



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Unser Immunsystem in Zeiten der Corona-Krise

Seit über einem halben Jahr beherrscht Corona die Schlagzeilen, in Deutschland, Europa, ja weltweit.

Corona spaltet die Gesellschaft, Freundeskreise und sogar Familien. Es herrscht ein Klima der Angst. Angst sich und andere anzustecken, Angst vor Bußgeldern und Angst vor Denunziation. Wer hätte sich im Januar diesen Jahres vorstellen können, dass es in unserem Land einmal so weit kommt. Was ist passiert, dass wir beim Einkaufen eine Mund-Nasen-Bedeckung tragen und uns nicht mehr erkennen? Vom Verstehen ganz zu schweigen. Was ist passiert, dass Kinder mit Maske zur Schule laufen und Angst haben ihre Maske abzuziehen? Was ist passiert, dass Lehrer ihre gesunden Schüler zwingen während des Unterrichts eine Maske zu tragen, nur weil sie selber Angst haben sich anzustecken?

Dabei ist Angst ein denkbar schlechter Ratgeber. Angst schwächt das Immunsystem. Angst frisst Hirn. Angst belastet physisch wie emotional.

Masken können das Risiko andere Menschen anzustecken im Falle einer Erkältung etwas reduzieren. Es gibt also sicher Situationen, in denen das Tragen einer Maske sinnvoll sein könnte, wie z. B. ein grippaler Infekt bei gleichzeitigem Kontakt mit Personen, die ein geschwächtes Immunsystem haben. Es gibt allerdings keine wissenschaftliche Grundlage, die den Nutzen des Tragens einer Maske für gesunde Erwachsene belegt, schon gar nicht für gesunde Kinder. Auch der „solidarische Gebrauch“ anderen gegenüber ist nicht erwiesen. Die Atemgase können an den Seiten einer Maske entweichen. Bestes Beispiel: die Brille beschlägt beim Tragen der Maske - und das sind nun mal die, ach so gefährlichen, Aerosole. Die hochgelobten FFP2-Masken haben sogar ein Ausatemventil, aus dem die ausgeatmete Luft ungefiltert strömt. Masken schützen auch nicht vor einer Infektion mit Corona- oder anderen Viren, denn Viren sind viel kleiner als die Poren. Dies ist wissenschaftlich belegt und steht sogar auf den meisten Packungen von Mund-Nase-Bedeckungen.

Masken können sogar gesundheitsschädigend sein - v. a. für Kinder. Der Anteil der Atemwege, der nicht am Austausch Sauerstoff und Kohlendioxid teilnimmt, der sog. Totraum, ist bei Kindern und insbesondere bei Kleinkindern deutlich größer als bei Erwachsenen. Die Frischluftzufuhr wird signifikant reduziert, während der CO₂-Anteil auf das zig-fache steigen kann. Die Richtwerte für gesunde Erwachsene (!) werden z. T. deutlich überschritten. Durch den Anstieg von CO₂ (Hyperkapnie) kann es sowohl bei Kindern als auch Erwachsenen u. a. zu Kopfschmerzen, Schwindel, Konzentrationsstörungen, Übelkeit, Sehstörungen, Luftnot oder auch Herzrasen kommen. Das tückische ist, dass die Gefahr ohne Vorwarnung kommt, weil Kohlendioxid geruchlos ist und sich in Bodennähe sammelt.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

In Arztkreisen sammeln sich zudem Erfahrungsberichte über gehäufte Atemwegsinfektionen bis hin zu schweren Pilzinfektionen der Lunge durch das häufige Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung.

Dass das Tragen der Masken bei Eltern und Kindern auch eine emotionale Belastung darstellt, zeigen die zunehmenden Fälle von Schlafstörungen (bei Kindern z. B. mit Einnässen), Panikattacken sowie Unruhe- und Angstzuständen.

Auch das Risiko für Hauterkrankungen und Erkrankungen der Zähne und des Zahnfleisches scheint durch das Tragen von Masken stark zuzunehmen.

Wie lange wollen, wie lange sollen wir und unsere Kinder denn noch die Masken tragen? 1 Jahr, zwei Jahre, lebenslang? Die Maskenpflicht wurde eingeführt, als die Reproduktionszahl schon lange unter 1 war (dieser R-Faktor war sogar vor dem Lockdown $< 1!$)

Steht auf - es ist Zeit Zivilcourage zu zeigen. Lasst Euch nicht von der Angst lähmen und von Angstmachern das Leben diktieren. Zeigt wieder Gesicht und ein Lächeln. Stärkt Euer Immunsystem und wartet nicht auf die nächste Grippe- oder Corona-Impfung.

Besser ist es doch, sein Immunsystem zu stärken. Dies gelingt mit guten Gedanken und innerer Liebe, Aufenthalt an der frischen Luft und gesunder Ernährung. Zusätzlich hilft die Einnahme von Vitamin D. Neueste Studien belegen, ein stark reduziertes Risiko überhaupt an Corona zu erkranken durch hohen Vitamin D Spiegel ($>55\text{ng/ml}$). Ein hoher Vitamin D Spiegel wirkt auch beschützend vor Atemwegsinfektionen und Grippe und reduziert das Risiko an CoVid-19 zu sterben. Umgekehrt lässt sich die anfangs hohe Sterblichkeit an CoVid-19 in Italien und Spanien u. a. auch mit niedrigen Vitamin-D Spiegeln erklären.

Wir empfehlen seit Jahren eine deutlich höhere Vitamin D Einnahme als von der DGE empfohlen. Die DGE empfiehlt 800 E Vitamin D täglich, wir ca. 20000 Einheiten ein- bis zweimal pro Woche. Am besten in Kombination mit den Co-Faktoren Vitamin K2, Magnesium und Vitamin A.

Wir bieten statt einer klassischen Grippe-Impfung auch eine alternative Behandlung, mit Vitamin C- Infusionen, biologischen und homöopathischen Mitteln sowie der Injektion von Thymus-Peptiden, an. Dies hat sich seit langem in unserer täglichen Arbeit bewährt.

Für unsere Klinik und Praxis haben wir zusammen mit dem Deutschen Beratungszentrum für Hygiene in Freiburg ein Corona-Schutzkonzept erarbeitet, sodass Sie ohne Sorgen unsere Klinik besuchen können (vorausgesetzt die aktuellen Verordnungen lassen dies zu).

Unser Behandlungskonzept mit dem Dreiklang Entgiften, Entschlacken, Entschleunigen stärkt seit je her Körper und Seele. Hinzu kommt die gute Rhöner Luft und die heilende Atmosphäre in der Schlosspark-Klinik. Auch Herzlichkeit hilft heilen.

Ihre Dres. med. Martin und Jürgen von Rosen