase so sicher und schön ist, als die Komfortzone verlassen zu müssen!

Ich trage zum Wissenstransfer und Weiterbildung (u.a. Berater, Dozent, Autor, Blogger) bei – viele Leser haben seit 2011 auch einen kostenlosen Nutzen zur Wissensanreicherung durch meine Beiträge erhalten (dieser Beitrag hat bisher: 3.207 Leser, Stand 23.11.2023) – nur von „Besucherzahlen“ allein kann dieser Blog, als Teil meiner beruflichen Leistungen mit der damit verbundenen Arbeit in der heutigen „Post-Viralen-Zeit“ mit Arbeits- und Gesundheitseinschränkungen in der bisherigen Form nicht weiter existieren. Jeder Beitrag ist ein zeitlicher Arbeitsaufwand der auch honoriert werden will: Daher habe ich mich im Frühjahr 2023 dazu entschlossen, umfangreiche Blogthemen nur noch als kostenpflichtige Publikationen anzubieten:

a) [Digitale Publikationen](#) (Wissenstransfer aus Architektur + Gesundheit)

Darüber hinaus biete ich weitere digitale Leistungen an:

b) [Digitale Dienstleistungen](#) (Digitaler Kauf analoger Dienstleistungen)

c) [Digitale Termine](#) (Kostenpflichtiges Buchen individueller Beratungstermine)

Mit Ihrem Kauf meiner **digitalen Leistungen** zeigen Sie mir, daß Sie die damit verbundene Arbeit weiter wertschätzen und den Sprung in das digitale Zeitalter gemeinsam mit mir bestehen wollen, Beiträge, Publikationen und Angebote auch zukünftig weiter nutzen zu wollen! Danke.

Christian Lemiesz

„Gesunde Räume – gesunde Menschen“

Holistischer Service in Baubiologie, Architektur & Gesundheit

<https://Bauen-und-Gesundheit.de>

[Gesundheit: Probennahmen bei seltsamen Gerüchen](#)



<https://Bauen-und-Gesundheit.de>

"Gesunde Räume - Gesunde Menschen"

Eine aufschlußreiche Untersuchung per Probennahme wird notwendig, wenn im Innenraum seltsame Gerüche vorliegen und/oder die Nutzer krank werden, obwohl kein Grund ersichtlich ist.

Klassisch finden sich in Innenräumen 2 Hauptemittenten:

- Mikro-/Biologische: Schimmelpilzsporen und -mykotoxine, MVOC
- Chemische: Altlasten, VOC

Beide „Emittententypen“ schädigen als Folge das Immunsystem der Nutzer - oft langfristig und irreversibel; durch „eigene“ Intoxikation (z.B. typisch: Schimmelpilzallergie oder Chemikaliensensivität/MCS), aber auch Auslöser für andere/neue Erkrankungen wie Allergien (z.B. Nahrungsmittelallergie), Krebs, Atemwegserkrankungen, neurologische Krankheiten wie Parkinson oder schlichtweg plötzliche Ohnmacht/CFS oder SBS usw.

Darüber hinaus gibt es noch viele andere Emissionen, die oft ihren Ursprung in der direkten Umwelt haben, z.B.:

- Luft: Pestizide (Landwirtschaft, Forstwirtschaft, Golfplätze), Farben, Interieur, Hygieneartikel, Duftstoffe, Organophosphate (Zapfluft-Flugzeuge) usw.
- Trinkwasser: Drogen, Medikamente, Ionen, Biofilm, Bakterien usw. (angeblich auch Viren)

All dies schädigt die Gesundheit!

Menschen mit Vorerkrankungen, Allergien, div. Sensitivität u. dgl. sind hiervon besonders betroffen, da das Immunsystem nur wenig Toleranz gegenüber „Fremdstoffe“ besitzt!

