

Die 10 Corona Regeln nach Dr. med. Hellmut Münch:

Der Virus und das Immunsystem

Seit Wochen beschäftige ich mich intensiv sowohl in der Praxis, als auch in der Wissenschaft mit dem Virus und darf Ihnen neben neuen Erkenntnissen ein Schutzprogramm für sich, Ihre Familie, Ihre Mitarbeiter und Ihre Kunden empfehlen. Dies hat sich sehr gut bei uns in Traunstein, einem Hotspot, bewährt.

Corona ist gefährlicher als Influenza!

Das war am Anfang nicht klar, aber im Schnitt sterben zwischen 1 und 3 Prozent der Infizierten. Der Tod tritt meist durch pneumonale Fibrosierung aufgrund eines durch Corona spezifisch ausgelösten Zytokinsturmes ein.

Dies erklärt, warum besonders alte Menschen betroffen sind, Ihre Fähigkeit, die Folgen des Zytokinsturmes zu verhindern, ist stark reduziert, da ihre Enzymaktivität (damit Regulierung aller Zytokine) vermindert ist. Junge Menschen mit hoher Enzymaktivität scheinen mit dem Covid-19 induzierten Zytokinsturm viel besser zurechtzukommen und deshalb auch eine geringere Folgen- oder Todesgefahr zu haben.

Corona ist ein Rassist!

Das Virus ist nicht gleich verteilt, es infiziert etwas mehr Männer als Frauen. Auffällig ist, dass besonderes schwarze Menschen häufiger betroffen sind als weiße. Warum dies so ist, ist derzeit nicht geklärt, wahrscheinlichste Ursache sind genetisch bedingte Unterschiede in der molekularen Rezeptorstruktur.

Die Ursache könnte auch sein, dass unterschiedliche Blutgruppen möglicherweise eine unterschiedliche Infektwahrscheinlichkeit haben. (Blutgruppe 0 weniger, A und B häufiger betroffen). Insbesondere schwarze Männer mit Blutgruppe A oder B scheinen stärker gefährdet zu sein, Covid-19 in schwerer Verlaufsform zu bekommen.

Corona hört nicht auf!

Diese Erkenntnis ist sehr erstaunlich. Normalerweise vergehen Viruswellen nach einigen Monaten, dies kennen wir von Influenza, ja sogar von Ebola. Biologischer Hintergrund ist wohl, dass kein Virus Interesse hat, seinen Wirt auf Dauer auszulöschen. Er lebt sozusagen von Welle zu Welle Jahr für Jahr mit dem Wirt weiter.

Dies scheint bei Corona anders zu sein, er bleibt einfach da und „schnappt sich die Immunschwachen“.

Hier drängt sich mir das Bild eines Terrariums auf. Corona ist die Schlange und wir sind die weißen Mäuse! Die schnellen und starken Mäuse werden dem Biss der Schlange länger ausweichen und überleben, als die schwachen oder alten Mäuse. (in diesem Fall wird Immunstärkung die einzige Therapie der Zukunft!), bis eine Impfung da sein wird. Allerdings werden 2-3 Jahre vergehen, bis eine effektive Durchimpfung von 60-70% der Bevölkerung erfolgt ist.

[Corona mutiert nicht und bleibt stabil!](#)

Diese Annahme ist wesentlich für die Entwicklung eines Impfstoffes! Bis jetzt sah es so aus, als reagiert SarsCoV2 relativ langsam, bildet keine Neumutationen und bleibt stabil, was eine schnelle Impfstoffentwicklung fördern würde.

Leider zeigen neue Erkenntnisse aus USA und Brasilien, dass der Virus eher stärker wird und sehr wohl seine Struktur ändert. Dies würde eine schnelle Weiterentwicklung und jährliche Up-Dates, wie beim Influenza Virus auch, nötig machen.

[Durchseuchen lassen ist die Lösung!](#)

Anscheinend nicht. England und USA, auch Schweden verfolgen eine offene Politik nach dem Motto: „infizieren lassen, überleben und immun werden!“ (Moralisch ist diese Vorgehensweise sicher zu hinterfragen, es unterstellt den Gedanken „selbst schuld, wenn Du nicht stark genug bist“. Aber ehrlich, wir alle lieben unsere Eltern, unsere Großeltern und würden gerne noch viele schöne Stunden mit ihnen verbringen wollen.) Es gibt aber erste Hinweise, dass diese Strategie „des Durchseuchens“ nicht funktioniert. Anscheinend wird nur ein Teil der Infizierten immun gegen Corona. (Ich selbst kenne Kollegen, die trotz durchgemachter Infektion keine Antikörper gebildet haben und nicht immun sind.) Sollte eine Durchseuchung in dieser Form nicht möglich sein, würde dies die Theorie der „Schlange und den Mäusen“ unterstützen, d.h. Corona begleitet uns in die Zukunft und gefährdet besonders Immunschwache oder Menschen mit Vorerkrankungen. Dies würde in Zukunft Mitarbeiter im Gesundheitswesen stärker gefährden, da sie wiederholt eine Infektion haben könnten. Deshalb: Immunstärkung!

[Kinder sind seltener betroffen!](#)

Diese Überlegung hat sich nicht bewahrheitet. Kinder infizieren sich genauso häufig wie Erwachsene, haben allerdings meist einen milden Verlauf. Möglicherweise haben Kinder zu einem höheren Prozentsatz Immunität als Erwachsene, aber auch dies wird erst noch endgültig geklärt werden müssen.

[Kinder und Jugendliche entwickeln häufiger ein MIS-C \(Kawasaki-Syndrom\)!](#)

Hierzu wird derzeit intensiv untersucht, ca. 5 bis 8 Prozent aller Kinder entwickeln ein MIS-C (multiple inflammatory Syndrom-Corona), welches dem Kawasaki Syndrom ähnlich erscheint.

