

C-Freedom

COVID &
Hormon Balance

INFO-BOOK

Stefanie Rueb | © 2020 NAME

COVID & HORMON BALANCE

Als Hormon Coach kann ich meine Augen nicht davor verschliessen, auch wenn es mir schwer fällt. Aber die Fälle häufen sich, in denen COVID Erkrankte wie auch Frauen, die geimpft worden sind, in ein hormonelles Chaos fallen. Meine Aufgabe ist es, Frauen mit hormonellen Dysbalancen zu helfen. Und somit möchte ich Dir auch mit dem Thema COVID & Hormone Balance helfen, bzw. informieren. Ich bin deshalb einigen Fragen auf den Grund gegangen:



- 1 WIE SIND DIE ZUSAMMENHÄNGE VON COVID UND HORMONEN
- 2 WIE SEHEN DIE SPEICHELTEST ERGEBNISSE NACH IMPFUNGEN AUS?
- 3 SIND ES EINZELFÄLLE ODER IST DIE WAHRSCHEINLICHKEIT HOCH, DASS NACH EINER ERKRANKUNG ODER IMPFUNG WIR FRAUEN ERST RECHT IN EIN HORMON CHAOS FALLEN
- 4 SIND FRAUEN, DIE BEREITS IN EINEM HORMONELLEN CHAOS SIND ANFÄLLIGER AN COVID ZU ERKRANKEN UND WIE KÖNNTE MAN DIES VERHINDERN?
- 5 WIE LANGE HAT DIE IMPFUNG WIRKUNG AUF DIE HORMONE UND KANN MAN DIE NEBENWIRKUNGEN MINIMIEREN?
- 6 WAS KANN ICH TUN, UM MIT DEM GANZEN DRUM HERUM MICH MENTAL ZU STÄRKEN

INHALT

COVID & HORMON BALANCE

- ZUSAMMENHÄNGE
- SPEICHELERGEBNISSE
- ERFAHRUNGSBERICHTE
- PRÄVENTION ERKRANKUNG
- VORBEREITUNG & AUSLEITUNG IMPFUNG
- MENTALE STÄRKUNG



HORMONES

ZUSAMMENHÄNGE

WIE SIND DIE ZUSAMMENHÄNGE VON COVID UND HORMONE UND WARUM SIND MÄNNER EHER BETROFFEN AN COVID ZU ERKRANKEN ALS FRAUEN. GIBT ES HIER EINEN ZUSAMMENHANG MIT DEN HORMONEN?

Schauen wir uns einmal grundsätzlich an, welche Hormone hier eine Rolle spielen könnten im Vergleich Männer und Frauen. Hier sind es in erster Linie die Sexualhormone. Die weiblichen Östrogene (Estradiol, Estriol und Estron) sowie das Progesteron sowie das männliche Hormon Testosteron. Frauen wie Männer benötigen beides Geschlechtshormone, nur in einer anderen Menge. Das Testosteron ist eher durchgehend in der selben Menge vorhanden. Das Estradiol wie auch das Progesteron sind jedoch bei der Frau ausgehend vom Zyklus ganz unterschiedlich.

Estradiol

Es wurde recht früh in den Statistiken aufgezeigt, dass Männer eher an COVID erkranken als Frauen. Sowie auch mit einem höheren Risiko im Krankenhaus landen anstatt einen milden Verlauf zu haben. Einige Studien suchten bereits seit frühem Beginn der Pandemie nach Verbindungen zum Hormon System. Den Wissenschaftlern war der Fakt klar, dass Sexualhormone einen Einfluss auf das Immunsystem haben, aber gab es noch weitere Zusammenhänge?

Warum haben Sexualhormone Einfluss auf das Immunsystem?

Im weiblichen Zyklus sind in der ersten Zyklushälfte, dann wenn der Körper sich auf eine Befruchtung vorbereitet, die Östrogene sprich das Estradiol wichtig. Hier tut der Körper alles damit wir gestärkt und gesund sind, um schwanger zu werden. Wenn es zum Eisprung kam und der Samen das Ei befruchtet, ist es nun in der 2. Zyklushälfte wichtig, dass der "Eindringling" nicht abzustossen und er sich in der Gebärmutter einnisten kann. In der 2. Hälfte dominiert das Progesteron. Damit die Schwangerschaft gehalten werden kann wird die Feedback-Reaktions-Schleife des Immunsystem durch das Progesteron runter geregelt. Der Eindringling wird nicht als Fremdling erkannt. (Deshalb brechen auch übrigens sehr oft Herpes Viren eher in der 2. Zyklushälfte aus)

Östradiol stimuliert also die humorale Reaktion auf eine Virusinfektion und aktiviert eine höhere Antikörperproduktion, so die Forscher. Immunzellen haben Östrogenrezeptoren und können auf eine Östrogenstimulation reagieren, was die Immunantwort verbessern kann.

Estriol

Ist auch eines der Östrogene aber zyklusunabhängig und gilt eher als das Schleimhauthormon. Es hält Schleimhäute und Gewebe, Gelenke feucht.

Fallbeispiel aus Pubmed mit einer Überreaktion mit Hyaluron.

In diesem Bericht bestätigten wir den Fall einer 38-jährigen Patientin mit Überempfindlichkeitsreaktion nach der Impfung mit BNT162b2 (Pfizer-USA). Dieser Fall berichtet über die Bedeutung des Patientenwissens vor Hyaluronsäure-Injektionen über die möglichen Nebenwirkungen einer Überempfindlichkeitsreaktion vom verzögerten Typ während der COVID-19-Impfung.

Man muss dazu wissen, dass Hyaluron Estriol erhöhen kann. Durch die Impfung kommt es nun jedoch zu horrend hohen Estriol Werten. Ich vermute deshalb kann es bei Hyaluron Produkten nun zu Überreaktionen kommen.

Haben also Frauen grundsätzlich durch das höhere Estradiol ein besseres Immunsystem und sind besser geschützt vor COVID?

Ergo würden dann Frauen, mit hormonellen Dysbalancen, deren Östrogene bereits im Keller sind, wie zum Beispiel Frauen nach der Menopause wie auch in den Wechseljahren, eher an COVID erkranken als Frauen mit einem guten Östrogen Level.

Versuche mit Mäusen haben dies bestätigt. Ihnen hatte man Estrogen-Blocker gegeben oder die Eierstöcke entfernt bevor man sie mit COVID infiziert hatte. Die Männlichen sowie die weiblichen Mäuse mit wenig Östrogen sind eher und heftiger infiziert sowie auch gestorben, als die weiblichen Mäuse mit einem guten Östrogen Level (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32753145/> sowie <https://covid.joinzoe.com/us-post/covid-hormones-estrogen>)

Schon früher wusste man, dass postmenopausale Frauen einen höheren Zytokine Level (Entzündungswerte) haben. Hohe Zytokine Level und niedriger T-Lymphozyten Werte erhöhen die Sterblichkeitsrate.

Daher würde ich persönlich raten:

- Einen Speicheltest machen lassen und schauen, wie der Stand deiner Östrogene ist
- Falls diese im Keller sind, die Östrogen auf natürlichem Wege wieder aufbauen. (Wie das genau funktioniert erfährst du im EASY Retreat oder einem persönlichen Analysegespräch)

Testosteron

Welche Rolle spielt das Testosteron bei COVID Erkrankungen? Fakt ist, dass COVID als erstes auf die Organe Lunge und Herz geht. Was mir sofort aufgefallen ist: Ich habe in meiner Ausbildung zum Hormon Coach gelernt, dass Herz und Lunge die meisten Testosteron Rezeptoren haben. Sprich, wenn zuwenig Testosteron da ist, dass dann Herz und Lunge schlapp machen. Deshalb kommt es dann auch bei einem Testosteron Mangel vermehrt zu Herzinfarkten.

Haben nun Männer ein höheres Risiko an COVID zu erkranken, weil sie mehr Testosteron haben? Oder weil sie weniger Östrogen haben?

Es scheinen wohl in manchen COVID Patienten sehr hohe Testosteron Werte zu geben. Und auch in den geimpften Frauen, die Nebenwirkungen hatten, sehe ich erhöhte Testosteron Werte.

Klinische Studien mit Testosteron Blockern haben bereits gezeigt, dass COVID Patienten mit Testosteron Blockern schneller genesen.
(<https://www.medicalnewstoday.com/articles/covid-19-expert-review-finds-multiple-links-with-hormones>)

So wird auch geschätzt, dass Frauen, mit einem höheren Testosteron Level, wie zum Beispiel Frauen mit dem PCO Syndrom, ein höheres Risiko haben.
(<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34580749/>)

Andere Studien haben jedoch auch gezeigt, dass niedrige Testosteron Levels genauso ein hohes Risiko zeigen, an COVID zu erkranken.
Hier ist also die Lage nicht so recht deutlich

(<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8455954/>)

Ich würde daraus schliessen, dass auch hier nach einer Hormon Balance, einem gesunden Testosteron Level bei Frauen wie auch Männern geachtet werden sollte, um sich vor COVID zu schützen. Siehe dazu auch die Ergebnisse der Speicheltest mit den optimalen Quotienten von Progesteron, Estradiol und Estradiol, Testosteron.

Daher auch hier:

Einfach mal einen Speicheltest machen lassen, um zu sehen, wie die Werte bei dir sind.

(www.censa.de Paket 3)

Melatonin

Melatonin ist das Schlafhormon und hat eine starke Anti-virale Wirkung wie auch einen Anti-Aging Effekt, da es unsere Mitochondrien (unsere Zellen) von Oxidativen Stress befreien kann und den Zellschutz erhöht (Es hemmt übriges auch den Wachstum von Krebszellen) **Melatonin blockiert zudem sämtliche Andockversuche von Viren.** Melatonin kann dir daher auch mit seiner Antiinflammatorischen (also Entzündungshemmende Wirkung) helfen dich vor den **COVID Viren zu schützen** und nicht zu erkranken.

Speziell bei einer bestehenden Infektion haben klinische Studien bereits ergeben, dass sowohl der Schweregrad als auch die Dauer **einer COVID-19-Erkrankung mit Melatonin signifikant reduziert werden konnten.** Es ist davon auszugehen, dass auch die Langzeiteffekte einer Erkrankung, wie z. B. die Lungenfibrose, erheblich gedämpft werden können, sollte der Patient ausreichend Melatonin eingenommen haben.

(<https://www.medmedia.at/aerzte-krone/melatonin-ein-potenter-schutzschild-gegen-covid-19/>)

Melatonin wird aus Serotonin synthetisiert. Ca. 20 Minuten nach dem Einschlafen im Dunkeln. Serotonin ist für den Wach-Schlafrythmus verantwortlich. Wer also zuwenig in der Sonne war, zuwenig Tageslicht ab bekommen hat, hat auch zuwenig Serotonin und somit auch zuwenig Melatonin. Durch das Sonnenlicht produzieren wir auch Vitamin D (Was eigentlich gar kein Vitamin ist sondern ein Vor-Hormon) Und auch hier wurde in vielen Studien bereits aufgezeigt, dass Vitamin D Mangel das Risiko erhöht an COVID schwer zu erkranken. Also unbedingt täglich für mindestens eine Stunde an die Sonne bzw. Tageslicht gehen, damit dein Körper Serotonin, Melatonin wie auch Vitamin D produzieren kann.

Sind die COVID Wellen im Winter und in Lockdown Situationen höher als im Sommer? Oder gleicht sich das wieder aus, weil wir alle drin bleiben und uns gegenseitig nicht anstecken können?

Vitamin D

Ich möchte mit euch einen Auszug aus einer Vitamin D Studie teilen (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34570577/>)

Hintergrund der Studie: Vitamin D wirkt über die Herunterregulation von proinflammatorischen Zytokinen entzündungshemmend und immunmodulatorisch. Unser Ziel war es, die Wirkung des Vitamin-D-Spiegels auf das Überleben von COVID-19-Patienten zu demonstrieren.

*Material und Methoden: 207 COVID-19-Patienten wurden in die Studie eingeschlossen. Die Serum-Vitamin-D-Spiegel wurden gemessen und Patienten mit Spiegeln <20 ng/ml oder 21 bis 30 ng erhielten eine **Einzeldosis von 300.000 IE Vitamin D**.*

Ergebnisse: Von 207 Patienten erhielten 37 Vitamin D, 170 nicht. Demographische, radiologische und mittlere Laborwerte waren zwischen den Gruppen ähnlich. Der mittlere Vitamin-D-Spiegel im Plasma ohne Vitamin-D-Unterstützung (n=170) betrug $50,82 \pm 16,12$ ng/ml (30,28-81,35) vs. $16,98 \pm 6,2$ ng/ml (4,20-28,30) in der Vitamin-D-Gruppe. Der bemerkenswerteste Befund waren die Sterblichkeitsraten; während in der Vitamin-D-Gruppe nur 1 Patient (2,7 %) starb, starben 24 Patienten (14,1 %) in der Gruppe ohne Vitamin-D-Supplementierung ($p=0,038$).

