



Friedrich Polster
Humanenergetiker



O2Lounge-Kärnten
Welzenbachergasse 3/1
1220 Wien

☎ 0681/10311021

✉ office@o2lounge-karnten.at

🌐 www.o2lounge-karnten.at

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Mitglieder der SHG Borreliose,
werte Betroffene

Wien, Jänner 2026

Anfang 2026 übernahm ich die „Zweiggruppe Wien“ der Selbsthilfegruppe SHG Borreliose, um in Wien präsenter zu sein, und öffentliche Förderung für die Aufklärungs- und Öffentlichkeitsarbeit des Vereins in Anspruch nehmen zu können. Aus diesem Grund möchte ich mich kurz vorstellen und alle Interessierten und Betroffenen einladen die SHG und mich kennen zu lernen und uns hierbei zu unterstützen.

Mein Name ist Friedrich Polster. Ich bin 1968 in Hollabrunn (NÖ) geboren, verheiratet, Vater von 2 erwachsenen Kindern und Opa von 2 Enkelkindern. Beruflich bin ich als Vertragsbediensteter im Straßenbau tätig und seit Ende 2025 selbstständiger Humanenergetiker. Mein Lebensmittelpunkt hat sich zwar seit meiner Lehrzeit nach Wien verlagert, dennoch fühle ich mich weiterhin als Niederösterreicher, mit Zweitwohnsitz in meiner kleinen Heimatgemeinde im Bezirk Hollabrunn.

In Kontakt mit der SHG Borreliose, genauer gesagt mit Rudolf Buchinger kam ich im Sommer 2023, nachdem ich intensiv nach Informationen, Interessensvertretungen und Selbsthilfegruppen in Österreich zu diesem Thema gesucht habe. Andere LeidensgenossInnen mit einer (Spät-) Borreliose zu finden, welche sich auch nicht optimal durch unser Gesundheitssystem beraten und therapiert oder aufgrund Unwissen der klassischen Schulmedizin über tatsächlich möglichen Auswirkungen der Erkrankung auch nicht verstanden fühlen und Erfahrungen erfragen zu können haben mir zu diesem Zeitpunkt wieder eine positive Perspektive gegeben.

Eines der wichtigsten Themen für Rudolf und mich ist zweifelsohne die Aufklärung, aber keine Panikmache zur Krankheit Borreliose. Je früher ein Zeckenstich entdeckt und die Zecke richtig entfernt wird, umso geringer ist die Gefahr tatsächlich langwierig an einer Borreliose zu erkranken. Neueste Erkenntnisse berichten aber auch von anderen möglichen Überträgern der Borreliose, wie Fluginsekten (Gelsen, Bremsen etc.) welche sich selbst in Wohnräumen nicht vermeiden lassen. Brauchbare Studien dazu gibt es aber nicht wirklich!

Ich sehe es genauso wie Rudolf: Die Nutzung der und Bewegung in der Natur ist in meinen Augen wichtig für unser physisches, psychisches und seelisches Wohlbefinden: Bewegungsmangel hat gravierende negative Auswirkungen auf die Gesundheit– dies gilt aber ebenso für an Borreliose erkrankte Menschen!

Nur durch gemeinsames Auftreten und Präsenz in der Öffentlichkeit ist es möglich, auf die Probleme der Betroffenen aufmerksam zu machen und ein Umdenken in der klassischen Schulmedizin einzuleiten. Es kann und soll nicht sein, dass sich Betroffene selbst um die weitere Behandlung bestehender Symptome nach einer Erkrankung kümmern müssen, nur weil die klassische Schulmedizin aufgrund fehlender Behandlungsmöglichkeit eine Borreliose als austherapiert bezeichnet oder versucht die Erkrankung und deren Symptomen als psychosomatisch darzustellen. Natürlich hat eine langwierige Erkrankung auch psychische Folgen - aber nicht eine psychische Ursache!

