

## **Corona Virus – Ganzheitliche Betrachtung**

### **Dr. Simon Feldhaus**

Die Welt steht auf dem Kopf, nichts ist mehr so wie es zu Beginn des Jahres noch war...

Wir erleben ein Informationschaos der Perfektion da so viele Experten (ob nun wirklich oder fake ist bei weitem nicht immer erkennbar) sich zu Wort melden und Ihre Meinung äussern.

Die Netzwerke explodieren mit tausenden von News, zum grössten Teil mit sehr fragwürdigen Inhalten, die die Unsicherheit in der Bevölkerung noch verstärken.

Die Paramed stand und steht für fundierte Ausbildung, Informationen und Weiterbildungen. Daher möchten wir auch zu diesem Thema Stellung beziehen. Wir können immer nur den aktuellen Stand beschreiben und kommentieren, schon nächste Woche kann die Realität eine andere sein.

Ich möchte hier nun versuchen eine ganzheitliche Betrachtung der Situation zu vermitteln.

**Vorweg sei gesagt, dass auch die Paramed selbstverständlich ALLE vom Bund und BAG veröffentlichten Empfehlungen uneingeschränkt empfiehlt umzusetzen.**

Daneben gibt es aber doch einige Dinge zu kommentieren;

Zuerst zur Frage des Risikos und der Gefährlichkeit:

Es gibt eine Arbeit die in der Zeitschrift „Science“ publiziert wurde:

Epidemiologen haben die Ausbreitung von COVID-19 in China untersucht und sind dabei der Frage nachgegangen, wie oft Neu- Infektionen überhaupt entdeckt wurden.

Das Resultat ist erstaunlich:

- Rund 85% (82-90%) aller Infektionen sind erfolgt, ohne dass jemand die Infektion bemerkt hat.
- Etwa 55% der unbemerkt Infizierten haben weitere Personen angesteckt.

Dies wäre eigentlich zu erwarten, denn wie sonst wäre es erklärbar gewesen, dass die Infektionszahlen in China nach einigen Wochen gegen Null gesunken sind.

Anhand der Immunitätsrate von weniger als 1% der Bevölkerung kann man das nicht erklären (weniger als 100'000 Personen in Wuhan von rund 10 Mio. Menschen erkrankt). Es ist eher anzunehmen, dass die Rate von stummen Infektionen noch höher ausfällt.

Betrachtet man die Zahlen in Italien, so stirbt etwa eine von zehn diagnostizierten Personen. Aber diagnostiziert heisst ja nicht infiziert! Wenn man die Science Arbeit zugrunde legt, ist eher von einer von 1000 angesteckten Personen zu reden.

Was auch aus Italien und China bekannt ist: rund 50% der verstorbenen Patienten sind über 80 Jahre alt, fast 90% sind über 70 Jahre.

Weiter hat sich gezeigt, dass rund 80% der Verstorbenen *zwei oder mehr* chronische Vorerkrankungen hatten.

Aktuelle Zusammenfassung der italienischen Gesundheitsbehörde:

- Das Medianalter liegt bei 80.5 Jahren (79.5 bei den Männern, 83.7 bei den Frauen).
- 10% der Verstorbenen waren über 90 Jahre alt; 90% waren über 70 Jahre alt.
- Höchstens 0.8% der Verstorbenen hatten keine chronischen Vorerkrankungen.
- Ca. 75% der Verstorbenen hatten zwei oder mehr Vorerkrankungen, ca. 50% hatten drei oder mehr Vorerkrankungen, darunter insb. Herzkrankheiten, Diabetes und Krebs.
- Fünf Verstorbene waren 31 bis 39 Jahre alt, alle mit schweren Vorerkrankungen.
- Das Gesundheitsinstitut lässt weiterhin offen, woran die untersuchten Patienten starben, und spricht allgemein von »Covid19-positiven Verstorbenen«.

Sind alle diese Corona-Toten an oder mit Corona gestorben? Starben nicht viele an Pneumonien anderer Ursache, teilweise in hoher Zahl an Krankenhauskeimen?

Interessante Zahlen kommen bisher aus Japan:

Obschon Japan als eines der ersten Länder positive Testresultate hatte und keinen „Lockdown“ einführt, ist es bisher eines der am wenigsten betroffenen Länder. Es wurden von keiner Zunahme an Lungenentzündungen und keiner erhöhten Krankenhausbelegung berichtet. Das bedeutet nicht, dass hinter diesen Zahlen nicht auch tragische Einzelschicksale stecken. Doch oft trifft es – ähnlich wie wir das von der Grippezeit kennen – gehäuft Personen, die am Ende ihres Lebens stehen. Da, durch die Altersstruktur unserer Gesellschaft, viele genau in diese Gruppe gehören ist die Geschwindigkeit der Ausbreitung ein zentrales Problem. Gleiches gilt aber auch für die jüngeren Altersgruppen. Wenn zu viele gleichzeitig krank werden ist das weder für das Sozial- noch das Gesundheitssystem bewältigbar. Daher sind die Massnahmen der Verlangsamung grundsätzlich notwendig. Wenn sie denn von allen umgesetzt würden! Genau da steckt das Problem unserer Gesellschaft, die mangelnde Solidarität in diesem Bereich und die offensichtliche Gedankenlosigkeit vieler Menschen, die keine Lust haben diese Massnahmen des «social-distancing» einzuhalten, mit dem dummen Argument, dass „man selbst ja kein Risiko habe“.

Das Problem ist nicht der Virus, das Problem sind die Menschen und unsere Gesellschaft.

Und vielleicht ist das genau eine der Ursachen warum es überhaupt zu der Pandemie oder gar zu dem Entstehen des Virus kam...

Was alle aber verängstigt ist der Kontrollverlust durch fehlende Massnahmen gegen das Virus. Und diese Angst könnte schlimmer sein als die Gefahr durch das Virus selbst...

Menschen bekommen Angst, weil sie einer neuen, großen und unbeherrschbaren Gefahr gegenüberstehen. Davor haben sie mehr Angst als vor bekannten Gefahren. Wir wissen zum Beispiel, dass jährlich 15.000 Menschen durch Krankenhauskeime sterben und 9000 durch Haushaltsunfälle und 2017 gab es 25000 Grippeopfer – ohne dass Panik ausgebrochen wäre.

Es geht darum, wie diese Zahlen eingeordnet werden. Wir Menschen haben ein entwicklungsgeschichtlich relativ junges Frontalhirn, das dazu dient Fakten zu ordnen und zu verarbeiten. Weiterhin haben wir ein Angsthirn im Hirnstamm, das entwicklungsgeschichtlich sehr alt ist. Wenn nun eine neue Gefahr auftritt, wie das Corona-Virus, dann kann das Angsthirn nichts damit anfangen, wenn ihm das Frontalhirn vorrechnet, dass die Wahrscheinlichkeit, an einer Corona-Infektion zu sterben, doch sehr gering ist. Darum reagiert das Angsthirn instinktiv mit Angst und Flucht.

Die Entscheidungen des Hirnstamms zielen schon immer auf das Überleben. So gesehen sind Menschen wie Tiere, die auf Entscheidungen des Hirnstamms reagieren. Das Abwägen von Fakten macht das Angstsystem nicht, instinktiv geht es sofort um Leben und Tod.

Man könnte es so beschreiben: Die Echse in uns hat die Führung übernommen. So verpuffen natürlich die Appelle an die Vernunft, zum Beispiel Hamsterkäufe zu unterlassen.

Menschen im Norden neigen generell zu mehr Angst, was möglicherweise daher kommt, dass man früher in den harten Wintern vorausschauend denken und Nahrungsmittel hamstern musste. Die Ängstlichen haben dies getan und überlebt, während die Sorglosen im Norden ausstarben. Wir sind die Nachfahren der Ängstlichen von damals; da Ängste sich vererben, haben wir heute noch das Hamster-Gen. Was wohl auch das unsinnige Horten von Lebensmitteln erklärt.

Daher ist es elementar, dass Ärzte «die Kirche im Dorf lassen» und Sicherheit ausstrahlen. Ziel muss sein die Patienten nicht zusätzlich verunsichern, selbst dann nicht, wenn sie selbst Angst haben, sich anzustecken.

Aktuell erleben wir auch einen Wettkampf um die Medikamente. Diskutiert werden der Einsatz von Arthritis-Mitteln, Anti-Malaria-Mitteln und von gewissen Chemotherapeutika. Eine besondere Position nimmt Remdesivir ein. Es handelt sich um ein Virostatikum, dass in der Behandlung gegen RNA-Viren zum Einsatz kommt, wie Corona, Ebola und das Marburg-Virus. Die italienische Nachrichtenagentur ANSA gab in einer Pressemitteilung am 19.3. bekannt, dass der erste Patient dadurch geheilt werden konnte. «Innert 12 Tagen war der 79-jährige Patient bereits zweimal rachenabstrich-negativ und kann nach Hause zurückkehren».

Hier müssen aber nun wissenschaftliche Untersuchungen zeigen ob es nicht einfach nur Einzelfälle sind.

Wenn wir schon nicht so viel **gegen** das Virus machen können, warum sollten wir dann nicht einmal etwas **für** unser Immunsystem tun?

Ein Problem dabei ist, dass es in der gesamten Schulmedizin kein einziges Medikament gibt, welches das Immunsystem fördert....

Also nicht gegen den Virus, sondern **FÜR** den Menschen arbeiten und handeln. Dies geht leider in der aktuellen Situation völlig unter! Und genau dies war ist und schon immer die Domäne der naturheilkundlichen Medizin gewesen.

Je stärker unsere Abwehrkräfte, umso besser sind wir auch gegen das neuartige Coronavirus gerüstet. Daher ist es von großer Bedeutung, unsere Immunkraft zu stärken

und zu erreichen, dass unsere Schleimhäute geschützt werden. Die Schleimhäute sind nämlich die Eintrittspforte für die Viren. Es gibt einige Mikronährstoffe, von denen wir wissen, dass sie das Immunsystem stimulieren bzw. regulieren. Bekannt ist, dass eine gute Versorgung mit Vitamin A, D und C, Selen und Zink – am besten optimiert nach einer Laborkontrolle - uns vor Infekten schützen kann. Dazu gibt es überzeugende Studien und sogar positive Meta-Analysen. Effiziente Dosierungen liegen hier für Vitamin D bei ca 50 IE pro kg Kg/d und Vitamin A bei 50 IE pro kg Kg/d.

Vitamin C hochdosiert könnte eine sehr spannende Option sein, zumindest gibt es positive Erfahrungsberichte. In Amerika ist sogar eine Phase 2 Studie gestartet worden: (Vitamin C Infusion for the Treatment of Severe 2019-nCov infected Pneumonia; es werden 12 Gramm Vitamin C Intravenös gegen Placebo getestet).

EPA und DHA sind effektive Immunmodulatoren die unter anderem immunstärkende Wirkungen haben, die wir zu Beginn einer Infektion dringend benötigen. Omega-3-Fettsäuren spielen weiterhin eine wichtige Rolle bei der Regulierung der Entzündungsreaktion, die nach einer Infektion mit Pathogenen, einschließlich des Coronavirus (2019-nCov), auftritt. Je besser die Entzündungsreaktion reguliert wird, desto kleiner ist das Risiko, dass die auf die Infektion folgende Krankheit (im Falle des Coronavirus: COVID-19) einen schwerwiegenden Verlauf nimmt.

Dazu sind ausreichende Dosierungen notwendig. Um den individuellen Bedarf an Omega-3-Fettsäuren im Dosis-Bereich von 1.000-4.000 mg zu bestimmen, ist eine Fettsäure-Analyse empfehlenswert. Häufig benötigt man heute eine Menge von 2.000 mg der marinen Fettsäuren EPA und DHA täglich, um einen protektiven Omega-3 Index von 8 % zu erreichen.

Auch für Echinacea und andere Phytotherapeutika sowie für ätherische Öle kann ein potentieller Effekt zumindest angenommen werden.

Mit Vitalpilzen – auch Heilpilze genannt - können wir unsere Abwehrkraft aber noch zusätzlich und ganz besonders effektiv unterstützen. Ein ganz wichtiger Vitalpilz ist hier der **Coriolus** mit starken antiviralen und auch antibakteriellen Effekten. Diese beruhen vor allem auf zwei im Coriolus enthaltenen Wirkstoffen, den Polysaccharidopeptiden PSK und PSP. Diese beiden Inhaltsstoffe aktivieren unsere zelluläre Abwehr.

Eine gute Ergänzung zum **Coriolus** ist der **Reishi**. Insbesondere durch seinen hohen Gehalt an Triterpenen entfaltet dieser Vitalpilz eine starke antientzündliche Wirkung. Hervorzuheben ist in Zusammenhang mit dem Coronavirus zudem der starke antioxidative Effekt von beiden Pilzen. Sie senken auch in den Atemwegen den oxidativen Stress und könnten somit einer zu starken Vermehrung der Viren entgegenwirken.

Ganz so hilflos sind wir dann dieser «Bedrohung» doch nicht ausgesetzt und sollten genau diesen Faktor in den Vordergrund stellen. Nicht angsterfüllte panikerzeugende Berichterstattung, sondern positive gesundheitsfördernde Vorschläge sind zu empfehlen.

Zentral ist in unserer Gesellschaft nun die echte gelebte Solidarität zu fördern, denn eine angsterfüllte und auf gegenseitigem Misstrauen aufbauende Gemeinschaft wird die Herausforderung wohl kaum bestehen....

Und zuletzt noch eine ganz andere erschreckende Zahl:

Ein Virus aus Afrika sorgt für keinerlei Aufregung, obschon es **HEUTE für 25'000 Todesopfer** gesorgt hat, vorwiegend Kinder. Der Name des Virus: **Hunger**. Davon lesen wir nichts .....

Dr. Simon Feldhaus