Bemerkenswert....und krass zugleich, wie man hier an Menschen experimentiert. Ich würde daher auf jeden Fall, gerade jetzt im Winter, zu einer Vitamin D Supplementierung raten. In einer Dosierung von 5 000 IE würde ich mit Vitamin K2 empfehlen.

DHEA

Ich möchte noch ein weiteres Hormon ins Spiel bringen. Das DHEA, welches zusammen mit dem Cortisol in den Nebennieren produziert wird. Es hat zwei Hauptfunktionen. Auf der einen Seite ist es die Bremse in der Stress-Feedback Achse (HPA-Achse) und auf der anderen Seite hilft es unserem Immunsystem gegen Eindringlinge zu kämpfen. Wer also einen niedrigen DHEA Level hat (zum Beispiel bei dauerhaften Stress und einer Nebennierenschwäche) hat ein höheres Risiko krank zu werden. Zusätzlich könnte die Supplementierung schwere COVID Verläufe lindern.

Hier ein Artikel dazu:

Während der Anstieg des Cortisolspiegels bei COVID-19-Patienten nicht signifikant war, nahmen der DHEA-S-Spiegel und das DHEA-S/Cortisol-Verhältnis bei den Patienten mit zunehmender Schwere der Erkrankung signifikant ab. Schlussfolgerung: Wir schlugen vor, dass die Supplementation von DHEA, der Vorstufe von Androgenen und Steroiden, die negativen Folgen der COVID-19-Erkrankung lindern und die Überlebensfähigkeit von COVID-19-Patienten verbessern kann.

https://www.researchgate.net/publication/348188726_COVID-19_Patients_Suffer_From_DHEA-S_Sufficiency

Die Pathophysiologie von COVID umfasst eine übertriebene proinflammatorische Reaktion. Die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren-(HPA)-Achse spielt eine entscheidende Rolle bei verschiedenen Entzündungszuständen und modulierten immunologischen Reaktionen. Begrenzte Evidenz zur Inzidenz und **Auswirkung einer HPA-Dysfunktion bei COVID-19 liegt vor**. Die spezifische Hemmwirkung von DHEA auf Interleukin 6 (IL-6) könnte bei COVID-19 von überragender Bedeutung sein. Darüber hinaus wurde eine DHEA-Supplementierung bereits bei vielen anderen entzündlichen Erkrankungen vorgeschlagen. Hohe DHEAS-Spiegel bei COVID-19 können helfen, die Dysfunktion der HPA-Achse sowie die Möglichkeit einer Umnutzung von DHEA als Medikament zur Linderung des proinflammatorischen COVID-19 zu verstehen.

Hier einige Texte aus Pubmed zum Begriff: Hormone & COVID

Theoretischen Überlegungen zur Rolle endokriner und metabolischer Veränderungen bei einer COVID-19-Infektion vor. Diese Veränderungen können aufgrund der folgenden zwei Beobachtungen vermutet werden. Zum einen nutzt das für die COVID-19-Infektion verantwortliche Virus SARS-CoV-2 ein wichtiges Element des Renin-Angiotensin-Systems (RAS) - das Angiotensin-Converting-Enzym 2 (ACE2) - als Rezeptorprotein für den Eintritt in die Zielzellen und in der Folge, stört die Funktion des Haupt-(zirkulierenden) Renin-Angiotensin-Aldosteron-Systems (RAAS) und des lokalen Renin-Angiotensin-Systems, das in verschiedenen Geweben und Organen lokalisiert ist. Die Bindung von SARS-CoV-2 an ACE2 führt zur **Herunterregulation dieses Enzyms** und in der Folge zu einem **Überschuss** an Angiotensin II und **Aldosteron**. (Aldosteron wird zusammen mit Cortisol in den Nebennieren produziert. Aldosteron bewirkt eine gesteigerte Rückresorption von Natrium und Wasser in den Verbindungstubuli und in den Sammelrohren der Niere. Deshalb hast du bei einer Nebennierenschwäche, wenn zu wenig Aldosteron gebildet wird einen Salz hunger. In der Folge von erhöhtem Aldosteron steigen das Blutvolumen und der Blutdruck. Sprich COVID und Impfung können Bluthochdruck auslösen?

Es wird vermutet, dass die lokale RAS-Dysregulation im Fettgewebe die Hauptursache für die negative Rolle von Adipositas als Risikofaktor für einen schweren Verlauf der COVID-19-Infektion ist. Zweitens hängt der Ausgang von COVID-19 stark vom Alter des Patienten ab. **Altersbedingte hormonelle Mängel**, insbesondere die von **Melatonin** und **Dehydroepiandrosteron (DHEA)**, können bei älteren Menschen zur Morbidität/Mortalität beitragen. Der **Nutzen von Melatonin** und Angiotensin-Converting-Enzym-Hemmern/Angiotensin-Rezeptor-1-Blockern (letztere erst in späteren Phasen der Infektion) als adjuvante Medikamente ist **wahrscheinlich**.

Beobachtungsstudie mit 70 Patienten im Alter von ≥ 18 Jahren mindestens 3 Monate nach der Diagnose von COVID-19

Bis zu 63 % der COVID Patienten leiden nach einer akuten Erkrankung an anhaltenden Symptomen, einschließlich Müdigkeit. Endokrine Systeme sind anfällig für die Auswirkungen von COVID-19, da viele Drüsen den ACE2-Rezeptor exprimieren, der vom SARS-CoV-2-Virion für den Zellzugang verwendet wird.

Die Auswirkungen von COVID-19 auf die Nebennieren- und Schilddrüsenfunktion nach akutem COVID-19 sind jedoch unbekannt. (Bei der Impfung sehen wir jedoch mittlerweile eine starke Auswirkung auf die SD - komme ich später noch darauf zu sprechen)

Unser Ziel war es, die Nebennieren- und Schilddrüsenfunktion bei COVID-19-Überlebenden zu bewerten.

Ergebnisse: Alle Patienten hatten nach Synacthen einen maximalen Cortisolspiegel von ≥ 450 nmol/l, was mit einer ausreichenden Nebennierenreserve übereinstimmt. Basal- und Spitzenserumcortisol unterschieden sich nicht nach Schwere der Erkrankung oder der Vorgeschichte.

Bei Patienten mit Fatigue (n = 44) im Vergleich zu Patienten ohne (n = 26) gab es keinen Unterschied im Baseline- oder Peak-Cortisol nach Synacthen oder in den Schilddrüsenfunktionstests oder dem Schilddrüsenstatus.

Schlussfolgerung: Nebennieren- und Schilddrüsenfunktion ≥ 3 Monate nach Vorstellung mit COVID-19 blieb erhalten. Während ein signifikanter Anteil der Patienten an anhaltender Müdigkeit litt, wurden ihre Symptome nicht durch Veränderungen der Nebennieren- oder Schilddrüsenfunktion erklärt.

Meine persönliche Vermutung geht dahin, dass der Virus und die genannte Müdigkeit nicht die Nebennieren im Auge hat, sondern eher die Mitochondrien. Sprich die Kraftwerke unserer Zellen. In meinem RESET - Hormon Balance Retreat 2.0 für mehr Power und Energie gehe ich im Detail auf die Mitochondrien ein.

Probenentnahme am: 31.05.2020			Zyklus: Tag 20		Verhältniswerte:	E2/Testo: 1/16	E2/Prog: 1/12
Laborparameter	Einh.	Messwert		Vergleichsbereich	Vorwert	Datum	(Zyklus)
17β-Estradiol (E2)	pg/ml	2,9		5 - 7 (2. Zyklusphase)	-		
Estriol (E3)	pg/ml	0,7		15 - 30	-		
Progesteron	pg/ml	33,9		280 - 330 (2. Zyklusphase)	-		
Testosteron	pg/ml	45,5		35 - 50	-		
DHEA	pg/ml	160,4		160 - 200	-		
Cortisol	ng/ml			Tagesprofil	-		

SPEICHELERGEBNISSE

Ich habe mich sehr lange von dem Thema COVID distanziert. Ich denke, um mich auch mental selbst zu schützen. Ich war hier in Panama in meiner eigenen kleinen Arbeits-Blase und habe so wenig wie möglich Nachrichten gelesen oder mich zum Thema COVID informiert. DANN aber kamen irgendwann Speicheltest Ergebnisse bei mir an, die ich so noch nie gesehen hatte. Und ich sehe wirklich VIELE Laborergebnisse für meine Analysegespräche.

Daher konnte ich die Augen nicht mehr davor schiessen. Ich hatte ja auch den Anspruch als Hormon Coach Frauen mit hormonellen Problemen zu helfen. Und nun gab es Hinweise darauf, dass Frauen erst recht in ein Hormon Chaos fallen nach der Impfung.

Ich hatte mich allerdings gefragt, ob es nur nach der Impfung ist, oder auch nach einer Erkrankung. Und da man sehr wenig darüber im Netz mitbekommt (da ja hier die Zensur extrem ist und meist nur in eine Richtung geht) dachte ich mir, ich mache meine eigenen Recherchen. Dazu werte ich einige Speichelbefunde aus, die nach Erkrankung bzw. nach der C-Impfung gemacht worden sind. Sowie die Ergebnisse meiner Umfrage und den Erfahrungsberichten meiner Klientinnen. Mehr dazu später. Schauen wir uns also ersteinmal ein Paar Speicheltest Ergebnisse an.

Seit über 4 Jahren bekomme ich regelmässig Hormon Speicheltest zugeschickt zum analysieren der Hormon Balance. Noch NIE waren Estradiol und Estriol (die Östrogene) zu hoch. Meist lagen sie im linken roten Bereich, sprich im Mangel. Hin und wieder gab es Ergebnisse, die im orangen oder grünen Bereich waren. Aber das auch sehr selten. Und plötzlich kamen Ergebnisse an, die ganz klar im rechten roten Bereich waren. Also im absoluten Überschuss. Die Frauen waren in einer MEGA Östrogendominanz.

Optimale Werte sind bei einer Frau mit regelmässigem Zyklus in der 2. Zyklushälfte im Speichel gemessen: 5-7 pg/ml

Der Quotient zum Progesteron sollte hier 1:50 sein. (E2/Prog)

Hormonelle Dysbalance einer 22 jährigen Frau

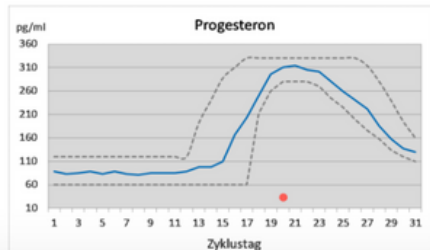
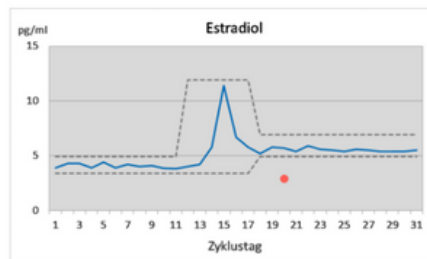
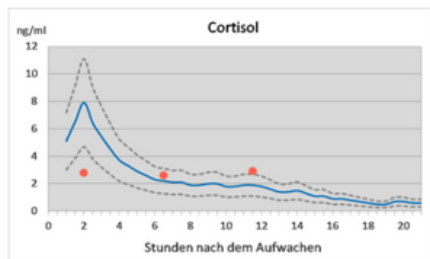
Alter:	22
Fachkraft:	Stefanie Rueb
	Coronado
Laborausgang:	10.06.2020
Berichtsdatum:	12.06.2020

■ Speichelhormontest Befund – 241897

Probenentnahme am: 31.05.2020		Zyklus: Tag 20		Verhältnisswerte:		E2/Testo: 1/16	E2/Prog: 1/12
Laborparameter	Einh.	Messwert		Vergleichsbereich	Vorwert	Datum	(Zyklus)
17β-Estradiol (E2)	pg/ml	2,9		5 - 7 (2. Zyklusphase)	-		
Estriol (E3)	pg/ml	0,7		15 - 30	-		
Progesteron	pg/ml	33,9		280 - 330 (2. Zyklusphase)	-		
Testosteron	pg/ml	45,5		35 - 50	-		
DHEA	pg/ml	160,4		160 - 200	-		
Cortisol	ng/ml			Tagesprofil	-		

Cortisol	TA	T1	T2	T3	T4	T5
Probenentnahme (h):	08:00	10:00	14:30	19:30		
Messwert (ng/ml):	2,9	2,7	3,0	-	-	-

Legende:
— typ. Verlaufskurve Vergleichsbereich ● Messwert



Ganz typisch: durch eine Nebennierenschwäche kam es zu einem Progesteron Steel Effekt und somit rutschte sie mit 22 hormonelle gesehen in einen Status einer 80 Jahre alten Frau.

Solche Werte sehe ich auch bei Frauen in den Wechseljahren, die mit Stress und emotionalen Belastungen zuvor gekämpft hatten.

Sprich Progesteron unterhalb der Grundversorgung von 60-120 pg/ml

Estradiol und Estriol im Keller.

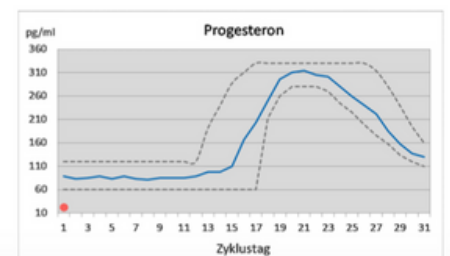
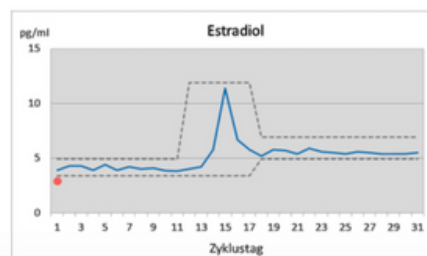
Frau 48 Jahre, bereits in der Menopause

Coronado
Laborausgang: 14.09.2020
Berichtsdatum: 14.09.2020

■ Speichelhormontest Befund – 245887

Probenentnahme am: 07.09.2020		Zyklus: kein Zyklus		Verhältnisswerte:		E2/Testo:	1/13	E2/Prog:	1/8
Laborparameter	Einh.	Messwert	Vergleichsbereich	Vorwert	Datum	(Zyklus)			
17β-Estradiol (E2)	pg/ml	2,9	4,5 - 5 (kein Zyklus)	-					
Progesteron	pg/ml	23,0	60 - 120 (kein Zyklus)	-					
Testosteron	pg/ml	38,0	35 - 45	-					

Legende:
— typ. Verlaufskurve Vergleichsbereich ● Messwert



Plötzlich kamen solche Ergebnisse bei mir an:

Estradiol im Gelb/roten Bereich und Estriol extrem zu hoch.

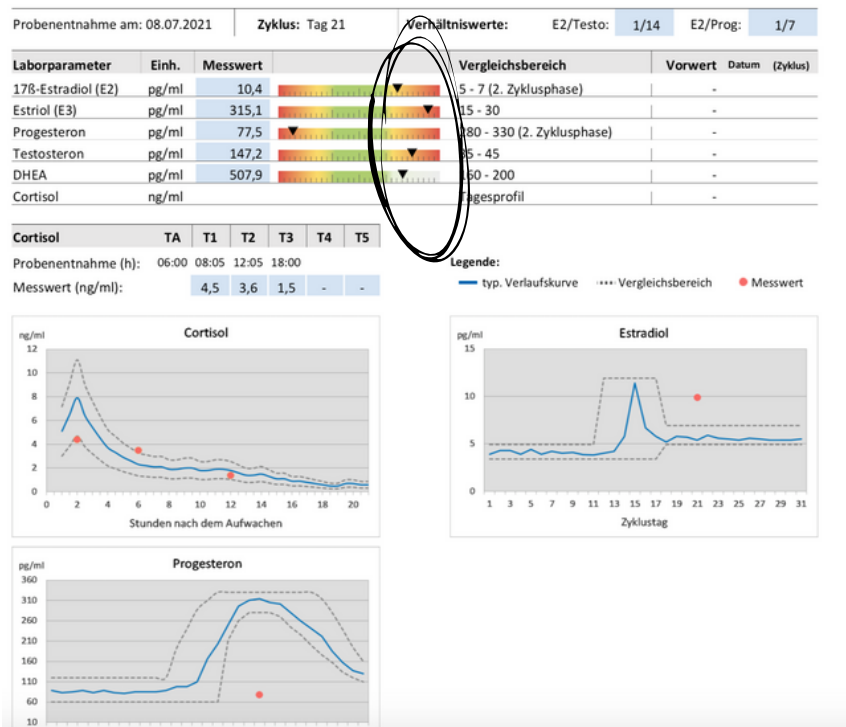
Progesteron nach wie vor zu tief.

Aber auch Testosteron extrem hoch.

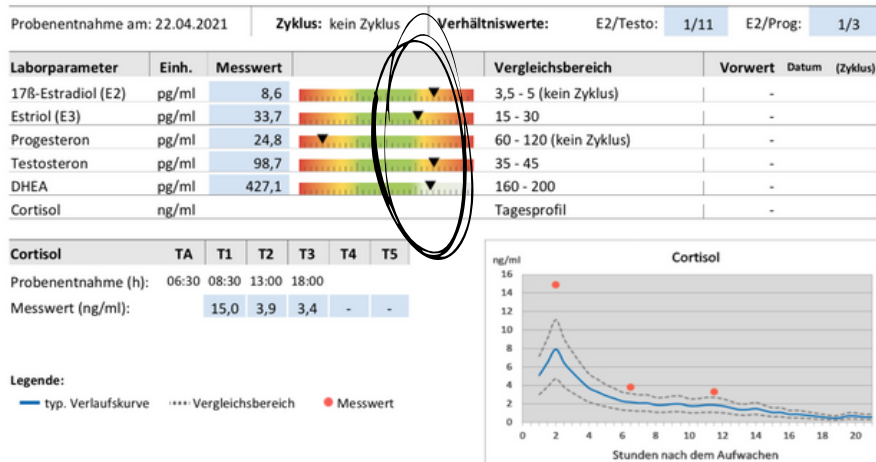
Ich konnte mir diese Ergebnisse nicht erklären, bis ich nachgefragt hatte, ob sie sich hat impfen lassen. Und ja, sie hatte sich ein paar Wochen vorher die erste Impfung geben lassen. 21.5 und 18.6. die 2. Impfung.

Da wurde ich hellhörig !!!!

Ähnliche Ergebnisse auch in anderen Speicheltests wie hier:



■ Speichelhormontest Befund – 265317



Einflüsse von COVID oder C-Impfung auf die Schilddrüsen Hormone konnte ich hier im Speicheltest nicht erkennen, da SD Hormone im Blut gemessen wird und mir keine Labortest vorlagen. Allerdings hat ein Estradiol hoch immer auch Auswirkungen auf die Schilddrüsen Hormone. Aus den Erfahrungsberichten, war hier dann auch definitiv ein Zusammenhang zu erkennen.

MEINE SCHLÜSSE DARAUS

ABSOLUTE ÖSTROGENDOMINANZ

Die Impfung führt in eine totale Östrogendominanz. Es sollte ein Quotient mit Progesteron bei 1: 50 (Estradiol zu Progesteron) angestrebt werden. Durch die hohen Estradiol und Estriol Werte ergeben sich meist Quotienten von 1 : 3 oder 1 : 7

Die Frage ist, wie lange bleibt diese Östrogendominanz nach der Impfung bestehen, da eine Östrogendominanz zu vielen weiteren Krankheiten inkl. Krebs führen kann.

TESTOSTERON HOCH

Die hohen Testosteron Werte machen mir gerade für junge Frauen sorgen. Da dies einen negativen Einfluss auf die Eireifung und Fruchtbarkeit haben kann. Gerade Frauen mit PCOS Syndrom - also ein zu hoher Testosteron Wert, haben es sehr schwer schwanger zu werden.

Aber auch hier bleibt abzuwarten, wie lange diese hohen Werte anhalten. Kamen diese hohen Werte durch das Spike Protein? Durch Proteine erhöht sich die Testosteron Produktion.

Ich hoffe sehr, dass wir NICHT die Folgen daraus - sprich Geburtenrückgang - in den nächsten Jahren erleben werden.

DHEA HOCH

Auch das DHEA ist hoch, obwohl Cortisol Werte nicht ansteigen. Aber in diesem Sinne auch nicht verwunderlich, da das DHEA in den Nebennieren produziert wird, wenn Viren, Bakterien oder Entzündungen im Körper vorherrschen. Bei einer normalen Grippe können schon mal DHEA Werte bis zu 400 pg/ml im Test Ergebnis erscheinen.

Da dem Körper hier ja etwas zugeführt wird, auf den er Antikörper bilden soll, ist ein höherer DHEA Wert ganz vertretbar. Sofern auch hier es nicht über mehrere Monate in dieser Hochlage bleibt.



ERFAHRUNGSBERICHTE

Frage: Sind es Einzelfälle oder ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass wir nach einer Erkrankung oder Impfung erst recht in ein hormonelles Chaos stürzen?

WIE SIND DIE ERGEBNISSE DER ERFAHRUNGSBERICHTE MEINER KLIENTINNEN?

Ich habe sehr früh gesehen, dass eine COVID Erkrankung wie auch die Impfung unser Hormon System noch mehr ins Chaos stürzt, wie manche Frauen eh schon durch die Wechseljahre oder auch Stress seit Jahren damit kämpfen und nun noch viel mehr.

Eine Freundin hier in Panama, sehr sportlich, ernährt sich gesund, hatte als eine der ersten den Virus erwischt und hat mir regelmässig berichtet. Sie lag auf der Intensiv und musste beatmet werden. Allerdings war sie aber auch Risiko Patientin mit einer Stoffwechsel Vorerkrankung. Sie berichtet mir, als sie aus dem Krankenhaus draussen war, dass ihr Hormon System angegriffen war mit unregelmäßigen Zyklen und Pickeln im Gesicht.

Als solche Symptome auch nach der Impfung auftraten, wollte ich das genauer recherchieren. An Daten kam man ja nicht wirklich ran, deshalb startete ich eine eigene Umfrage (Hier ein grosses DANKE an alle, die mit gemacht haben.)

An Umfrage teilgenommen haben:
39 Frauen

Davon waren mit COVID Erkrankung:
- 4 ohne zusätzliche Impfung
- 3 mit zusätzlicher Impfung

Und mit Impfung:

32 Frauen
davon waren 2 Frauen ohne grosse Veränderung oder Symptome nach der 1. Impfung.
37 von 39 Frauen haben gesagt sie sind gegen eine Impfpflicht und würden auch ihre Kinder nicht impfen lassen.

WIE SIND DIE ERGEBNISSE DER ERFAHRUNGSBERICHTE MEINER KLIENTINNEN?

Mein erster Gedanke war dazu: Einzelfälle können es nicht wirklich sein, wenn sich schon in meinem kleinen "Kreis" 39 Frauen melden und nur 2 davon ohne Symptome.

Der Gesundheitsminister wurde ja auch auf einer Pressekonferenz damit konfrontiert, dass die eingegangenen Berichte der Impfnebenwirkungen im Paul-Ehrlich-Institut in den letzten Monaten explodiert sind. Und auch zu gleichem Ergebnis kommt die Medinside in der Schweiz:

In einem Artikel ist zu lesen: "2944 Meldungen über vermutete unerwünschte Arzneimittelwirkungen (UAW) durch Covid-19 Impfungen hat «Swissmedic» bis zum 15. Juni ausgewertet (am 20. April waren es 1485 Meldungen). 35,5 Prozent der Meldungen wurden dabei als schwerwiegend eingestuft. Dazu gehören unter anderem Fieber, Kopfschmerzen/Migräne, Atemnot, Erschöpfung, Herpes Zoster, Schwindel oder anaphylaktische Reaktionen.

97 Menschen sind, wie «Swissmedic» schreibt, «in unterschiedlichem Abstand zur Impfung verstorben»

Mit 68,7 Prozent leiden Frauen am meisten nach der Impfung. Das ist aber nicht nur in der Schweiz so.

Und viele Frauen melden ihre Nebenwirkungen auch nicht an. Die Dunkelziffer hier ist also enorm hoch.

Den ganzen Bericht kannst du hier nachlesen:

<https://www.medinside.ch/de/post/covid-impfung-meldungen-von-nebenwirkungen-explodieren>

Fakt:

An COVID erkranken eher Männer. Heftige Symptome nach der Impfung haben allerdings eher Frauen (obwohl diese ja nicht so wehleidig sind wie die Männer)

Kann also hier ein Zusammenhang bestehen, dass sich die Inhaltsstoffe der Impfung vermehrt in den Ovarien ansammeln? Darüber wurde bereits berichtet, aber von keinem Wissenschaftler bisher bestätigt.

Das erste, was mir sofort ins Auge gefallen ist waren die Zusammenhänge der 7 COVID Erkrankungen. 5 von Ihnen hatten angegeben eine Schilddrüsen Unterfunktion zu haben und nehmen auch Medikamente dafür.

Also schaute ich mir an, ob es auch Auffälligkeiten gibt bei den geimpften Frauen, die heftige Symptome nach der Impfung hatten.

13 von 32 Frauen gaben tatsächlich an SD Probleme zu haben und SD Medikamente zu nehmen. Eine weitere hat angegeben vorher an Gürtelrose erkrankt zu sein, was ebenfalls auf SD Thematik / EBV bzw. Autoimmunkrankheit hindeutet. 13 von 32 Frauen. Das sind 40,6 % !!!

Ich schliesse daraus, dass Frauen mit einem Schilddrüsen Problem oder Unterfunktion ein höheres Risiko haben mit heftigen Symptomen auf die Impfung zu reagieren, als Frauen mit einer guten Schilddrüsenfunktion. Sowie auch ein höheres Risiko zu haben an COVID zu erkranken.

Ist es also der Fakt der Schilddrüsen Problematik in Verbindung mit der Impfung? Oder der Fakt, dass die Impfung den Estradiol Wert erhöht und ein Estradiol Überschuss die Schilddrüse in eine Überfunktion bringt. Wenn man nun noch zusätzlich SD Medikamente nimmt, wird die SD hier regelrecht bombardiert. Dies korreliert auch mit den Beobachtungen und Aussagen unterschiedlichster Ärzte, dass die Impfung (wie auch der C-Virus) einen Hashimoto auslöst und vermehrt nun die Diagnose Hashimoto gestellt wird, seit dem die Impfung begonnen hat.

Andere Berichte zufolge aktiviert die Impfung wie auch der C-Virus den Epstein-Barr-Virus, der einen Hashimoto auch auslösen kann.

Was also tun, wenn du SD Medikamente einnimmst?

Finde heraus, ob es eine wirkliche SD Unterfunktion ist, oder eher ein Progesteron Mangel. Sehr viele diagnostizierte SD Unterfunktionen sind es nicht, denn Progesteron gleicht die SD aus. Viele meiner Klientinnen konnten nach einer natürlichen Hormon Balance und das natürliche anheben (keine Progesteron Cremes) die SD Hormone senken bzw. ganz absetzen.

WAS IST MIR AUFGEFALLEN?

Die Frage, die sich hier vermutlich nun alle, insbesondere wir Frauen, stellen ist:

Was ist schlimmer? Das Risiko an COVID zu erkranken oder durch die Impfung (eine die noch in den Kinderschuhen steckt und nicht ausgefeilt ist) an Nebenwirkungen und Hormon Chaos zu erkranken?

Welches Risiko ist höher?

Meine Aussage dazu ist: Es muss jeder für sich selbst entscheiden und abwägen.

Hier in Panama zum Beispiel leben 4 Millionen Menschen. In diesen 1,5 Jahren der Pandemie hatten wir insgesamt etwas mehr als 400 000 Infektionen. Das sind 10% der Bevölkerung. (Und das war schon bevor die Impfkampagne gestartet ist) Etwas über 7 000 Menschen sind in diesem 1,5 Jahren an "COVID" gestorben. 80% davon Männer im Alter zwischen 60 und 90.

Ich habe also für mich entschieden: Mein Risiko ist ziemlich gering (ich treffe auch kaum auf Menschen) und ich habe genügen Mittel, um präventiv mich zu schützen und eine natürliche Immunität aufbauen. Ich bin mir sicher, dass ich schon in Kontakt mit dem Virus kam und mein Körper hier einige Anti-Körper gebildet hat.

Ich würde auch jedem empfehlen bevor er sich impfen lässt mal einen Anti-Körper Test machen zu lassen, um zu sehen, ob du eine Impfung wirklich brauchst. Es gibt übrigens auch eine Alternative. Dem T-Zellen Test.

Hier gibt es mehr Infos zum Thema natürliche Immunität gibt es hier:

<https://bin-ich-schon-immun.de>

Nebenwirkungen

Schauen wir uns mal einige Symptome an, die nach der Impfung auftreten können bzw. die die Frauen in meinem Fragebogen angegeben haben.

UNREGELMÄSSIGE ZYKLEN

7 Frauen - 23 %

gaben an unregelmäßige Zyklen oder schmerzhaftes Blutungen nach der Impfung gehabt zu haben.

PMS STÄRKER

3 Frauen - 10 %

gaben an, dass ihre PMS Symptome nach der Impfung stärker wurden.

BRUSTSPANNEN

12 Frauen - 40 %

hatten nach der Impfung Brustspannen oder schlimmere Brustschmerzen.

MÜDIGKEIT

10 Frauen - 33 %

litten nach der Impfung unter einer extremen Müdigkeit.

HAARAUFSFALL

6 Frauen - 20 %

klagten über plötzlichem Haarausfall nach der Impfung.

UNRUHE

5 Frauen - 17 %

gaben an innerliche Unruhe nach der Impfung zu haben.

KOPFSCHMERZEN

5 Frauen - 17 %

hatten nach der Impfung einige Tage verstärkt Kopfschmerz

HERZRHYTHMUSSTÖRUNGEN

2 Frauen - 7 %

litten nach der Impfung unter Herzrhythmusstörungen

NICHT MEHR ARBEITSFÄHIG

5 Frauen - 17 %

hat die Impfung so schwer getroffen, dass sie über Tage, Wochen sogar Monate nicht mehr Arbeiten konnten.

KONZENTRATIONSPROBLEME

3 Frauen - 10 %

gaben an, dass sie extreme Konzentrationsprobleme hatten und sogar auch Wortfindungsstörungen

Nebenwirkungen

STIMMUNGSSCHW./DEPRESSION

9 Frauen - 30 %

kämpfen seit der Impfung mit Stimmungsschwankungen oder depressiven Phasen

ÄNGSTE / PANIK

3 Frauen - 10 %

haben auch Angststörungen angegeben.

SCHLAFSTÖRUNGEN

4 Frauen - 13 %

leiden seit der Impfung an unzureichendem Schlaf. Eine sogar seit Monaten fast ohne Schlaf

LIBIDOVERLUST

2 Frauen - 6 %

gaben an, dass nach der Impfung die Libido weg war

SCHWINDEL

4 Frauen - 13 %

hatten Schwindelgefühle nach der Impfung

OHRGERÄUSCHE

3 Frauen - 10 %

Leiden seit der Impfung an Ohrgeräusche und Tinnitus

AM MEISTEN:

BRUSTSPANNEN - 12 / 40 %

MÜDIGKEIT- 10 / 33 %

STIMMUNG - 9 / 30 %

UNREGELM. ZYKLEN - 7 / 23 %

HAARAUFSALL - 6 / 20 %

ARBEITSUNFÄHIG - 5 / 17 %

UNRUHE - 5 / 17 %

KOPFSCHMERZEN - 5 / 17 %



Frau 31, geimpft 2 Mal - Keine SD Thema

Ich bin nicht mehr arbeitsfähig kann mich nicht mehr konzentrieren , ich bin ständig müde. Morgens geht es ok abends auch besser. Tagsüber fertig und wie in einer Traumwelt. Ich beschreibe es als Gehirnnebel.

Ich habe mich überzeugt impfen lassen, ich kann niemandem beweisen dass es mir von der Impfung so geht. Bin mir aber sicher da ich meinen Körper kenne . Ich hatte vorher ein glückliches und gesundes leben, jetzt ist alles rhuiniert. Ich hoffe einfach nur dass alles irgendwann wird wie vorher.

Frau 33, geimpft 2 Mal - Kein SD Thema

Ich bin im Zwiespalt... Ich arbeite mit Long-Covid-Patienten und sehe schreckliches. Von Anfang 20 bis Mitte 60 hat jeder seine Beschwerden und die Verläufe waren teilweise nicht rosig.

Eine Impfpflicht - NEIN! Jeder soll alleine entscheiden. Bei Kinder erst recht nicht. Ich habe im Nachgang mit so vielen Dysbalancen zu kämpfen und bin seelisch so unglücklich, dass tue ich meinen Kindern niemals durch eine Pflicht an.

Frau 52, geimpft 1 Mal - SD Thema

Permanente Innere Unruhe. Seit 7 Wochen kann nicht schlafen.

5 Tage nach der Impfung ist mir schlecht geworden: schwindlig, Übelkeit und Taubheitsgefühl in der Lippe, wie bei anstehenden Schlaganfall. Ab sofort habe ich mit Aspirin Protect angefangen. Nach ca. 2 Wochen ist es besser geworden, außer die Schlaflosigkeit ist bis heute geblieben.

Dadurch starke Erschöpfung, Gedächtnisstörungen, kann die Arbeit kaum bewältigen.

Vor der Impfung hatte ich eine leichte Schilddrüsenunterfunktion gehabt. Jetzt fühlt es sich eher an, als ich Überfunktion hätte und mein Cortisolpegel 24/7 läuft.

Frau 38, geimpft 2 Mal - SD Thema

Ich hatte vor der Impfung schon mit Ängsten und negativen Gedanken zu tun. Aber ich finde das es sich nach der Impfung verstärkt hat. Ausserdem ab der zweiten Zyklus Hälfte mit starken Knotigen Brüsten zu tun.

Wenn ich nicht im Medizinischen Bereich arbeiten würde hätte ich mich bestimmt nicht Impfen lassen. Mein Kind bekommt die Impfung auf keinen Fall.

Frau 36, geimpft 2 Mal - SD Thema

Seit der Impfung habe ich mit Schwindel, Müdigkeit, Gliederschmerzen und unregelmäßigen Zyklen zu kämpfen. Ich fühle mich körperlich ausgebrannt, obwohl ich mir genug Ruhephasen einplane und schon fast mehr als ausreichend Schlaf. Könnte jede Nacht mind 12 Stunden schlafen und tagsüber habe ich ein ordentliches Mittags tief. Der Impfung stehe ich gemischt gegenüber. Ich bin als eine der ersten geimpft worden, da ich im Krankenhaus auf einer Intensivstation arbeite. Doch beide Impfungen haben mich regelrecht aus dem Leben geschossen und ich habe immer noch Probleme. Gerade weiß ich nicht, ob ich mich nochmal impfen lassen würde, auch wenn ich Impfungen an sich sehr wichtig finde.

Frau 45, geimpft 2 Mal - Kein SD Thema

Es ging 5 Tage nach der 1. Impfung an. Ich wachte am Morgen mit extremen Schwindel, Übelkeit, Brennen auf der Haut und hohem Puls (Ruhezustand bis 140). Vibrieren und Zittern auf. Dazu kam eine Panikattacke, was ich noch nie im Leben hatte. Ganz schlimm der Tinnitus. An die WJ dachte ich da noch nicht. Ich konnte weder Essen, noch arbeiten. Ich lag quasi gefesselt im Bett. Ich bin eine sehr emotional starke Frau. Das Ganze ging gut 12 Tage, dann wurde es besser. Ich konnte wieder arbeiten gehen. 10 Tage später ging es von vorne an. Gleichen Symptome

Frau 31, COVID

Ich war eine der Ersten in Deutschland, die an Covid erkrankten. Und lebe daher schon eine ganze Weile mit den Auswirkungen.

Meine persönliche Erfahrung ist, dass Covid und andere Virus-Erkrankungen (ich hatte z.B. auch chronisch EBV) das Immunsystem/Hormonsystem nicht mehr auf "Reset" schalten lassen.

Dieser Punkt nach einer schlimmen Grippe, wenn man merkt, dass es überwunden ist. Den gab es bei mir bis heute nicht.

Ich habe danach regelrecht gemerkt, dass mein Immun- und Hormonsystem gar nicht mehr ansteuerbar sind. Ich habe bereits mit vielen Ärzten und naturheilkundlichen Therapeuten daran gearbeitet, aber es scheint, als ob mein ganzes System nicht mehr nach den biologisch/medizinisch anerkannten Regeln funktioniert.

Zum Beispiel sind meine Hormonwerte völlig paradox zu meinen Symptomen. Und schwanken stark, ohne ersichtliche Gründe.



PRÄVENTION

vor Covid

Frage #1. Kann ich präventiv etwas unternehmen, um den COVID Virus nicht zu bekommen bzw. nur mit milden Symptomen?

Ja, das kannst du tatsächlich. Es gibt einige Vitalstoffe, Pflanzenstoffe wie auch auf Hormon Basis einiges was du tun kannst, um eine natürliche Immunabwehr gegen COVID zu bekommen und gegebenenfalls einen milden Verlauf zu haben. (Dies sind von mir recherchierte Tipps und keine medizinische Garantie) Ich habe dir im Anschluss auch Belege, Artikel und die jeweiligen Links dazu angegeben. Es wurden bereits unzählige Studien gemacht, nur leider wird es in den Medien nicht gross Publik gemacht und die einzige Lösung der Politiker ist die Impfung. Alternativen dazu werden unterdrückt.

ERNÄHRUNG

PFLANZENBASIEREND /
VEGETARISCH

VITAMINE

VITAMIN C
VITAMIN B12
VITAMIN D

ANTI-INFLAMMATION

CURCUMIN, GLUTATHION,

MINERALSTOFFE

MAGNESIUM
ZINK
SELEN

PFLANZEN

ARTEMESIA ANNUA
CANABIS

HORMONE

MELATONIN
DHEA
HORMON BALANCE

Die Centers for Disease Control and Prevention (amerikanische Seuchenschutzbehörde) veröffentlichte auf ihrer Seite eine Studie vom Juli 2021 (1), in der man die Daten von 863 US-Kliniken aus dem Zeitraum März 2020 bis März 2021 auswertete.

Es zeigte sich dabei, dass von über 540.000 Covid-19-Patienten (18 Jahre aufwärts, Durchschnittsalter 66), die aufgrund eines schweren Verlaufs in die Klinik mussten, 94,4 % an mindestens einer Vorerkrankung litten. Die vier häufigsten Vorerkrankungen waren **Bluthochdruck** (50 % der Patienten), **Fettstoffwechselstörungen** (50 % der Patienten), **Übergewicht** (33 % der Patienten) und koronare Arteriosklerose oder andere Herzkrankheiten (24,9 %). Sehr viele Krankheiten, an der die Leber beteiligt ist!!!

Die deutlichsten Risikofaktoren für einen tödlichen Verlauf waren Übergewicht, Angstzustände und **Diabetes** mit Komplikationen. Das Sterblichkeitsrisiko durch Covid-19 stieg mit diesen Beschwerden um 30 % (Übergewicht), 28 % (Angst) und 26 % (Diabetes).

Weitere Vorerkrankungen, die das Risiko für einen schweren bzw. tödlichen Verlauf erhöhten, waren chronisches Nierenversagen (Sterberisiko stieg um 21 %), Demenzen um 18 %, und Herzkrankheiten (Arteriosklerose des Herzens) (um 14 %). Selbst eine **Schilddrüsenunterfunktion** erhöhte das Sterberisiko noch um 4 %.

Längst liegen Studien vor, die zeigen, wie beispielsweise eine **bestimmte Ernährung das Risiko für Covid-19 um bis zu 73 Prozent reduzieren kann:**

Auch die Optimierung der Vitalstoffversorgung gehört zu einem wirksamen Präventionskonzept. So kann z. B. eine gute Versorgung mit **Vitamin D** das Infektionsrisiko senken (idealerweise gemeinsam mit **Magnesium** und Vitamin **B12**), genauso hilfreich ist eine gute Versorgung mit **Selen** und **Zink** und natürlich mit allen weiteren Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen.

Vitamin C ist einer der wichtigsten Vitalstoffe, wenn es um Infekte geht. In Studien zeigte sich, dass Vitamin C den Aufenthalt in Intensivstationen deutlich verkürzen kann, wenn es in Mengen von 1000 bis 3000 mg gegeben wird. Ester-C oder liposomales Vitamin C ist hier am besten bio-verfügbar.

Jene Teilnehmer, die sich pflanzenbasiert ernährten, hatten ein um 73 Prozent niedrigeres Risiko für einen mittelschweren oder schweren Covid-19-Verlauf als Teilnehmer, die sich normal ernährten. Mit einer pflanzenbasierten Ernährung sind vegetarische und vollwertige Ernährungsformen gemeint, also eine Ernährung, die vorwiegend aus Obst und Gemüse, Hülsenfrüchten und Nüssen besteht und – wenn überhaupt – nur wenig Geflügel, rotes Fleisch und verarbeitete Fleischwaren enthält. Bei jenen, die pflanzenbasiert assen, aber ihre pflanzliche Ernährung mit Fisch ergänzten, war das Risiko für einen schweren Covid-19-Verlauf um immer noch 59 Prozent geringer.

Verglichen mit den pflanzenbasiert Essenden hatten jene, die sich low carb und/oder proteinreich ernährten ein fast 4-fach erhöhtes Risiko für einen mittelschweren oder schweren Verlauf.

Eine Vielzahl an wissenschaftlichen Studien belegen: Melatonin wirkt bei einer COVID-19-Erkrankung mit aller Wahrscheinlichkeit sowohl präventiv als auch kurativ.

Zellschutz durch Melatonin

Bisherige Untersuchungen deuten darauf hin, dass SARS-CoV-2 u. a. den Rezeptor für das Angiotensin-converting Enzyme 2 (ACE2) an der Oberfläche der Zelle als Andockstelle benutzt, um in sie einzudringen. Ausgehend von der Schleimhaut der Nase und des Rachenraums dringt das Virus weiter in die Atemwege und in die Lunge vor, also genau die Orte, wo sich besonders viele ACE2-Rezeptoren befinden. Melatonin reduziert einerseits die ACE2-Rezeptor-Expression und blockiert andererseits auch direkt den Andockversuch des Virus, wodurch es die Infektion der Zelle stark reduzieren, wenn nicht sogar verhindern kann. Auf jeden Fall verlangsamt es die Virenausbreitung und gibt dem Immunsystem mehr Zeit, sich auf die Infektion einzustellen bzw. sie zu bekämpfen.

Anti-inflammatorische Wirkung

Neueste Untersuchungen zeigen eindeutig: Die Zytokine spielen bei COVID-19 eine Schlüsselrolle. Kommt es zum sogenannten Zytokinsturm, also zu einer Überproduktion dieser Entzündungsmarker, bei dem nicht nur die eindringenden Viren abgetötet, sondern auch die gesunden Zellen angegriffen werden, kann dies in schweren Fällen zu einem lebensbedrohlichen Ereignis mit Lungenentzündung, Atemnot bis hin zum akutem Lungenversagen (ARDS) führen. Auch in dieser Situation hilft Melatonin als Immunmodulator, da es einerseits die Bildung von Immunzellen fördert, andererseits die übermäßige Zytokinproduktion reduziert und somit den Verlauf einer COVID-19-Erkrankung wesentlich verbessert.

Melatonin selbst ist in der Lage, diese entzündungsfördernden Substanzen aufzuhalten und die Schäden durch freie Radikale zu verringern. Darüber hinaus aktiviert es weitere antioxidative Enzyme, fördert wichtige DNA-Reparaturprozesse und ist ein erwiesenermaßen wirksames Mittel bei der Behandlung von überschießenden Entzündungsprozessen und inadäquaten Immunreaktionen – eides Situationen, die bei COVID-19-Erkrankten zu beobachten sind.

Speziell bei einer bestehenden Infektion haben klinische Studien bereits ergeben, dass sowohl der Schweregrad als auch die Dauer einer COVID-19-Erkrankung mit Melatonin signifikant reduziert werden konnten. Es ist davon auszugehen, dass auch die Langzeiteffekte einer Erkrankung, wie z. B. die Lungenfibrose, erheblich gedämpft werden können, sollte der Patient ausreichend Melatonin eingenommen haben.

Auch wenn es zurzeit keine anerkannten Richtlinien zur Ergänzung von Melatonin gibt bzw. es als Arzneimittel für diese Erkrankung noch nicht zugelassen ist, empfehlen Experten die folgenden Dosierungen:

- 5–10 mg in der Prävention
- 30–40 mg während der akuten Infektion
- 10–15 mg ab 2 Wochen vor bis mindestens 4 Wochen nach der letzten Impfung.

Melatonin sollte immer am Abend kurz vor dem Zubettgehen eingenommen werden

Prävention von COVID durch eine Hormon Balance? Habe ich ein geringeres Risiko, wenn meine Hormone in Balance sind? Haben Frauen, die im Hormon Chaos stecken ein höheres Risiko?

Hier ein Bericht von joinzoe, einer Umfrage App:

Forscher haben vorgeschlagen, dass das weibliche Sexualhormon Östrogen eine besonders wichtige Rolle beim Schutz von Frauen vor Krankheiten wie COVID-19 spielen könnte.

Studien zu SARS, einer eng mit COVID-19 verwandten Krankheit, bei weiblichen Mäusen zeigten, dass das Blockieren oder Entfernen von Östrogen die Anzahl der Entzündungszellen in der Lunge der Tiere erhöhte, was die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass sie schwere Folgen der Krankheit erleiden. Aus anderen Forschungen wissen wir ja bereits, dass Estradiol das Immunsystem stärkt.

Darüber hinaus maßen Forscher in Wuhan, China, die Östrogenspiegel von Patienten, die mit COVID-19 ins Krankenhaus eingeliefert wurden, und stellten fest, dass Frauen mit niedrigen Östrogenspiegeln tendenziell schwereres COVID-19 hatten als Frauen mit höheren (ausgeglichenen) Estradiol Hormonspiegeln. Estradiol hat zudem eine anti-inflammation Wirkung, welche hier günstig einwirken kann.

Was ist mit Frauen in oder nach der Menopause?

Wir wissen, dass das Risiko, an COVID-19 zu sterben, mit dem Alter steigt. Und weibliche Sexualhormone, einschließlich Östrogen, nehmen mit der Zeit allmählich ab, wenn Frauen die Wechseljahre durchlaufen. Infolgedessen haben ältere Frauen oft niedrige Östrogenspiegel.

Was bedeutet dies für ihre Immunität und das COVID-19-Risiko?

Die Ergebnisse unserer App zur COVID-Symptomstudie haben gezeigt, dass die Menopause die Immunität von Frauen gegen COVID-19 beeinträchtigen kann.

„Mit 55-60 beginnen wir, eine Zunahme von Frauen zu sehen, die Symptome von COVID-19 melden, und das ist genau die Zeit der Menopause und wo es einen Östrogenmangel geben würde“

Interessanterweise tritt die Zunahme der COVID-19-Symptome mit zunehmendem Alter bei Frauen früher auf als die Zunahme bei Männern, was argumentiert, dass Östrogen früher im Leben eine schützende Wirkung gegen die Krankheit hat.

Daher macht es absolut Sinn seinen Hormon Spiegel anzusehen und mögliche Mängel auf natürliche Weise zu beheben.

Wie kannst du deine Hormone testen lassen? Das ist ganz leicht und kannst du sogar selber Zuhause machen. Es gibt einige Labore, bei denen du dir ein Testset nach Hause schicken lassen kannst. Ich arbeite sehr gerne mit dem Labor www.censa.de zusammen, da die Qualität hier stimmt. Leider habe ich auch schon andere Labore getestet, mit denen ich überhaupt nicht zufrieden war. Im Paket 3 bei Censa zum Beispiel sind ALLE Hormone enthalten, die wir für eine ganzheitliche Analyse deiner Hormone brauchen. Sollten hier Mängel aufgezeigt werden oder Auffälligkeiten, dann kannst du bei mir ein Analysegespräch buchen. Gemeinsam schauen wir deine Ergebnisse an und ich zeige dir Lösungswege für deine Hormone Balance auf.
(www.balance.jetzt/analyse)

Dennoch sollte der Estradiol Level in der Balance sein und nicht in eine Östrogendominanz führen, welches ich in den Speicheltest leider zu oft gesehen habe. Denn die Folgen einer Östrogendominanz sind:

Die Auswirkungen einer Östrogendominanz wurden hierzulande viele Jahre unterschätzt. Inzwischen zeigen jedoch zahlreiche Untersuchungen, dass eine Östrogendominanz ein Progesteronmangel nicht nur Zyklusstörungen, das Prämenstruelle Syndrom (PMS) oder einen unerfüllten Kinderwunsch zur Folge haben kann, sondern auch das Wachstum von Myomen und die Aktivität der Endometriose fördert und nicht zuletzt an der Entstehung einer Hashimoto-Thyreoiditis beteiligt sein bzw. diese weiter anheizen kann.

Insbesondere eine Verstärkung der Wechseljahrsbeschwerden, Libidoverlust, Migräne, Wassereinlagerungen, Schlafstörungen und psychische Beeinträchtigungen wie Stimmungsschwankungen oder eine depressive Verstimmung – diese und viele andere Beschwerden können Hinweise auf eine Östrogendominanz bzw. einen Progesteronmangel sein.

Schilddrüse & Östrogendominanz

Doch auch für die Schilddrüse kann ein relatives Zuviel an Östrogen ungute Folgen haben. So verhindern z.B. dominant wirkende Östrogene, dass die Körperzellen die Schilddrüsenhormone T3 und T4 richtig verwerten können. Dadurch kann es zu Symptomen einer Schilddrüsenunterfunktion kommen – obwohl die Schilddrüse eigentlich genügend Hormone produziert.

Zu hohe Estradiol Werte könnte man mit Curcumin senken. Curry, **Curcuma**, Curcumin hat nicht nur die Eigenschaft Östrogene zu reduzieren, sondern hat auch eine anti-inflammation (entzündungshemmende) Wirkung. In der goldenen Milch zum Beispiel wird Curcuma hinzugefügt, mit tollen Erfolgen, wenn es um stille Entzündungsherde geht. (nur nicht, wenn in den Wechseljahren und Menopause die Östrogene in Keller fahren anwenden)



Glutathion

Glutathion ist ein körpereigenes Antioxidans. Es wird bevorzugt in der **Leber** gebildet, kommt aber in allen Zellen des Organismus vor, in besonders hohen Mengen (abgesehen von der Leber) in den roten Blutkörperchen und den Zellen des Immunsystems. Ich hatte vorher schon mal erwähnt, dass bei den Vorerkrankungen meist Krankheiten genannt wurden, bei denen die Leber eine Rolle spielt. Ich persönlich stärke deshalb meine Leber nun umso mehr. Was ich eh schon tue, da die Leber ab 40 Jahren nur noch eine 60% Leistungskraft hat und auch für die Hormonproduktion (gerade für die Schilddrüsenhormone) gebraucht wird.