Ich möchte unser Gesundheits- und Medizinsystem nicht generell schlechtreden, nur bei der Borreliose scheint das System leider überfordert und manche (namhafte) Ärzte erscheinen standhaft lernresistent. Wie in meinem Portrait erkennbar, war ich vor der Erkrankung immer und überall als frech- fröhlicher Mensch bekannt, der stets ein Lächeln im Gesicht hatte. Ich hätte es nicht für möglich gehalten, einmal ein mürrischer oft gereizter Grantler zu sein. Über 4 Jahre Borreliose machen es möglich - meine Gattin oder nähere Bekannte können ein Lied davon singen. Massenveranstaltungen, größere Feiern und Sozialkontakte sind mittlerweile stark eingeschränkt, weil mich die Lautstärke, das Durcheinander reden und aufmerksam sein oft so beanspruchen, dass nach kurzer Zeit eine Niedergeschlagenheit und das „Totalversagen“ meiner kognitiven Sinne droht und ich solche Situationen daher möglichst meide.

Die Borreliose erlitt ich durch einen Zeckenstich während meiner Arbeit im Straßenbau, Ende Juni 2021. Die Zecke wurde am Abend bei der Hygiene in der rechten Kniekehle entdeckt und fachgerecht im Ganzen aus der Stichstelle gezogen. Damit war vermeintlich vorerst das Problem beseitigt. Erst nach ca. 2 Wochen - aufgrund warmer Witterung mit kurzen Hosen - wurde rund um die Stichstelle das berüchtigte EM (Erythema Migrans), schon mit einem Durchmesser von ca. 7 cm entdeckt. Daraufhin folgte der obligate Bluttest mit Western Blot Betätigung und wegen hoher Ausgangswerte eine Antibiose mit Doxycyclin 200 mg über 30 Tage.

Heute hab ich noch die Worte der behandelnden Ärztin im Ohr: „Es darf nur nicht chronisch werden!“ Nach Verlaufskontrollen wurde diese Therapie noch 2-mal wiederholt, bis die Ärztin von weiterer AB Therapie abriet und erstmal die Einnahme von Kardenwurzel (hochdosiert) empfahl, um zu sehen, ob man eventuell damit bessere Ergebnisse erreichen könnte... Damals war mir unverständlich, was die an und für sich sehr erfahrene Ärztin (auch zum Thema Borreliose) damit gemeint hat. Ich wollte einfach nicht glauben, dass eine anerkannte AB- Therapie durch irgendwelche Naturheilmittel ersetzt wurde und habe einen weiteren Arzt der Ganzheitsmedizin zu Rate gezogen. Dieser bestätigte die Probleme bei der Behandlung der mittlerweile gefestigten Borreliose und adaptierte die begonnene Therapie mit weiteren Naturheil- und Nahrungsergänzungsmitteln und Mitteln zum Abbau und Ausleitung von Toxinen und Schwermetallen aus dem Körper.

Weiteres Glück für mich war, dass ein ganz lieber Freund (selbst Intensivmediziner und Anästhesist) während seiner Ausbildungszeit als Jungarzt Anfang der 80er Jahre, damals noch im alten AKH in Wien in der HBO-Druckkammer (Hyperbare Oxygenierung) gearbeitet hat. Er hat aufgrund meiner anhaltenden Muskel- und Gelenkschmerzen, Tinnitus und anderen Symptome und seiner damaligen Erkenntnisse und immer wieder auftretenden Erfolge dieser Therapieform bei schweren und langwierigen Infektionen empfohlen, mit der aktuellen Anlaufstelle der Uni Klinik in Graz Kontakt

aufzunehmen und mir zusätzlich einen Begleitbrief ausgestellt, um überhaupt an einer HBO Therapie teilnehmen zu können. Die HBO Anwendungen über jeweils 6 Wochen hatten mir zwei Mal erhebliche Verbesserungen der Symptomatik beschert. Die Wartezeit auf einen solchen Therapie Termin in Graz liegt jedoch derzeit bei ca. 6 Monaten!

Mittlerweile kenne ich viele Naturheil- und Nahrungsergänzungsmittel (beispielsweise nach Pflanzenheilkundler Stephen Harrod Buhner) welche gerade in der Spätform der Borreliose eine wesentliche Unterstützung des körpereigenen Immunsystems bieten, oder sogar besser antibiotisch und entzündungshemmend wirken, als schulmedizinisch empfohlene Medikamente.

