



Dr. Samuel Hahnemann

Homöopathischer Verein 1907 e.V. Weingarten/Baden

www.homoeopathie-weingarten.de

So wehren Sie sich gegen Infekte!

Skript von Susanne S. Bürkert, Heilpraktikerin & Vorstandsvorsitzende des HV

Das stärkt Ihr Immunsystem

- Gesunde Lebensweise
 - Bewegung
 - Ernährung
- Hygieneregeln
- Vitamin C
- Vitamin D
- Vitamin A
- Zink
- Selen
- N-Acetyl-Cystein (NAC)
- Lysin (Aminosäure)
- N-Acetyl-Cystein – schützt die Lunge vor Verschleimung
- Nattokinase – wir wie naturheilkundliches ASS 100

Vitamin D

- wird durch Magnesium aktiviert
- Steigert das angeborene und adaptive Immunsystem
- nötig für die Synthese von antiviralen und antimikrobiellen Peptiden
- Dichtet die Atemwegsepithelien ab – Permeabilität (Leaky lung Syndrom), sorgt für Integrität
- Erhöhung der Lymphozytenzahl
- Anti-Inflammatorische Wirkung
- Dosierung
 - initial, Tag 1: 200.000 IE – supportive Therapie, Klinikaufenthalt, schwerer Verlauf - dann
 - 1. Woche: 20.000 IE täglich
 - 2. Woche: 10.000 IE täglich
 - ab 3. Woche: 5.000 – 10.000 IE täglich

Vitamin A

- wird durch Zink aktiviert und in die aktive Form = Retinsäure umgewandelt
 - wichtig für die Sehfunktion: hell-dunkel, schwarzweiß-farbig
 - gut bei MS (Multiple Sklerose) gegen fatigue
 - wichtig für Schwangere, Mangel wirkt teratogen
 - erstes Schutzschild im Bereich der Schleimhäute (Respirationstrakt, GI-Trakt, Urogenitaltrakt)
 - Dosierung
 - 1 : 1 = Vitamin D : Vitamin A
 - initial, Tag 1: 200.000 IE – supportive Therapie, Klinikaufenthalt, schwerer Verlauf
- danach
- Woche: 20.000 IE täglich
 - Woche: 10.000 IE täglich
 - ab 3. Woche: 5.000 – 10.000 IE täglich

Vitamin C

- Antivirale (z.B. Herpes-simplex-Virus, Influenza A-Virus, antibakterielle und immunmodulierende Eigenschaften)
- Endothelprotektion
- Pro-inflammatorische Zytokine↓
- Regulierung der Funktion und Proliferation von T-, B-Zellen und NK-Killerzellen
- Immunität↑, Zytokinsturm: Progression↓
- Bronchialepithel: Reparatur ROS-induzierter Schäden↑
- Lunge: Epitheliale Barriere Funktion↑ (leaky-lung-Syndrom)
- Dosierung
 - Frisch gepresster O-Saft (enthält Flavonoide + Quercetin) + 1-2 g Vitamin C-Pulver
 - Quercetin ist auch in gedünsteten Zwiebeln
 - bei schweren Verläufen:
 - 7,5-15 g Vitamin C intravenös alle 12 Stunden,
 - dann 4 x pro Woche
 - langsam infundieren, 0,5 g pro Minute in 100 bis 200 ml NaCl 0,9%

Selen

- je besser der Selenstatus, umso geringer die Mortalität bei schweren Infekten wie Covid-19
- Selenstatus hat Einfluss auf den Q10-Spiegel
- Dosierung
 - 100-200 µg Selen als Natriumselenit pro Tag
 - initial, Klinikaufenthalt, schwerer Verlauf:
 - 1.000 µg Na-Selenit intravenös pro Tag als Kurzinfusion in 100 ml NaCl 0,9% -
 - alternativ: 1.000 µg Na-Selenit täglich oral für 1 Woche, nüchtern
 - dann 200-500 µg Selen als Na-Selenit pro Tag

Zink

- Wichtig zur Bildung von Antikörpern gegen Viren
- der alte Mensch hat einen erhöhten Zinkbedarf, da die Thymusdrüse schrumpft.
- Zusätzlich sollte man Zink lutschen – dann wirkt es an den Schleimhäuten
- sehr gut bei Halsschmerzen
- Schützt die Mund- und Rachenschleimhaut vor dem Eindringen von Krankheitserregern
- Auch gut für Haut und Schleimhaut
- Dosierung: 15-25 mg täglich

evtl. Omega-3-Fette

Man kann die Omega-3-Fettsäuren in verschiedene Gruppen unterteilen:

- Pflanzliche Form – wird nur zu ca. 5% in die wirksame menschliche Form umgebaut- wenig wirksam!
 - in Leinsamen, Hanfsamen, Leindotter – enthalten Alpha-Linolensäure
- Marine Form – wird vollständig aufgenommen und verwertet
 - in Seefischen (Kaltwasserfischen) und Meeresalgen – enthalten zwei Formen von Fettsäuren
 - DHA = Docosahexaensäure
 - EPA, Eicosapentaensäure

Gute Präparate gibt es von Norsan am besten als Öl und nicht als Kapsel aus der Apotheke. Genauere Infos zu finden Sie in diesem Video: https://www.youtube.com/watch?v=Vy3oNG88xl&feature=emb_logo

Übersicht für Orthomolekulare Mittel

So schützen Sie sich am besten vor Infekten		bei 70 kg	täglich präventiv
• Vitamin D	40-60 IE/ kg Körpergewicht am Tag	3000- 4.200 IE	(5.000 IE)
• Vitamin A	40-60 IE/ kg Körpergewicht am Tag	4.200 IE	(5.000 IE)
• Selen	2-3 µg/ kg Körpergewicht am Tag	210 µg	(100-200 µg)
• Vitamin C	15-30 mg/ kg Körpergewicht am Tag	2.100 mg	(100-200 mg)
○	200 mg = 8 Portionen Obst und Gemüse täglich		
• Zink	0,25-0,5 mg/ kg Körpergewicht am Tag	17-35 mg	(15-20 mg)

Heilpflanzen

Cistus, Cystus, Zistrose

Ingwer

- Holunder
- Helmkraut
- Süßholz
- Mädesüß
- Zwiebel, Knoblauch, Meerrettich, Kapuzinerkresse, Etc.

Homöopathie, Die wichtigsten Mittel gegen Covid-19

- **Bryonia** (Hauptmittel): langsamer Beginn, Kopfschmerzen mit Druck hinter der Stirn, leichtes Fieber, Druckgefühl in der Brust mit beginnenden Atembeschwerden. Wenn die Krankheit nicht rechtzeitig stoppt, findet man stechende Schmerzen in der Brust beim Einatmen, trockenen Husten verstärkten Druck in der Brust. Zusätzlich treten Gliederschmerzen auf. Der Patient möchte Ruhe haben und sich möglichst wenig bewegen. Er hat großen Durst. Außerdem bestehen eine sehr große Schwäche und Müdigkeit.
- **Phosphorus**: Oft folgt Phosphorus auf Bryonia, wenn sich der Husten stärker festgesetzt hat und eine raue Stimme und Heiserkeit vorhanden sind. Verlangen nach kalten Getränken. Ängstlichkeit, Bedarf nach Trost und Mitgefühl.
- **Arsenicum album**: Große Nervosität, Unruhe und viel Angst, besonders nachts. Starkes Frösteln und Kältegefühl, oft begleitet von Durchfällen. Meist sehr fordernd in der Krankheit.
- **Belladonna**: Schneller Fieberanstieg, heißer Kopf und kalte Füße. Pulsierender Kopfschmerz.
- **Gelsemium**: Fieber begleitet von Nervosität und Erwartungsspannung. Nervöse Schwäche mit zittrigen Beinen.
- **Eupatorium**: Starke Schmerzen in den Gelenken und Knochen, wie zerschlagen. Sehr schmerzempfindlich. Berührungen verschlechtern. Weint vor Schmerz.
- **Carbo vegetabilis**: Starke Atemprobleme, Gefühl, nicht genügend Luft zu bekommen. Die Sauerstoffsättigung ist erniedrigt. Der Patient will das Fenster geöffnet haben, um Luft zu bekommen. Schneller, flacher Atemrhythmus.
- **Lachesis**: Vor allem bei Veränderungen an den Gefäßen hat sich Lachesis bewährt. Atemprobleme besonders in der Nacht. Einblutungen unter der Haut. Bläuliche Verfärbung der Zunge. Enges wird nicht am Hals ertragen. Blutgerinnungsstörungen. Herzrasen
- **Antimonium tartaricum**: Bei schweren Fällen konnte zusätzlich mit Antimonium tartaricum unterstützt werden – besonders dann, wenn viel Schleimansammlungen in Rachen waren. Atemnot mit dem Gefühl zu ersticken, weil so viel Schleim in der Lunge ist. Man hört schon von weitem ein lautes Röcheln und Schleimrasseln.