WERBUNG - in eigener Sache:

Auszug AT-PUB-2023-A1403 - „Fall 03 - Fallbeispiele 2012-2023“, Teil 1

(überarbeiteter Text auf 5 DIN A4-Seiten als PDF-Download, 300Kb)

„Schnupperversion“: „Fall 03“ - Auszug aus den 15 Fallbeispielen

Kauf-Link: <https://bauen-und-gesundheit.de/downloads/fall-03-fallbeispiele-2012-2023-teil-1>

AT-PUB-2023-A14 - „Fallbeispiele 2012-2023“, 10.06.2023

(Überarbeiteter Text auf 20 DIN A4-Seiten als PDF-Download, 1 MB)

Kauf-Link: <https://bauen-und-gesundheit.de/downloads/fallbeispiele-2012-2023>

Die Probennahme ist also ein wichtiger Teil des Ausschlußverfahren der Ursache ein Stück näher zu kommen und Grundlage für die weitere Diagnostik über einen Umweltmediziner und Ursachen-

Mediziner, zu legen.

Sie haben **seltsame Gerüche** in Ihrem Gebäude oder Wohnung die Sie nicht loswerden ?

Treten Sie mit mir bitte in Kontakt zur Lösung!

(Update: 07.03.2023)

—

In eigener Sache

Der Autor: Ich möchte mich kurz vorstellen. Meine Name ist Christian Lemiesz - der vor 200 Jahren eingedeutschte Name „Lemiesz“ heißt auf polnisch „Lemiesch“ und ist das Messer vorne am Pflug der den Acker durchpflügt - als Sachverständiger teile ich Fakten und Meinungen, zwischen Wahrheit und Lüge.

Meine Beiträge beruhen auf Erfahrung (mehrere Berufe, Ehrenamt, Privat), Wissen (6 Fachbereiche) und den neuesten Erkenntnissen der internationalen medizin-/wissenschaftlichen Forschung z.B. der Epigenetik, technischen Errungenschaften u.a. - ich bin analytisch, kritisch und hinterfrage ... grabe oft das aus, was lieber gerne unter dem Teppich gekehrt bleiben will. Dargestellte Fakten und Beweise treffen nicht immer auf die Gegenliebe von Tätern und deren Mitläufern und so manch Kritiker, der sich der Wissenserweiterung gegenüber verweigert, weil doch die eigene Seifenblase so sicher und schön ist, als die Komfortzone verlassen zu müssen!

Ich trage zum Wissenstransfer und Weiterbildung (u.a. Berater, Dozent, Autor, Blogger) bei - viele Leser haben seit 2011 auch einen kostenlosen Nutzen zur Wissensanreicherung durch meine Beiträge erhalten (dieser Beitrag hat bisher: 4.287 Leser, Stand 23.11.2023) - nur von „Besucherzahlen“ allein kann dieser Blog, als Teil meiner beruflichen Leistungen mit der damit verbundenen Arbeit in der heutigen „Post-Viralen-Zeit“ mit Arbeits- und Gesundheitseinschränkungen in der bisherigen Form nicht weiter existieren. Jeder Beitrag ist ein zeitlicher Arbeitsaufwand der auch honoriert werden will: Daher habe ich mich im Frühjahr 2023 dazu entschlossen, umfangreiche Blogthemen nur noch als kostenpflichtige Publikationen anzubieten:

a) [Digitale Publikationen](#) (Wissenstransfer aus Architektur + Gesundheit)

Darüber hinaus biete ich weitere digitale Leistungen an:

b) [Digitale Dienstleistungen](#) (Digitaler Kauf analoger Dienstleistungen)

c) [Digitale Termine](#) (Kostenpflichtiges Buchen individueller Beratungstermine)

Mit Ihrem Kauf meiner **digitalen Leistungen** zeigen Sie mir, daß Sie die damit verbundene Arbeit weiter wertschätzen und den Sprung in das digitale Zeitalter gemeinsam mit mir bestehen wollen, Beiträge, Publikationen und Angebote auch zukünftig weiter nutzen zu wollen! Danke.

—

Christian Lemiesz

„Gesunde Räume - gesunde Menschen“

Holistischer Service in Baubiologie, Architektur & Gesundheit

<https://Bauen-und-Gesundheit.de>

Gesundes-Essen.bio: ...nicht „nur gesund“!



Seit dem ich bewusst koche – also biologisch mit wachem Verstand – und nicht mehr „nur gesund“ und meinen Bio-Koch-Blog parallel dazu betreibe,

weiß ich, dass ich mich hauptsächlich vegetarisch ernähre,
aber dennoch ein Omnivore bin,
denn ich esse was ich will
und Fleisch oder Fisch kommen bei mir auf den Tisch...