Als eines der stärksten und leistungsfähigsten Antioxidantien kümmert sich Glutathion um die Eliminierung freier Radikale. Freie Radikale bedeuten oxidativen Stress. Oxidativer Stress wiederum führt zu Zell- und Gewebeschäden und ist somit eine wichtige Mitursache vieler chronischer Erkrankungen und massgeblich dafür verantwortlich, dass wir im Verlauf des Lebens immer älter aussehen und uns meist auch (früher oder später) immer älter fühlen.

Da Glutathion diesen oxidativen Stress mindern kann, gilt die Substanz als natürliches Anti-Aging-Mittel. Schon alleine aus diesem Grund scheint es sinnvoll, Massnahmen zu ergreifen, die den persönlichen Glutathionspiegel erhöhen.

Oxidativer Stress kann aufgrund der folgenden (inneren und äusseren) Faktoren entstehen:

Innere Faktoren, die oxidativen Stress auslösen können

1. Psychische oder körperliche Überlastung (zu viel Stress, zu viel Sport, zu viel Arbeit (ob körperlich oder geistig))
2. Operationen und Verletzungen
3. Diabetes und Diabetesvorstufen
4. Fettstoffwechselstörungen
5. Funktionsstörungen der Leber, Nieren und des Darms
6. Chronisch entzündliche Erkrankungen

Äußere Faktoren, die oxidativen Stress auslösen können

1. Umweltgifte (Pestizidrückstände, Feinstaub, Schwermetalle etc.)
2. Zu viel UV-Strahlung oder andere Formen schädlicher Strahlung
3. Hohe Ozonwerte
4. Nikotin und Alkohol
5. Medikamente
6. Ungesunde und antioxidantienarme Ernährung

Glutathion wirkt antioxidativ, entgiftet und unterstützt das Immunsystem

Abgesehen von seinen antioxidativen Aktivitäten hat Glutathion noch zwei weitere grosse Aufgabenbereiche: Es ist für die körpereigene Entgiftung wichtig und verbessert die Leistungsfähigkeit des Immunsystems.

Im Fachjournal Virology war im Jahr 2006 sogar zu lesen, dass Glutathion in Zellversuchen die Vermehrung von Influenzaviren (Grippeviren), HI-Viren (HIV) und Herpes-simplex-Viren blockieren konnte. Entfernte man das Glutathion aus den Zellen, führte dies zu einer verstärkten Virenreplikation (= Virenvervielfältigung)

Bei Infekten sinkt der Glutathionspiegel

Da Glutathion bei Virusinfekten derart aktiv ist, sinkt der Glutathionspiegel bei entsprechenden Infektionskrankheiten schnell. Auch bei einer Belastung mit Umweltgiften nimmt der Glutathionspiegel ab, was nachvollziehbar ist, da bei einem erhöhten Gifteinstrom oder bei Krankheiten im Körper noch mehr oxidativer Stress erzeugt wird, als dies ohnehin der Fall ist. Je mehr Entgiftungs- und Antioxidationsarbeit nun erforderlich ist, umso mehr Glutathion wird verbraucht, umso schneller sinkt der Spiegel und umso wichtiger sind Massnahmen, die den Glutathionspiegel wieder heben.

Bei vielen chronischen Erkrankungen sinkt der Glutathionspiegel

Genauso ist es bei chronischen Erkrankungen. Der Glutathionspiegel korreliert sogar so deutlich mit dem Gesundheitszustand eines Menschen, dass Forscher in einem Artikel in Nutrients vom September 2019 vorschlugen, den Glutathionstatus doch als Biomarker (Messwert) zu nutzen und einen gesunden Glutathionlevel als ein Therapieziel bei verschiedenen chronischen und auch altersbedingten Erkrankungen ins Visier zu nehmen.

Bei den folgenden Krankheiten konnte man laut dieses Artikels bereits einen Zusammenhang mit einem niedrigen Glutathionspiegel feststellen:

- Alzheimer und andere kognitive Beeinträchtigungen
- Krebs
- Chronische Lebererkrankungen (Zirrhose, Hepatitis)
- Mukoviszidose
- Diabetes (insbesondere schlecht eingestellter Diabetes)
- HIV
- Bluthochdruck
- Lupus
- Unfruchtbarkeit – sowohl bei Männern als auch bei Frauen
- Multiple Sklerose
- Parkinson
- Psychische Störungen
- Auch das Alter gilt als Faktor, der den Glutathionspiegel kontinuierlich sinken lässt

Und nun kommt Glutathion auch bei COVID und den Nebenwirkungen der Impfung ins Spiel

Es ist bekannt und etabliert, dass eine ausreichende GSH-Angemessenheit für die Neutralisierung von schädlichem oxidativem Stress notwendig ist und dass erhöhter oxidativer Stress die mitochondriale Dysfunktion zu fördern scheint. Die Kombination von oxidativem Stress und mitochondrialer Dysfunktion wurde auch mit Entzündungen, Immundysfunktionen und endothelialer Dysfunktion in Verbindung gebracht.

Meist löst das Virus bei Vorliegen von Erkrankungen wie Alterung, Diabetes und Bluthochdruck einen tödlichen Zytokinsturm aus und Patienten sterben an einem akuten Atemnotsyndrom, wobei die Krankheit in vielen Fällen einen milder oder sogar asymptomatischen Verlauf nimmt. Ein gemeinsamer Nenner bei allen Erkrankungen im Zusammenhang mit COVID-19 scheint die gestörte Redoxhomöostase zu sein, die für die Akkumulation von reaktiven Sauerstoffspezies (ROS) verantwortlich ist; Daher könnten die Spiegel von Glutathion (GSH), dem wichtigsten Antioxidans-Wächter in allen Geweben, entscheidend sein, um die verschlimmerte Entzündung auszulöschen, die bei COVID-19 das Organversagen auslöst. Die vorliegende Übersicht bietet eine biochemische Untersuchung der Mechanismen, die bei schwerem COVID-19 zu tödlichen Entzündungen führen, die durch GSH ausgeglichen werden.

Auf der Grundlage von Beweisen aus der Literatur, die die reduzierten GSH-Spiegel bei den wichtigsten klinisch mit schweren Erkrankungen assoziierten Zuständen belegen, betonen wir die Bedeutung der Wiederherstellung der GSH-Spiegel beim Versuch, die am stärksten gefährdeten Personen vor schweren Symptomen von COVID-19 zu schützen. Schließlich diskutieren wir die aktuellen Daten zur Machbarkeit einer Erhöhung des GSH-Spiegels, die zur Vorbeugung und Eindämmung der Krankheit verwendet werden könnte. Wir heben die Bedeutung der Wiederherstellung des GSH-Spiegels hervor, um die am stärksten gefährdeten Personen vor schweren Symptomen von COVID-19 zu schützen. Schließlich diskutieren wir die aktuellen Daten zur Machbarkeit einer Erhöhung des GSH-Spiegels, die zur Vorbeugung und Eindämmung der Krankheit verwendet werden könnte. Wir heben die Bedeutung der Wiederherstellung des GSH-Spiegels hervor, um die am stärksten gefährdeten Personen vor schweren Symptomen von COVID-19 zu schützen. Schließlich diskutieren wir die aktuellen Daten zur Machbarkeit einer Erhöhung des GSH-Spiegels, die zur Vorbeugung und Eindämmung der Krankheit verwendet werden könnte.

Die Reduzierung des oxidativen Stresses infolge des Ungleichgewichts zwischen ACE und ACE2 könnte der beste Ansatz für die Prävention und Behandlung von COVID-19 sein. Oxidativer Stress stellt ein Versagen der antioxidativen Abwehrsysteme dar, ROS und reaktive Stickstoffspezies in Schach zu halten. ROS sind Signalmoleküle, die die Freisetzung proinflammatorischer Zytokine induzieren [6], und die Fehlregulation dieser Reaktion spielt eine wesentliche Rolle bei der Entstehung von Entzündungen [7]. Glutathion (GSH) hat die Funktion des „Master-Antioxidans“ in allen Geweben; die hohe Konzentration der reduzierten Form (millimolar) unterstreicht ihre zentrale Rolle bei der Kontrolle vieler Prozesse wie Entgiftung, Proteinfaltung, antivirale Abwehr und Immunantwort

CBD aus Cannabis gegen Covid-19

Cannabidiol (CBD) aus Cannabis (Hanf) scheint bei Covid-19 eine wirksame Therapiemöglichkeit zu sein. Der Wirkstoff aus der Hanfblüte gilt schon lange als entzündungshemmend, schmerzlindernd und auch beruhigend. Während in Österreich erst vorsichtige Tests mit CBD an Covid-Patienten anlaufen, ist der Cannabis-Stoff in Israel gegen Covid-19 bereits kurz vor der Zulassung.

Ziel bei Covid-19: Zytokinsturm verhindern

Gegen Covid-19 werden seit Monaten unzählige Medikamente ausprobiert. Da bei Covid-19 – der vom neuartigen Corona-Virus SARS CoV2 ausgelösten Atemwegserkrankung – die Entzündungswerte steigen (die Spiegel der Zytokine, z. B. Interleukin-6 oder Interleukin-8), setzt man insbesondere entzündungshemmende Mittel ein. Sie sollen den gefürchteten Zytokinsturm verhindern, der (neben Vorerkrankungen und einem geschwächten Immunsystem) als Auslöser schwerer Covid-Verläufe gilt.

Mit „Zytokinsturm“ ist eine überschüssige Immunreaktion gemeint. Zytokine sind körpereigene entzündungsfördernde Botenstoffe und bei Infektionen wichtige Helfer. Sie aktivieren das Immunsystem, damit die Abwehrzellen den Erreger bekämpfen können. Nach vollbrachter Arbeit, sollte der Spiegel der Zytokine eigentlich wieder sinken.

CBD hemmt Zytokinsturm ohne Nebenwirkungen

Bei Covid-19 scheint bei schweren Verläufen genau das aber nicht mehr zu funktionieren. Die Entzündungsreaktionen werden immer stärker, was dann zu einem akuten Lungenversagen führen kann (auch Akutes Atemnotsyndrom genannt). Aber auch andere Organe können erfasst werden, was ein multiples Organversagen mit Todesfolge nach sich ziehen kann. Im Mittelpunkt der schulmedizinischen Covid-Therapie steht daher die rechtzeitige Kontrolle des Zytokinsturms. Dazu experimentiert man mit zahlreichen Arzneimitteln, etwa Interleukin-6-Antagonisten (monoklonale Antikörper). Eine deutlich einfachere Lösung und gleichzeitig nebenwirkungsfreie Variante ist CBD aus Cannabis.

So hilft CBD aus Cannabis bei Covid-19

Schon im Juni 2020 erklärten italienische Forscher in einer Veröffentlichung im British Journal of Pharmacology, dass CBD gleich aus mehreren Gründen die Ausbreitung und den Schweregrad einer Covid-19-Erkrankung reduzieren könnte:

1. So könne CBD etwa die zwei wichtigen Rezeptoren hemmen, über die das SARS CoV2-Virus bevorzugt in die Zelle eindringe. ACE und ACE2
2. CBD verfüge ausserdem über verschiedene immunmodulierende und entzündungshemmende Eigenschaften, was die unkontrollierte Bildung von Zytokinen (Zytokinsturm) mildern könnte.
3. CBD sei ein sog. PPARg-Agonist, weshalb es eine direkte antivirale Wirkung habe.
4. PPARg-Agonisten regulieren ausserdem die Aktivierung von Fibroblasten und Myofibroblasten (Bindegewebszellen) und unterstützen so die Heilung des Lungengewebes, was die Erholung von Patienten in der Rekonvaleszenz nach Covid-19 fördert.

CBD bessert Symptome des Akuten Atemnotsyndroms

Im September 2020 hatten Forscher des Dental College of Georgia und des Medical College of Georgia im Fachjournal Cannabis and Cannabinoid Research geschrieben, dass CBD beim Akuten Atemnotsyndrom (bei Mäusen) – der Komplikation und auch vorwiegenden Todesursache bei Covid-19 – die Entzündungsmarker reduziert und die Symptome bessert.

In der Deutschen Apotheker Zeitung war im Oktober 2020 zu lesen, dass CBD den Zytokinsturm bei schweren COVID-19 -Verläufen abmildern könnte, da es den Spiegel von Apelin erhöht, einem entzündungshemmenden körpereigenen Stoff. Gerade bei starken Entzündungsreaktionen ist der Apelinspiegel im Allgemeinen stark reduziert. CBD wirkt diesem Abfall entgegen.

