

Corona – Unterstützung mit Naturheilkunde

Stand: 06.07.2022

Sollten Sie sich angesteckt haben mit Corona oder hatten nahen Kontakt mit einem Infizierten, lohnt es sich immer, den Körper und seine Abwehrkräfte zu unterstützen.

Dies gilt natürlich nicht nur für Covid-19, sondern für alle Infekte!

Die Möglichkeiten, die ich Ihnen hier aufliste, sind bei allen Virusinfektionen im Nasen-Rachenbereich und mehr, bereits bewährte Unterstützungen bei:

grippalen Infekten, Grippe, Erkältungen,... Zu den meisten genannten Ideen liegen bereits

Untersuchungen / Erfahrungen / Studien im Zusammenhang mit Covid-19 vor!

-> Weiter unten finden Sie Artikel und Studien.

Eine Zusammenfassung der Möglichkeiten:

1. Zistrosenkraut:

soll die Möglichkeit des Andockens und damit die Vermehrung der Viren hemmen können.

Buchtip: "Wunderpflanze Zistrose" von Christopher Weidner. Hier wird gut der Angriff von Viren und Bakterien beschrieben, was zu einem tieferen Verständnis führt.

2. Olivenblätter.

Buchtip: Olivenblattextrakte - Altbewährte Heilmittel in der Praxis" von Sophia Iming - hat auch Quellenangaben!

Beides lässt sich entweder als Tee oder zum Gurgeln anwenden. Besser schmecken beide Kräuter als Mischung mit Pfefferminze. Vermutlich verstärkt auch Pfefferminze deren Wirksamkeit! Zum Gurgeln würde ich noch **Salbei** dazu nehmen und eine intensivere Mischung aufbrühen.

Zistrosenkraut gibt es auch als **Lutschtabletten**, entweder im Reformhaus oder z.B. im DM. Wer es lieber original und ohne Zucker und Gedöhn möchte, nimmt die Originalpastillen von Dr. Pandalis.

3. Kleine Schwedenkräuter – auch Schwedenbitter genannt:

Eine gute Hilfe bei Halsschmerzen: erst gurgeln und dann mutig runterschlucken (Sofern man keine Probleme mit Alkohol hat!)

→ Selbst aufgesetzt kann man sie richtig lange ziehen lassen. Sie sind sehr preiswert und bieten in der Hausapotheke noch diverse andere Möglichkeiten der Anwendung! Bitte kaufen Sie die KLEINEN Schwedenkräuter in der Apotheke, dort erhalten Sie eine intensivere Mischung als im Internet. Dazu benötigen Sie einen reinen Schnaps: Wodka, Korn,.. und dann nach Anleitung in einer Weißglasflasche (durchsichtig, damit viel Licht dran kommt!) für mindestens 4 Wochen aufsetzen und in ein helles Fenster stellen! Danach abseihen und in dunkle Glasfläschchen füllen.

4. Algovir Nasenspray:

soll die Möglichkeit des Andockens und damit die schnelle Vermehrung der Viren im Nasenraum hemmen können. Mehr zu Algenprodukten s.u.

5. Vitamin D3 (plus K2!):

In Untersuchungen und Studien gab es klare Hinweise, dass ein solider Vitamin D3-Spiegel sich günstig auf das Immunsystem wie auch den Verlauf einer Corona-Infektion auswirken soll!

6. Shufeng-jiedu:

Shufeng-jiedu stammt aus der TCM (TCM=Traditionellen chinesischen Medizin), ein Mittel, das schon immer bei viralen Infekten des Mund-Nasen-Rachen-Raumes gegeben wurde. Es wurde bereits in China wie auch hier eingesetzt, um den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen

HIER ein Filmbeitrag: [Udo Kreibich - Anscheinend gibt es eine Alternativlösung... | Facebook](#)

Bei Fragen und anderen Erkrankungen: informieren Sie sich und lassen Sie sich u. U. beraten unter folgender Telefonnummer: Bahnhofsapotheke in Kempten: **+49 (0)831 - 522 66 11**

Studien und mehr dazu unter: www.bahnhof-apotheke/shufeng-jiedu.htm

Bei allen Tipps und Ideen gilt wie immer: Fragen Sie Ihren behandelnden Arzt oder Apotheker!