Die mediterrane Kochweise schmeckt mir am besten und
wird auch als die gesündeste Ernährungsweise angesehen.

Meine beste Diät ist mein Kochen,
so habe ich in 2017 in 6 Monaten 10 Kg abgenommen nur durch bewußte Essenzubereitung ohne
Ping-Pong-Effekt bis heute,
denn ich esse keinen Zucker weil ich kein Krebs bekommen möchte
und all den Dreck in Fertigessen & Co nicht „fressen“ muß,
denn ich weiß was ich esse, denn ich bereite es täglich selber & frisch zu...

Ich lasse mir Zeit, denn ich habe viel davon – ganze 24 Std. am Tag
und für meine Essenzubereitung lasse ich mich nicht durch Streß oder selbstauferlegten Zeitmangel
einschränken...

Ich nehme mir meine Zeit die ich brauche...

Kochen ist Meditation für mich...
Entspannung für Körper & Geist,
Gesundheit für Organismus & Immunsystem...

Ich ernähre mich im Sommer immer von frischen Kräutern, Mozzarella, Tomaten und Hanf- und
Olivenöl dazu gestoßener schwarzer Pfeffer und Tiefensalz, was je nach Mood mit anderen Zutaten
wie Knofi, Kurkuma, Ingwer oder anderen Ölen verfeinert wird...denn es geht um Nuancen, damit
meine Geschmacksknospen ebenfalls feiern dürfen....

Es geht also um Bewußtsein...

Lust auf Leckerer ?

Mal Etwas Anderes ?

Mal vorbei schauen auf <http://Gesundes-Essen.bio> ?

„Gesundes Essen – gesunde Menschen“

Derzeit bereite ich meine ersten Bio-Kochvideos vor: <http://gesundes-essen.bio/videos>

(Bild: Mozzarella mit frischen Hanfspitzen und Hanföl dazu Kokoswasser – ein Essen aus meinem Projekt „Das Hanf-Projekt“ unter: <http://gesundes-essen.bio/projekte/das-hanf-projekt>)

—

In eigener Sache

Der Autor: Ich möchte mich kurz vorstellen. Meine Name ist Christian Lemiesz – der vor 200 Jahren eingedeutschte Name „Lemiesz“ heißt auf polnisch „Lemiesch“ und ist das Messer vorne am Pflug der den Acker durchpflügt – als Sachverständiger teile ich Fakten und Meinungen, zwischen Wahrheit und Lüge.

Meine Beiträge beruhen auf Erfahrung (mehrere Berufe, Ehrenamt, Privat), Wissen (6 Fachbereiche) und den neuesten Erkenntnissen der internationalen medizin-/wissenschaftlichen Forschung z.B. der Epigenetik, technischen Errungenschaften u.a. – ich bin analytisch, kritisch und hinterfrage ... grabe oft das aus, was lieber gerne unter dem Teppich gekehrt bleiben will. Dargestellte Fakten und Beweise treffen nicht immer auf die Gegenliebe von Tätern und deren Mitläufern und so manch Kritiker, der sich der Wissenserweiterung gegenüber verweigert, weil doch die eigene Seifenblase so sicher und schön ist, als die Komfortzone verlassen zu müssen!

Ich trage zum Wissenstransfer und Weiterbildung (u.a. Berater, Dozent, Autor, Blogger) bei – viele Leser haben seit 2011 auch einen kostenlosen Nutzen zur Wissensanreicherung durch meine Beiträge erhalten (dieser Beitrag hat bisher: 3.375 Leser, Stand 23.11.2023) – nur von „Besucherzahlen“ allein kann dieser Blog, als Teil meiner beruflichen Leistungen mit der damit verbundenen Arbeit in der heutigen „Post-Viralen-Zeit“ mit Arbeits- und Gesundheitseinschränkungen in der bisherigen Form nicht weiter existieren. Jeder Beitrag ist ein zeitlicher Arbeitsaufwand der auch honoriert werden will: Daher habe ich mich im Frühjahr 2023 dazu entschlossen, umfangreiche Blogthemen nur noch als kostenpflichtige Publikationen anzubieten:

a) [Digitale Publikationen](#) (Wissenstransfer aus Architektur + Gesundheit)

Darüber hinaus biete ich weitere digitale Leistungen an:

b) [Digitale Dienstleistungen](#) (Digitaler Kauf analoger Dienstleistungen)

c) [Digitale Termine](#) (Kostenpflichtiges Buchen individueller Beratungstermine)

Mit Ihrem Kauf meiner **digitalen Leistungen** zeigen Sie mir, daß Sie die damit verbundene Arbeit weiter wertschätzen und den Sprung in das digitale Zeitalter gemeinsam mit mir bestehen wollen, Beiträge, Publikationen und Angebote auch zukünftig weiter nutzen zu wollen! Danke.