Leider gab es auch in meinem Krankheitsverlauf bisher nicht nur eine kontinuierliche Verbesserung der Symptome und des gesundheitlichen Gesamtzustandes. Immer wieder musste ich feststellen, besser auf das Bauchgefühl zu vertrauen, als auf moderne Messtechniken und deren Grenz- & Toleranzwerte. Nach mehrwöchigem Absetzen meiner bewährten Mittel zeigten auch die Messgeräte wieder gesteigerte Borreliose Werte an und ich hatte Mühe die eingetretenen Verschlechterungen (bis zu 10 kg Gewichtsverlust, massive Verschlechterung bei Schmerzsymptomen, Verschlechterung bei Tinnitus und Nervenschmerzen, Empfindungsstörungen, massive Schwellung von Lymphknoten u.a.) wieder in den Griff zu bekommen.

Meine längste Antibiose (nach Rücksprache und Empfehlung eines bekannten deutschen Arztes) mit 4 Antibiotika gleichzeitig dauerte 8 Monate! Verkühlungen oder andere zusätzliche Belastungen wie z.B. Stress, lassen die Beschwerden immer wieder aufflammen und erschweren wieder halbwegs auf ein verträgliches gesundheitliches Niveau zu kommen. Aber ich denke, solche oder ähnliche Erfahrungen habt Ihr selbst auch schon gemacht!

Borrelien mögen keinen Sauerstoff

Alles was den Sauerstoffgehalt- und Transport im Körper verbessert, unterstützt das Immunsystem erheblich bei der Bekämpfung der Borreliose und kann zur Verbesserung der Symptomatik beitragen. Mittlerweile besitze ich eine eigene milde HBO Druckkammer, in der ähnliche Erfolge bei der Bekämpfung von Entzündungen durch die Borreliose erreicht werden können, weil keine Krankenkasse bereit war, weitere HBO Behandlungen in der Uni Klinik Graz zu bezahlen... Diese Geräte sind zwar nicht ganz vergleichbar mit der Druckkammer in Graz, weil der hyperbare Druck deutlich geringer ist-, die Anwendung deshalb auch nicht als medizinische Therapie bezeichnet werden darf. Jedoch viel wichtiger ist der ebenso erzielbare Erfolg und den habe ich mehrmals am eigenen Körper erlebt!

Ebenso bin ich im Besitz einer modernen IHHT Anlage (Intervall Hypoxie Hyperoxie Training; bekannt als Höhentherapie). Bei dieser kann durch gesteuerte Intervalle abwechselnd Sauerstoffreduzierte (hypoxische) und Normal- bzw. Sauerstofferreichte (hyperoxische) Luft durch eine Maske eingeatmet werden, ohne die Maske ständig abnehmen zu müssen. Die Anwendungen fördern nicht nur die Reproduktion und Erneuerung der Mitochondrien („Zellkraftwerke“) sondern unterstützen unser Immunsystem auf vielfältige Weise. Sie bewirken nachweislich eine Erhöhung der Erythrozyten und des Hämoglobins im Blut, was wiederum die Sauerstoffsättigung und Versorgung der Zellen wesentlich verbessern kann. Selbstverständlich muss diese Anwendung spezifisch an die Bedürfnisse

und Empfindungen der jeweiligen Person angepasst werden, was entsprechendes Know-how, Einfühlungsvermögen und Verständnis voraussetzt.

Aufgrund der selbst erlebten Verbesserungen durch die Anwendungen der milden HBO und IHHT habe ich 2025 beschlossen mich als Humanenergetiker selbstständig zu machen und diese relativ preisintensiven Anwendungen auch anderen Betroffenen zu möglichst leistbaren Konditionen zur Verfügung zu stellen. Ich habe aus persönlicher Überzeugung beschlossen Investitionen in weitere Druckkammern, einen Behandlungsraum und modernste Geräte zu stecken, da gerade bei langwierigen Problemstellungen wie Borreliose und deren möglichen Folgen mit einigen wenigen Anwendung oft nicht das Auslangen gefunden werden kann.

Wenn ich Euer Interesse wecken konnte, sich im Sinne der Selbsthilfegruppe SHG Borreliose bei gemeinsamen Treffen in Wien auszutauschen, dem Verein SHG Borreliose beizutreten, der Gruppe Wien anzugehören oder uns dabei zu unterstützen, würde ich mich über eine persönliche Rückmeldung freuen.

Freundliche Grüße
Friedrich Polster