Weitere Tipps – als Erinnerung:

1. Viel natürliches Vitamin C für das Immunsystem
2. Ätherische Öle zum Inhalieren
3. Omas Hühnersuppe – auch dazu gibt es bereits eine Studie: s.u.
4. Viel Ruhe und Schlaf!!!!
5. Viel trinken!
6. Wer damit Übung hat: Homöopathie

Interessante Links zu Forschungen - Covid-19:

1. Studie zu Vitamin D3:

Hierbei ging es darum, inwieweit Covid-Patienten einen besseren Krankheitsverlauf hatten in Bezug auf ihre aktuellen Vitamin D3- Werte.

1. Artikel: [Vitamin D gegen COVID-19? Faktencheck, neue Studie des DKFZ, Aufruf von Elitewissenschaftlern | Dr. Jacobs Weg \(drjacobsweg.eu\)](#)

2. Artikel: [Corona und Vitamine: Was hilft wirklich bei einer COVID-19-Infektion? | Wissen & Umwelt | DW | 16.11.2020](#)

3. Artikel : [Boris Johnson set to follow Nicola Sturgeon's policy on free vitamin D supplies | The National](#)

4. Artikel: [Nutrients | Free Full-Text | Vitamin D Supplementation Associated to Better Survival in Hospitalized Frail Elderly COVID-19 Patients: The GERIA-COVID Quasi-Experimental Study \(mdpi.com\)](#)

2. Für Fachleute / Interessierte zu Vitamin D3:

a) Studienüberblick: [Vitamin D for COVID-19: real-time analysis of all 276 studies \(c19vitamind.com\)](#)

b) Faktencheck Dr. Jacobs Institut: [Nutrients | Free Full-Text | Vitamin D Supplementation Associated to Better Survival in Hospitalized Frail Elderly COVID-19 Patients: The GERIA-COVID Quasi-Experimental Study \(mdpi.com\)](#)

3. Studien zu Beifuß (*Artemisia annua*):

1. Artikel Freie Universität Berlin: [Extrakte des Beifuss sind gegen SARS-CoV-2 aktiv • Informationen für Medien und Journalist*innen • Freie Universität Berlin \(fu-berlin.de\)](#)
2. Artikel Tagesspiegel: [Klinische Studie zu Beifuß: Kraut gegen Covid-19 wird in Mexiko getestet - Berlin - Tagesspiegel](#)
3. Artikel Abendblatt: [Corona: Einjähriger Beifuß wirkt laut Studie - Einsatz in der Behandlung - Hamburger Abendblatt](#)
4. Artikel Focus: [Artemisia annua: Beifußextrakte sollen vor Corona schützen – das steckt dahinter - FOCUS Online](#)

4. Studie zu Algenprodukten:

-> Lesen Sie hier von **Lungenärzte im Netz**: [Algenprotein schützt vor Lungenkrankheit SARS: www.lungenaerzte-im-netz.de](#)

5. Studie zum Thema „Omas gute alte Hühnersuppe“:

- > Artikel: [Hühnersuppe: Warum hilft sie gegen Erkältung? | Stiftung Warentest](#)
- > Artikel: [Hilft Hühnersuppe gegen Erkältung - Spektrum der Wissenschaft](#)
- > Artikel: [Hilft Hühnersuppe bei Grippe? - Hungry for Science \(openscience.or.at\)](#)
- > Artikel: [Das Geheimnis der Hühnersuppe - W wie Wissen - ARD | Das Erste](#)

Mein Gedanke zur Hühnersuppe: ist lecker & gesund - und vielleicht unterstützt sie uns genauso bei Corona???

TIPP: Drucken Sie sich diesen Artikel aus und besorgen Sie sich schon mal die Dinge die Sie nehmen würden. Denn: ist man erst mal krank, wird es eng.
Auch auf Reisen macht das Vorsorgen Sinn!

Auch wenn immer wieder sehr kritische Meldungen und Stimmen zum Thema Naturheilkunde kommen, sollten wir uns ruhig - zu der klassischen Medizin - Ergänzungen holen. So können wir selber Erfahrungen machen und kommen aus der Falle der Hilflosigkeit ein Stück weit raus!

„*Wer heilt hat recht*“ – oder besser gesagt: wer als Patient Erfolge erlebt, Linderung verspürt durch eine Maßnahme, ist auf dem richtigen Weg!
Denn darum geht es ja: um Linderung, Besserung, nicht ums Recht haben, oder?

Mein allerbesten Tipp für Sie noch zum Schluss:

Bleiben Sie doch einfach gesund 😊!

Ihre Helga Graf-Laubenthal