Im Januar 2021 erschien eine Studie, in der es hiess, dass Cannabis bzw. CBD gerade jene Entzündungsmarker in den Lungenzellen drosselt, die bei Covid-19 erhöht sind (Interleukin-6 und -8 und auch ACE-2).

Israel forscht schon seit April 2020 mit Cannabis bei Covid-19

In Israel fanden die ersten drei Cannabis-Studien bei Covid-19 schon im April 2020 statt, so dass man dort auch sehr viel weiter ist und CBD demnächst für die Covid-Therapie zugelassen wird, so Rudolf Likar, der Abteilungsvorstand der Intensivmedizin am Klinikum Klagenfurt, wo man CBD aktuell ebenfalls bei Covid-19-Patienten einsetzt.

Der Therapie-Zeitraum beträgt in Klagenfurt drei Wochen, wobei man im Studienverlauf die Dosierung von 200 mg auf 300 mg steigerte. Die Entzündungswerte seien gesunken und die CBD-Patienten hätten schneller die Klinik verlassen können als Patienten, die kein CBD bekommen hatten, erklärte Likar, der nach diesen ersten positiven Ergebnissen schlussfolgert: „Wir werden das jetzt wahrscheinlich routinemässig einsetzen, weil es eben keine Nebenwirkungen hat.“

Artemisia annua

Kommen wir nun zu einer Pflanze, die ich seit Jahren im Gepäck habe. Insbesondere, seit ich nach Panama ausgewandert bin und mich vor Gelbfieber und Malaria zu schützen im Fall der Fälle. Ich wollte mich nämlich nicht impfen lassen und meine Ausbilderin in der Hormon Academy hat mir diese Pflanze empfohlen. Vom Tag 1 dieser Pandemie, habe ich gesagt (und all meine Familie damit eingedeckt) dass Artemisia annua sicherlich auch gegen diesen Virus helfen kann.

In Madagaskar, hat sogar der Präsident ein Getränk an die Bevölkerung verteilt mit Artemisia Annua als COVID Schutz. Und ja, Madagaskar hat sehr wenig COVID Fälle. Seine Aussage: „Wenn nicht Madagaskar, sondern ein europäisches Land ‚Covid-Organics‘ (sein Getränk) entdeckt hätte, gäbe es dann auch so viele Zweifel? Ich glaube nicht.“

Schon seit Ende April preist Madagaskar ein angebliches Wundermittel gegen COVID-19 an. Unter der Bezeichnung "Covid Organics" ist das pflanzliche Gemisch in Umlauf - nicht nur in Madagaskar. Auch aus anderen afrikanischen Ländern trafen bereits Bestellungen ein, beispielsweise aus Tansania, Togo und Tschad, Nigeria und Guinea-Bissau

Der einjährige Beifuß, auch bekannt als Artemisia annua, hat sich schon lange bewährt. In der Malariabekämpfung setzen Mediziner den aus der Pflanze gewonnen medikamentösen Wirkstoff Artemisinin seit über 20 Jahren erfolgreich ein.

Eine Forschergruppe am Max-Planck-Institut für Kolloid- und Grenzflächenforschung in Potsdam hat nun untersucht, inwieweit das Kraut auch bei COVID-19 helfen könnte.

"Bei der neuen Studie haben wir Reinsubstanzen der Artemisia-Pflanze extrahiert und dann mit dem Virus zusammengebracht", erklärt Peter Seeberger vom Max-Planck-Institut, der die Studie zusammen mit dem Chemiker Kerry Gilmore initiiert und geleitet hat. Die Beifuß-Pflanzen für das Projekt wurden in den USA gezüchtet. Auch Virologen der Freien Universität Berlin haben an dem Forschungsprojekt mitgearbeitet.

Einjähriger Beifuß als Multitalent

Die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler wollten herausfinden, ob und wie Extrakte der Pflanze - reines Artemisinin und verwandte Derivate sowie Gemische davon - gegen SARS-CoV-2 wirken könnten. Mehr dazu: Über COVID-19 nicht die anderen großen Infektionskrankheiten vergessen

"Nachdem ich mit Verbindungen aus Beifuß-Pflanzen gearbeitet hatte, war ich mit den interessanten Aktivitäten der Pflanzen gegen viele verschiedene Krankheiten vertraut, einschließlich einer Reihe von Viren", sagt Seeberger.

Deshalb seien er und seine Kollegen der Meinung gewesen, dass es sich lohne, die Aktivität dieser Pflanze gegen COVID-19 zu untersuchen.

*Die Ergebnisse erstaunten die Wissenschaftler: **Extrakte des Beifuß sind gegen SARS-CoV-2 aktiv.** Die Blätter der Artemisia annua, die in Kentucky in den USA gezüchtet wurden, lieferten bei Extraktion mit absolutem Ethanol oder destilliertem Wasser die beste antivirale Aktivität.*

Eine multinationale Forschungsgruppe hat erstmals die hervorragende Wirksamkeit einer Artemisinin-basierten Behandlung gegen das schwere akute respiratorische Syndrom Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) in menschlichen Zelllinien gezeigt – einschließlich einer bestimmten Art von Lungenzellen. Ihre Ergebnisse wurden kürzlich in der Fachzeitschrift Scientific Reports veröffentlicht .

Trotz der zunehmenden Verfügbarkeit von Impfstoffen gegen die Coronavirus-Krankheit 2019 (COVID-19) benötigen wir weiterhin wirksame und erschwingliche Behandlungen. Es gab viele Versuche, Medikamente, die wir bereits für eine Vielzahl von verschiedenen Indikationen verwenden, wiederzuverwenden, aber ohne viel Erfolg.

Artemisinin ist eine von vielen bioaktiven Verbindungen, die in der als Artemisia annua bekannten Pflanze vorhanden sind und wird derzeit als Wirkstoff zur Behandlung von Malaria verwendet. Darüber hinaus weisen seine Derivate Artesunat und Artemether noch bessere pharmakokinetische Eigenschaften auf, weshalb sie weltweit in verschiedenen Kombinationsbehandlungen gegen Malaria eingesetzt werden.

Angesichts ihres hervorragenden Sicherheitsprofils beim Menschen sowie ihres Potenzials für eine weltweite Verbreitung zu relativ geringen Kosten scheinen Medikamente auf Artemisinin-Basis ein attraktiver Medikamentenkandidat für die Wiederverwendung von COVID-19 zu sein.

Diese neue Studie unter der Leitung von Dr. Yuyong Zhou von der Universität Kopenhagen in Dänemark und Dr. Kerry Gilmore vom Max-Planck-Institut für Kolloid- und Grenzflächenforschung in Deutschland hatte zum Ziel, zu untersuchen, ob Artemisia annua Extrakte – aber auch reines Artemisinin, Artesunat und Artemether – sind unter Laborbedingungen gegen SARS-CoV-2 aktiv.

<https://www.news-medical.net/news/20210719/Study-proves-effectiveness-of-Artemisia-annua-against-SARS-CoV-2-in-vitro.aspx>



IMPfung

*Nebenwirkungen
minimieren*

Frage: Wie kann ich mich vor den Nebenwirkungen der Impfung schützen?

Und wie lange sind die Nebenwirkungen aktiv? Wie sieht es mit Nebenwirkungen aus langer Sicht an, die wir noch gar nicht kennen? Hier sind noch sehr viele Fragezeichen, die ich nicht beantworten kann.

Es gibt jedoch verschiedenen Ausleitungsprotokolle von Heilpraktiker und Ärzten, die helfen sollen, solche Nebenwirkungen nach der Impfung zu minimieren. Ich stelle dir hier ein Ausleitungsprotokoll von Frau Dr. Lesenich vor:

Einnahmeprotokoll Supplemente

(Ein Einnahmebeispiel für die im Ausleitungsprotokoll angegebenen Supplemente mit Tageszeiten und Dosierungen)

Direkt nach dem Aufstehen:

½ Teelöffel Natriumascorbat in Wasser (zwischen 1500 und 2000mg)

Zum Frühstück:

- 3 Kapseln liposomales Vitamin C (1500mg)
- 1 Kapsel Ascorbylpalmitat (500mg)
- Vitamin D3 und K2 (in der Regel bis zu 10 000 IE Vitamin D und zwischen 150 µg und mehreren 1000µg Vitamin K, je nach Präparat und Bedarf)
- Multivitamin
- 1 Kapsel Quercetin (250mg)

Zum Mittagessen:

- 3 Kapseln liposomales Vitamin C (1500mg)
- 1 Kapsel Nattokinase (100mg)
- 1 Kapsel N-Acetylcystein (600mg)

Am Nachmittag:

- Liposomales Glutathion in flüssiger oder in Kapselform (500mg)
- ½ Teelöffel Natriumascorbat in Wasser (zwischen 1500 und 2000mg)

Eine halbe Stunde vor dem Abendessen:

- 2 Kapseln Broccomax (35mg)

Zum Abendessen:

- Omega-3 (2000mg)
- 2 Kapseln liposomales Vitamin C (1000mg)
- 1 Kapsel Ascorbylpalmitat (500mg)
- 3 – 4 Kapseln Magnesiumglycinat (ca. 300 – 400mg, je nach Präparat)
- 1 Kapsel Quercetin (250mg)
- Zink (zur Dosierung siehe unten)

Vor dem Schlafengehen:

- ½ Teelöffel Natriumascorbat in Wasser (zwischen 1500 und 2000mg)

Dinge, die es zu beachten gilt:

- Vitamin D sollte morgens oder mittags eingenommen werden, da es die Produktion unseres Schlafhormons Melatonin hemmt und somit zu Schlafstörungen führen kann

- - Es gibt Menschen, bei denen auch Vitamin C stimulierend wirkt, und die die Einnahme von Vitamin C am Abend besser vermeiden sollten
- - Magnesium hingegen sollte am Abend eingenommen werden, da es beruhigend und entspannend wirkt
- - Das fettlösliche Vitamin D und die Omega-3 Fettsäuren sollten zusammen mit Fett eingenommen werden, ein paar Nüsse im Müsli oder ein wenig Olivenöl auf dem Salat reichen hier aber durchaus aus
- - Beim Zink die Dosis bitte an die Menge Zink im Multivitamin anpassen: wird kein Multivitamin eingenommen, dann 50mg Zink, sind im Multivitamin zum Beispiel bereits 25mg Zink enthalten, dann reichen 25mg Zink am Abend aus.

Dieses Protokoll ist dazu gedacht, geimpften Menschen Möglichkeiten und Wege aufzuzeigen, um sich vor den negativen Wirkungen der Coronaimpfung zu schützen, und die Impfung so weit wie möglich wieder auszuleiten.

Ich persönlich würde diesem Protokoll auch das Curcumin hinzufügen, um hohe Estradiol Werte zu senken. Um hohe Testosteron Werte zu senken, kann auch Pfefferminze helfen.

Um mich auf die Impfung vorzubereiten würde ich schon mal mit liposomalem Vitamin C. und Glutathion ein paar Wochen vorher beginnen. Sowie Vitamin D und Zink

Frau Dr. Lesennich schreibt weiter in ihrem Bericht über das Spike Protein:

Zum Wirkmechanismus der Coronaimpfung:

Alle in Europa verwendeten Impfstoffe, also die Impfstoffe der Firmen Biontech/Pfizer, Moderna, AstraZeneca und Johnson und Johnson, enthalten synthetisches genetisches Material des Coronavirus, welches die Zellen von Geimpften dazu veranlasst, das Spike-Protein, ein Hüllprotein des Coronavirus, zu produzieren.

Im nächsten Schritt bildet der Körper dann Antikörper gegen dieses Spike-Protein, die bei Kontakt mit einem Coronavirus dieses unschädlich machen sollen.

Mittlerweile ist bekannt, dass das Spike-Protein nach der Impfung im Körper von Geimpften zirkuliert, und sehr wahrscheinlich über die Atemluft, über die Haut und über Körperflüssigkeiten, wie Schweiß, Speichel oder Sperma, ausgeschieden wird. Ein Phänomen, welches als „Shedding“ bezeichnet wird.

Das Spike-Protein kann sowohl im Körper von geimpften, als auch von ungeimpften Menschen zu immensen Problemen führen, da dieses Protein alleine der Hauptauslöser der Coronasymptomatik zu sein scheint, und da es in der Lage ist, den Körper über verschiedene Mechanismen zu schädigen.

Hier ein paar Beispiele für die möglichen negativen Wirkungen der Impfstoffe und des Spike-Proteins:

1. Zunächst besteht bei allen Impfstoffen die Gefahr eines Einbaus in unsere DNA. Sollte dieses geschehen, so bestünde unter anderem ein erhöhtes Krebsrisiko und auch die Möglichkeit, dass die Zellen eines geimpften Menschen dauerhaft Spike-Protein produzieren, wodurch diese langfristig den negativen Wirkungen des Spike-Proteins ausgesetzt wären.

