

Mit Vitamin C, D, Zink und Milzpeptid gezielt das Immunsystem stärken

Alleskönner Vitamin C



Inzwischen ist klar, dass Vitamin C zahlreiche Aufgaben und Funktionen im menschlichen Organismus übernimmt. Die Beteiligung von Ascorbinsäure an der Stärkung des körpereigenen Abwehrsystems ist dabei die wohl bekannteste Eigenschaft. Dabei zeichnet sich das Vitamin durch die gesteigerte Bildung von T Helferzellen und Antikörpern (z.B. IgG und IgM) sowie der Makrophagen (=Fresszellen) aus. Letztere sind für die **Abwehr von Viren und Bakterien** verantwortlich. Damit sie entsprechende Erreger aufspüren können, benötigen diese Abwehrezellen unter anderem Vitamin D und C. Verfügen die Immunzellen über genügend Vitamin C, erhöht dies die Beweglichkeit und sie erreichen schneller den jeweiligen Erreger. Zusätzlich werden durch das Vitamin C die Membranen der Abwehrezellen vor Erregern bzw. freien Radikalen geschützt und die Abwehrfunktion gegenüber Bakterien und Viren aufrechterhalten.

Zahlreiche Gemüse- und Obstsorten gelten als wichtige Vitamin C-Lieferanten

Da der menschliche Körper bzw. Organismus Vitamin C nicht selber produzieren kann, muss die Aufnahme über die Nahrung und gegebenenfalls zusätzliche Präparate erfolgen. Gerade Gemüse und Obst weisen dabei – insofern sie frisch und unbehandelt sind - einen hohen Vitamin C-Gehalt auf. Beispiele hierfür sind:

- Zitrusfrüchte wie **Grapefruits, Zitronen und Orangen**.
- Obstsorten wie **Erdbeeren** oder **Schwarze Johannisbeeren**.
- Gemüsesorten wie **Brokkoli** oder **Paprika**.
- Alle Kohlarten - den höchsten Vitamin Gehalt weist dabei **Grünkohl** auf.
- Alle Krautvarianten - vor allem **Sauerkraut, Weisskraut** und **Rotkraut** sind sehr gute Vitamin Lieferanten.

Bei einer schweren Infektion steigt der Vitamin C Bedarf im Körper stark an. Tägliche Mengen von 5 bis 30 g werden zur Bewältigung der Abwehrfunktion und Neutralisation von Unmengen freier Radikale benötigt. Dieser Bedarf lässt sich nur über Infusionen decken, auch zur Vorbeugung im Rahmen der Coronavirus Gefahr.

Vitamin D – Das Sonnenhormon



Nachdem man lange Zeit davon ausging, dass Vitamin D nur wichtig für den Knochen und Kalziumhaushalt ist, weiss man inzwischen, dass Vitamin D sowohl das angeborene als auch erworbene Immunsystem fördert. Es produziert mit AMP körpereigene Antibiotika, bremst die Krebsentwicklung und Metastasenbildung, es senkt den Blutdruck und ist gut für Blutgefässe und Blutzucker.

ABER: circa 80 Prozent unserer Bevölkerung haben Vitamin D Mangel, je älter und je weniger aktiver, umso mehr!

Eine japanische Studie konnte zeigen, dass sich bei zusätzlicher Vitamin D Gabe das Risiko, an einer Grippe zu erkranken, um 64% und an Asthma-Anfällen zu entwickeln sogar um 83 % reduzierte (!). Vitamin D greift ein in die Aktivierung der wichtigen Thymus-Lymphzellen und Fresszellen, welche wir auch gegen das Coronavirus benötigen.

Zink – mehr als nur ein Spurenelement

Neben Vitamin C, Selen, Vitamin E und beta-Carotin gehört auch Zink zu den wichtigen Antioxidantien, welche freie Radikale neutralisieren und somit die Zellen vor Entzündung und deren Folgen schützen. Aber Zink ist auch elementar für Immunprozesse, insbesondere der Virusabwehr. Ein normaler Zinkspiegel ist für die Produktion, Reifung und Aktivität der wichtigen Thymus-Lymphzellen notwendig. Zink aktiviert eine Vielzahl von Fermenten in den Mitochondrien (kleine Zellkraftwerke) und befördert die Entgiftung. Leider haben über 50% unserer Menschen einen Zinkmangel. Diesen sollte man in Zeiten drohender Coronavirus Grippe normalisieren.

Mittels «Homing-Effekt» die Milz und das Lymphsystem stärken

Im Jahre 1999 wurde der Nobelpreis für Medizin an Prof. G. Blobel für seine Forschungen zum «Homing-Effekt» verliehen. Dieser ist die Grundlage der Behandlung mit verdünnten Organpeptiden, welche gezielt die Aktivität und Regeneration des Organes stärken, von welchem sie stammen (= Heimkehr Effekt). Dieses Prinzip wird inzwischen in der Medizin vielfach genutzt. Für die Vorbeugung einer Virusgrippe konnten vielfältige Forschungsarbeiten die Wirksamkeit und Effizienz des Milz-Präparates «OSCILLOCOCCINUM®» zeigen. Das wichtige Immunorgan Milz wird dabei zu höherer Aktivität angeregt.