—

Christian Lemiesz

„Gesunde Räume – gesunde Menschen“

Holistischer Service in Baubiologie, Architektur & Gesundheit

[Gesundes-Essen.bio: Suche Unterstützer für das besondere Projekt „Gesundes-Essen.Bio“](#)



Ich suche Unterstützer!

Von Sachspenden (Lebensmittel, Kochzubehör, Kochgeräte), über Geldspenden bis hin zu kostenpflichtiger Werbung auf meinem Bio-Kochblog.

<http://gesund-es-sen.bio/die-idee/investoren-gesucht>

<http://gesund-es-sen.bio/die-idee/hier-werben>

Besonderen Werbepartnern biete ich eine besondere eMail-Addy:

„Vorname.Name [ät] Gesundes-Essen.Bio“

Auch suche ich eine Wohnung mit großer Küche im Grünen/Natur, wo ich meiner Kreativität ungestört nachgehen kann:

<https://bauen-und-gesundheit.de/2020/10/22/wohn-und-arbeitsraeume-haus-im-gruenen-gesucht>

Mein Bio-Koch-Blog wird seit Blogstart Ende 2016 in mittlerweile 61 Ländern der Erde gelesen und Interessenten erfreuen sich an den leckeren Bio-Essen zum Reinbeissen, denn so sind Gerichte und Bilder entworfen.

Ich koche: jeden Tag, nur frisch, nur Bio, mit viel frischen Kräutern, mit vielen Naturölen, ohne Zucker, ohne Chemie, ohne sonstige Müllstoffe - nur gesund; mit Hintergrundwissen aus der Umweltmedizin und neusten Erkenntnissen der internationalen medizin-wissenschaftlichen Forschung, der Epigenetik.

Es geht nur um Gesundheit,

denn die Gesundheit steuert das Immunsystem, so daß Krankheit erst gar nicht entsteht - einfacher und effektiver kann Hilfe nicht sein!

Hier einige Zahlen meiner aktuellen Beiträge:

„Scharfe Suppe mit Waffenschein“, 18.11.2020 - 6.088 internationale Leser

<http://gesundessenen.bio/2020/11/18/scharfe-suppe-mit-waffenschein>

„Ein Tomaten-Kräutersalat entsteht“, 22.09.2020 - 3.901 internationale Leser

<http://gesundessenen.bio/2020/09/22/ein-tomaten-kräutersalat-entsteht>

„Pesto rapide“, 25.06.2020 - 4.906 internationale Leser

<http://gesundessenen.bio/2020/06/25/pesto-rapide>

„Shiitake mit Kräutern“, 28.05.2020 - 2.001 internationale Leser

<http://gesundessenen.bio/2020/05/28/shiitake-mit-kräutern>

„Shiitake-Spargelcreme Suppe“, 25.05.2020 - 1.017 internationale Leser

<http://gesundessenen.bio/2020/05/25/shiitake-spagelcreme-suppe>

„Xiānggū + Niúròu“, 29.04.2020 - 1.694 internationale Leser

<http://gesundessenen.bio/2020/04/29/xianggu-niurou>

„Shiitake“, 29.04.2020 - 413 internationale Leser

<http://gesundessenen.bio/2020/04/29/shiitake>

„Sahniger Pfefferminz-Lachs in Milch“, 10.04.2020 - 1.582 internationale Leser

<http://gesundessenen.bio/2020/04/10/sahniger-pfefferminz-lachs-in-milch>

usw.

Sehen Sie Alles unter <http://Gesundes-Essen.Bio>

Ich entwerfe meine Essen selber - die Rezepte dazu erfinde ich intuitiv, in Standard Bio, vegetarisches Bio und veganem Bio.

Ich koche für mich, Familie, Umwelterkrankte, Chemikaliensensitive, Allergiker und allen Menschen mit gesundheitlichem Anspruch.

Motive und Bilder liegen im WYSIWYG-Format vor.

Der Bio Koch-Blog „Gesundes-Essen.bio“ ist mein Herzens-Projekt!

Die schönsten Motive biete ich Interessenten unter meinem neuen Webshops

<http://Cooking-Art.Shop> und <http://Pop-Art.Store> zum Kauf für Ihre Tische, Wände, Wohnungen, Büros, Kantinen, Bistros, Restaurants, Lounges, Bars, Gebäude und Fassaden u.a. an, um mein Bio Koch-Hobby zu refinanzieren.

Aktuell suche ich Krankenhäuser, Arztpraxen u.a.:

<https://bauen-und-gesundheit.de/2021/02/05/gesundheit-und-psychologie>

Und stehe auch Begeisterten meiner Bio-Essen in neuer Dienstleistung „Kunst am Bau“ unter <http://Kunst-am-Bau.eu> als Architekt zur Verfügung, Ihre Oberflächen mit meinen Bio-Koch-Essen zu

bespielen – Alles aus einer kreativen Hand zum Wohl der Gesundheit!

—

In eigener Sache

Der Autor: Ich möchte mich kurz vorstellen. Meine Name ist Christian Lemiesz – der vor 200 Jahren eingedeutschte Name „Lemiesz“ heißt auf polnisch „Lemiesch“ und ist das Messer vorne am Pflug der den Acker durchpflügt – als Sachverständiger teile ich Fakten und Meinungen, zwischen Wahrheit und Lüge.

Meine Beiträge beruhen auf Erfahrung (mehrere Berufe, Ehrenamt, Privat), Wissen (6 Fachbereiche) und den neuesten Erkenntnissen der internationalen medizin-/wissenschaftlichen Forschung z.B. der Epigenetik, technischen Errungenschaften u.a. – ich bin analytisch, kritisch und hinterfrage ... grabe oft das aus, was lieber gerne unter dem Teppich gekehrt bleiben will. Dargestellte Fakten und Beweise treffen nicht immer auf die Gegenliebe von Tätern und deren Mitläufern und so manch Kritiker, der sich der Wissenserweiterung gegenüber verweigert, weil doch die eigene Seifenblase so sicher und schön ist, als die Komfortzone verlassen zu müssen!

Ich trage zum Wissenstransfer und Weiterbildung (u.a. Berater, Dozent, Autor, Blogger) bei – viele Leser haben seit 2011 auch einen kostenlosen Nutzen zur Wissensanreicherung durch meine Beiträge erhalten (dieser Beitrag hat bisher: 6.243 Leser, Stand 23.11.2023) – nur von „Besucherzahlen“ allein kann dieser Blog, als Teil meiner beruflichen Leistungen mit der damit verbundenen Arbeit in der heutigen „Post-Viralen-Zeit“ mit Arbeits- und Gesundheitseinschränkungen in der bisherigen Form nicht weiter existieren. Jeder Beitrag ist ein zeitlicher Arbeitsaufwand der auch honoriert werden will: Daher habe ich mich im Frühjahr 2023 dazu entschlossen, umfangreiche Blogthemen nur noch als kostenpflichtige Publikationen anzubieten:

a) [Digitale Publikationen](#) (Wissenstransfer aus Architektur + Gesundheit)

Darüber hinaus biete ich weitere digitale Leistungen an:

b) [Digitale Dienstleistungen](#) (Digitaler Kauf analoger Dienstleistungen)

c) [Digitale Termine](#) (Kostenpflichtiges Buchen individueller Beratungstermine)

Mit Ihrem Kauf meiner **digitalen Leistungen** zeigen Sie mir, daß Sie die damit verbundene Arbeit weiter wertschätzen und den Sprung in das digitale Zeitalter gemeinsam mit mir bestehen wollen, Beiträge, Publikationen und Angebote auch zukünftig weiter nutzen zu wollen! Danke.

—

Christian Lemiesz

„Gesunde Räume – gesunde Menschen“

Holistischer Service in Baubiologie, Architektur & Gesundheit

<https://Bauen-und-Gesundheit.de>