Aber sehr wichtig: es gibt deutliche Hinweise, dass ein niedriger Vitamin D Spiegel das Entstehen eines MIS-C fördert. Ein hoher Spiegel an Vitamin D allerdings lässt mit großer Wahrscheinlichkeit einen milden Krankheitsverlauf erwarten. Dies würde sich mit unseren Forschungsergebnissen zum Vitamin D Rezeptor bei Leukozyten decken, die dann effektiver innerhalb des Immunsystems arbeiten können.

Schutzmaßnahmen:

Zuerst hat man der Desinfektion von Oberflächen, Masken und Händewaschen den gleichen Rang in der Virusprophylaxe eingeräumt. Dies scheint nicht mehr zu gelten. Man weiß mittlerweile, dass das Virus insbesondere aerosol übertragen wird und die meisten Infektionen durch Luft, Hand und/oder Mundkontakte stattfinden.

Deshalb ist das Tragen einer Maske und die Händedesinfektion besonders wichtig, um den Virusload zu verringern. Reine Desinfektion der Oberflächen scheinen nachgeordnet.

Auffallend

Viele Patienten leiden nach durchgemachter Corona Infektion an weiteren Symptomen, wie Luftnot, Müdigkeit, Leistungsschwäche, Gliederschmerzen. Wir sprechen von einer ‚Post-Corona-Fatigue‘, die über Monate, gegebenenfalls Jahre, andauern kann und die Lebensqualität der Betroffenen deutlich einschränkt. Es gibt eindeutige Hinweise in Studien, dass immunfite Menschen (gesunder Lebensstil, gesunde Ernährung, kein Rauchen, kein starkes Übergewicht, keine Vorerkrankungen) und ein hoher Vitamin D₃ Spiegel, die Wahrscheinlichkeit von Post-Corona-Komplikationen deutlich reduziert.

Corona infiziert nicht sofort!

Es braucht nach heutigen Erkenntnissen bis zu acht Stunden nach Kontakt an der Mund/Nasenschleimhaut, bis das Virus die Penetration beginnt.

Achtung: Hier ergibt sich eine besondere Gelegenheit mit dem innova Spray® IMMUN einen zusätzlichen Schutz aufzubauen. Lysozym spaltet an der Mund/Nasenschleimhaut Bakterien und Viren. Dieses Wissen können Sie nutzen, indem Sie Lysozym prophylaktisch anwenden, um aerosol übertragene Keime in der Adhäsion zu verringern.

Ganz spannend: Möglicherweise hat man nach Viruskontakt noch die Chance, nachträglich das Lysozym Spray erfolgreich anzuwenden. Wurden Sie z.B. angeniest oder angehustet, würden Viren einige Zeit an der Schleimhaut haften bleiben. Sofort danach Lysozym Spray gegeben, reduziert die Wahrscheinlichkeit, dass einige der Viren penetrieren und infizieren können.

Fazit:

1. Corona wird neben den Herz-Kreislaufkrankungen und Krebs eine der neuen Haupttodesursachen weltweit!
2. Immunstarke (hier spielt das Alter eine nachgeordnete Rolle) sind besser vor einer Infektion geschützt oder haben im Falle einer Infektion einen eher milderen Krankheitsverlauf
3. Schützen Sie sich, Ihre Familien, Freunde und Mitarbeiter vor einer Infektion, neben den allgemeinen Maßnahmen (Abstand, Maske, Händedesinfektion) insbesondere mit einem spezifischen Immunaufbau.

Und hier Ihr persönlicher Immunaufbau:

In meiner Praxis hat sich, neben den AHA-Maßnahmen, die „Viererregel“ sehr bewährt. Sie ist einfach zu merken, gut umzusetzen und ermöglicht einen sehr guten Immunaufbau und Immunschutz gegen Viren und Bakterien.

Nehmen Sie jeden Tag:

- 4 Tropfen innova Mulsin® Vitamin D₃ und K₂
(Vitamin D ist entscheidend für Immunstärkung und im Falle einer Infektion für einen milderen Verlauf)
- 4 Tabletten innovazym®
(Enzyme reduzieren die Folgen des virus-induzierten Zytokinsturms. Dies ist gerade für Ältere, die eine deutlich reduzierte Enzymaktivität haben, sehr wichtig)
- 4 Hübe innova Spray® IMMUN am Tag, insbesondere vor und nach dem Kontakt mit kranken oder gefährdeten Menschen (Lysozym reduziert die Adhäsionswahrscheinlichkeit von Viren)
- Bei besonderer Gefährdung oder Immunschwäche nehmen Sie zusätzlich innova immun® C bis zu vier Kautaler am Tag verteilt (Vitamin C und Zink sind als Immunbooster, gerade des unspezifischen Immunsystems, sehr bekannt und stützen sich auf gute Studienlagen)

Dazu kommt natürlich der gesunde Lebensstil, Ernährung, Sport und ausreichend Flüssigkeit.

Tipp:

Der Enterococcus faecalis (SymbioFlor 1) ist gut untersucht, das sIGA in dem Mund/Schleimhäuten zu erhöhen. Bei besonderer Gefährdung empfehle ich zusätzlich 2x20 Tropfen einzunehmen und 2x3 Tropfen in jedes Nasenloch.

Gesamtfazit:

Der immunstarke Mensch wird länger und besser überleben, also los geht's!

Text:

Dr. med. Hellmut Münch/07.2020

Leiter der Medizinischen Enzymforschungsgesellschaft e.V., 83224 Grassau

www.enzymforschungsgesellschaft.de