

Bewährte Maßnahmen aus der Naturheilkunde bei (Virus-) Infektionen

Aufregung, Angst und Stress schwächen das Immunsystem, deshalb:

- tägliche Entspannung und/oder Meditation
- Fasten von bedrohlichen oder angsteinflößenden Nachrichten
- Ausrichtung auf erfreuliche Themen
- Beschäftigung mit angenehmen Dingen
- Bewegung an der frischen Luft
- Stressabbau durch Sport
- liebvolle Beziehung zu Menschen, Tieren und zur Natur

tägliche Einnahme von Vitamin C:

- Saft einer halben Zitrone in einem Glas warmen Wassers oder eine Orange täglich verzehren

tägliche Einnahme von Vitamin D als Tabletten, Kapseln oder Tropfen

Vollwertkost

- langsames Essen mit gutem Kauen
- reichliches Trinken von Wasser ohne Kohlensäure und Kräutertees
- täglicher Verzehr von Bitterstoffen in Form von Kräutertees, Bitterpulver, Chicoree, Radicchio, Aperitivs
- völliger Verzicht auf Fleisch und Wurst vom Schwein

Gurgeln: lt. Prof. Zastrow aus Berlin bewirkt einminütiges Gurgeln jeden 3. Tag mit Betailodona- oder Braunol-Gurgellösung einen Virus-Schutz von 99,99% vor Ansteckung

Ingwer-, Cistus-, oder Salbei-Tee

Vermeiden von fiebersenkenden chemischen Arzneimitteln und Schmerzmitteln

Kambo C6 Globuli (nach Rücksprache mit Ihrem homöopathischen Behandler):

14 Tage lang früh und abends je 5 Globuli vor den Mahlzeiten langsam lutschen, ggf. noch weitere 4-6 Wochen einmal täglich 5 Globuli in der Frühe.

Das Gift dieses grünen Amazonas-Frosches stärkt das Immunsystem und die Psyche gegen (Krankheits-) Ängste

Rescue-Tropfen

Schüßler-Salze und individuell gewählte homöopathische Mittel bei erfolgter Infektion

Eine andere Einstellung zu Mikroorganismen wie Viren und Bakterien zu finden:

Diese sind ebenso Lebewesen der Natur. Wir sind dann gesund, wenn wir eine symbiotische Einheit mit ihnen herstellen können. Wir bieten ihnen einen Lebensraum in uns und sie erhalten uns gesund.

Wie wäre es, wenn Viren und Bakterien gar nicht daran interessiert sind, uns – ihren Wirt – zu zerstören, denn damit würden sie ihren eigenen Lebensraum zerstören?

Oder sind wir deshalb davon überzeugt, weil es der Mensch mit dem Planeten Erde tut?

Bei darüber hinausgehenden, individuellen Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung