

Neurogenese

Die biografische Gedächtniszentrale ist der Hypokampus in unserem Gehirn. Er ist einer der ältesten Hirnteile, die wir haben. Ohne Hypokampus könnten wir uns nichts merken, was gestern war, denn er ist die einzige Zentrale unseres Gehirns, der sich merkt, wo wir waren, was wir erlebt haben.

Während der Nacht werden dort neue Zellen gebildet. Damit dies geschieht ist es wichtig artgerecht zu leben. Das heisst: Bewegung/Sport, soziale Kontakte, (Ausschüttung von Oxytocin), gute Ernährung und Vitamin D und Algenöl. Somit passiert eine Neurogenese.

Grundsätzlich gibt es KEIN wichtigstes Mittel, durch die Einnahme von B12, Vitamin D3 und Algenöl werden wichtige Träger, die der Hypokampus braucht, hervorgerufen.

Interessiert Sie dieser Text, so können Sie sich weiter präzise informieren bei Dr. Michael Nehls, Mediziner und Molekulargenetiker.

Interessante Links

[Du musst dein Leben ändern](#)

Peter Sloterdijk – UM Politics Talk

[Die Trennung der Seele vom Körper und ihre Rückkehr zu ihm](#)

Peter Sloterdijk