2. Das Spike-Protein kann zu Entzündungsprozessen in der Lunge, am Herzen oder in den Gefäßwänden (wodurch es zu Blutgerinnseln kommen kann) führen, vor allem ausgelöst durch die Bindung des Spike-Proteins an bestimmte Rezeptoren, die sogenannten ACE2- Rezeptoren, in diesen Geweben.

3. Ein weiterer Mechanismus, über den das Spike-Protein, bzw. die gegen das Spike-Proteingebildeten Antikörper, die Gesundheit beeinträchtigen können, ergibt sich aus der Ähnlichkeit des Spike-Proteins zu menschlichen Proteinen. Die Impfung kann zur Bildung von Autoantikörpern, also zur Bildung von Antikörpern, die sich gegen den eigenen Körper richten, und damit zu Autoimmunerkrankungen führen. Beispiele hierfür sind:

- die ITP, die idiopathische thrombozytopenische Purpura, ein Mangel an Thrombozyten, an Blutplättchen, da diese von Autoantikörpern zerstört werden, wodurch es zu Blutungen und Schlaganfällen kommen kann
- das Guillan-Barré-Syndrom, eine Form von Polyneuropathie, bei der es unter anderem zu Muskelschwäche kommt
- die autoimmunhämolytische Anämie, bei der es zur Zerstörung der roten Blutkörperchen kommt
- oder Hashimoto, eine Autoimmunerkrankung der Schilddrüse, um nur einige Beispiele zu nennen

4. Die Ähnlichkeit des Spike-Proteins zum Syncytin, einem Protein, welches zur Bildung der Plazenta benötigt wird, könnte über Autoantikörper gegen Syncytin zu Unfruchtbarkeit führen.

5. Eine weitere Gefahr der Coronaimpfung ist das Entstehen einer ADE (Antibody Dependent Enhancement), einer antikörperabhängigen Verstärkung.

Hier kann es aufgrund einer Besonderheit der gegen Coronaviren gebildeten Antikörper dazu kommen, dass bei Kontakt mit einem Coronavirus, dieses durch die Antikörper nicht unschädlich gemacht wird, sondern, dass die gegen das Coronavirus gerichteten Antikörper, ganz im Gegenteil dazu führen, dass es zu einem besonders schweren Krankheitsverlauf mit Zytokinsturm (überschießende Immunreaktion) und massiven entzündlichen Prozessen in den Atemwegen bis hin zu Todesfällen kommt.

6. Eine Gesundheitsgefahr, die nur von den mRNA-Impfstoffen, also den Impfstoffen der Firmen Biontech/Pfizer und Moderna, ausgeht, ergibt sich aus der Verwendung von Lipidnanopartikeln in diesen Impfstoffen. Zum einen enthalten diese Impfstoffe PEG (Polyethylenglykol), auf welches ca. 70% der Bevölkerung bereits allergisch reagieren. Dieses kann allergische Reaktionen, bis hin zum anaphylaktischen Schock auslösen. Zum anderen enthalten die mRNA-Impfstoffe kationische Lipide, welche extrem zelltoxisch sind und starke Entzündungsreaktionen hervorrufen können.

7. Vor kurzem wurde an der Universität von Almeria in Spanien eine Ampulle des Biontech/Pfizer Impfstoffes auf ihren Inhalt hin untersucht. Das Ergebnis: der Hauptbestandteil in dieser Ampulle war Graphenoxid. Dieses kann Entzündungen der Schleimhäute, bis hin zu Lungenentzündungen, einen Verlust des Geruchs- und Geschmackssinnes und Blutgerinnsel verursachen, und die Reserven unseres Entgiftungsmoleküls Glutathion verbrauchen. Außerdem führt es zu starken magnetischen Eigenschaften des Körpers, könnte also eine Erklärung für den Magnetismus sein, der sich bei vielen geimpften Menschen nach der Impfung ausbildet. Hierzu wird es in Kürze sicher weitere Erkenntnisse geben.

Allen diesen Gefahren sind Menschen mit großer Wahrscheinlichkeit ausgesetzt, wenn sie sich impfen lassen.

Wenn du mehr dazu erfahren willst:

<https://www.drlessenich.com>

MENTALE STÄRKUNG

Die Körperliche Belastung oder Gefahr mit COVID und Impfung ist die eine Sache. Die andere Sache mit der Pandemie ist die mentale Belastung.

Psychiater, Telefonhotlines, HP Psych und Burnout Kliniken sind seit geraumer Zeit völlig überlastet und ausgebucht. Und ich befürchte es kommt eine Tsunami Welle von Nebennierenschwächen und chron. Fatigue auf uns zu. Der Lockdown für uns Frauen mit den plötzlichen Anforderungen der Beschulung der Kinder sowie Zukunftsängste, finanzielle Sorgen, Sozialer Rückzug, negative Vibes und Spaltung der Gesellschaft. Wie geht man damit um? Wie kann man sich schützen, damit man nicht untergeht? Hier ein paar Tipps, was du tun kannst und wie ich mich persönlich schütze

MEDIA DETOX



POSITIVE MENSCHEN



ENERGIEBOOSTER



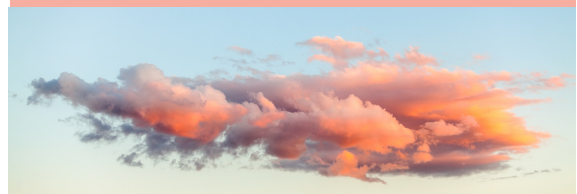
MEDITATION



SONNE



ROSAROTE WOLKE



Media Detox

Ich muss gestehen, ich war am Anfang auch ein Medien Junky und habe mich berieseln lassen. Aber irgendwann habe ich gemerkt, dass es mich mental extrem runter zieht und ich mich nur noch von Aussen habe beeinflussen lassen. Danach habe ich ein Medien Detox gehalten und nur noch Studien recherchiert, aber nicht mehr von den Mainstream Medien in die negative Spirale leiten lassen.

Beginnst du deinen Tag damit dein Handy zu schnapen und zu schauen was es Neues in der Welt gibt? Lasse es sein. Beginne den Tag mit einem Lächeln und lenke die Aufmerksamkeit nur auf DICH und deine Lieben. Beginne mit Dingen, die dir Energie geben und nicht, die dich runter reißen. Genauso wie Abends vor dem Schlafengehen. Falls du noch am Handy bist, nimmst du all die Negativen Vibes mit in deinen Schlaf. An einen erholsamen Schlaf und Regeneration ist hier nicht zu denken mit all den Einflüssen die du noch kurz vor dem Schlaf hattest. Beende und beginne deinen Tag eher mit einer Meditation. Zum Beispiel für die Zirbeldrüse. In meinem easy Retreat habe ich für jede Hormondrüse eine eigene Meditation aufgenommen, die dir bei der natürlichen Hormon Balance hilft.

Positive Menschen

Leider zerbrechen gerade ganz viele Freundschaften und Familien zerstreiten sich zum Thema COVID und Impfung. Um so wichtiger, dass du dich mit Menschen triffst und austauscht, die dich nicht angreifen oder in eine Schublade stecken. Du brauchst gerade jetzt in diesen schwierigen Zeiten positive Menschen um dich rum, die dich zum lachen bringen, die dich dabei unterstützen, dass dein Weg, für den du dich entschieden hast, der richtige ist. Ohne Wertung, ohne Aggressionen. Es ist für alle Menschen schwer gewesen. Wir sitzen alle im selben Boot. Deshalb sollte eigentlich der Zusammenhalt stärker sein.

Versuche also eher Menschen um dich zu sammeln, die dir gut tun, dir Energie geben. Solltest du eigentlich immer im Leben tun, aber jetzt erst recht!!!

Energie Booster

Was genau gibt dir Kraft und Energie am Tag? Mache dir eine Liste mit Dingen, die dir Freude machen, die dir ein Lächeln auf die Lippen zaubern, die dich körperlich und mental stärken. Sind es lustige Katzenvideos, deine Lieblingsmusik, ein Spaziergang im Wald, eine entspannte Badewannen-Session, singen und tanzen? Egal was. Schreibe es auf, mache eine Liste und setze mindestens eines davon JEDEN Tag um.

Wenn du in meine Power-Song Playliste auf Spotify reinhören möchtest:

https://open.spotify.com/playlist/2M8jR7vQJKvmolJ8IXEpq0?si=EkTsF5i9RWW8Jg9drs1soQ&dl_branch=1

Meditation

Ich war früher überhaupt kein Fan von Meditationen. Über eine längere Zeit still sitzen und GARNICHTS tun? Ging gar nicht. Bis ich angefangen habe mit Mini-Meditationen, Kerzenmeditationen und einfach nur bewusstes Atmen bei geführten Meditationen. Heute liebe ich und vermisse es richtig falls ich es mal zeitlich nicht einbauen kann, meine ganz eigenen Meditationen. Es ist mein eigener kreierter Ruheraum, in dem ich Leichtigkeit und Lebensfreude empfinde, in dem ich strahlen kann und einfach nur SEIN kann. Durch mein AppleWatch Tracking habe ich nun auch erkannt, dass meine HRV (Herzratenvariabilität) und mein Sauerstoffgehalt sich um ein vielfaches verbessert hat mit den Meditationen. Es ist also nicht nur für deine Stressverarbeitung sehr gut, deine ganze Gesundheit sondern ja, ich bin auch viel besser gelaunt und kann mit stressigen Situationen besser umgehen. Versuche es einfach mal. In meinem YouTube Kanal hast du Zugang zu einer meiner Meditationen aus dem easy Retreat. Sie aktiviert deine Zirbeldrüse, die Zuständig ist für deine Glückshormone.

Sonne

Du hast gesehen, dass die Sonne nicht nur wichtig für deine körperliche Gesundheit extrem wichtig ist, sondern sie ist es auch für deine mentale Gesundheit. Nicht ohne Grund bekommen wir im Winter sehr oft mehr Depressionen, als im Sommer. Der November war für mich in der Zeit am Bodensee extrem schlimm. Alles Grau in Grau und Nebel. Hier in Panama habe ich fast jeden Tag Sonne. Das war mir sehr sehr wichtig. Und eine Stunde Sonne am Morgen hier auf meinem Balkon hat mir durch den langen extremen Lockdown geholfen. Wir durften 4 Monate NICHT aus dem Apartment raus. Nur 1 Std zum Einkaufen Montags oder Mittwochs. Das war echt hart. Ohne diese Stunde Sonne am Morgen wäre ich in ein tiefes Loch gefallen.

Lasse also die Sonnensahlen auf deiner Nase tanzen und jetzt in den Wintermonaten versuche trotzdem raus zu gehen so oft wie möglich wenn die Sonne raus kommt.

Rosarote Wolke

In die negative Spirale sind leider sehr viele Menschen durch COVID und das ganze Thema drum herum geraten. Sie haben den Focus nur auf die negativen Dinge. Kein Thema, COVID und Co. ist schlimm und ich bin auch ganz bei denen, die richtige finanzielle Probleme bekommen haben und Zukunftsängste oder liebe Menschen verloren haben. ABER, die ganze Situation kann auch als Chance gesehen werden. Versuche dich aus der negativen Spirale zu lösen und fokussiere dich auf Dinge, die du nun ändern kannst, vielleicht schon immer wolltest. Wenn du nicht mehr reisen kannst, dann mache Pläne für Zeiten, wo das wieder geht. Passe dich den gegebenen Situationen an. Nur die, die flexible sind und kreativ kommen gut durch solche Krisen durch. Alle anderen, die das alte Leben zurück haben möchten, nicht bereit sind für Veränderung, die Krise nicht als Chance sehen, die gehen unter. Setze dich also auf deine Rosarote Wolke, die du dir in der Krise in den buntesten Farben ausmalst und ausdenkst und konzentriere dich auf schöne Dinge. Ich denke wir haben es bald geschafft, dass die Welt (nicht wieder normal) aber dass wieder Leichtigkeit und Lebensfreude Einzug hält. Du kannst deinen Beitrag dazu tun, in dem du in dieser positiven Energie schwingst und andere damit ansteckst.



ZUSAMMENFASSUNG

COVID & HORMONE

#1: Frauen mit einer hormonellen Dysbalance (niedriger Estradiol Level) haben durch hormonelle Dysbalancen ein höheres Risiko an COVID zu erkranken. Deshalb lasse dein Hormon Status testen (www.censa.de Paket 3) und gleiche deine Hormone auf natürlichem Wege aus. Die ersten Tipps dafür bekommst du in meinem Analysegespräch. Mehr zum Thema Hormone testen lassen bekommst du in meinem YouTube Kanal im Mini-Workshop "Hormone testen". Auch Frauen mit einer Schilddrüsen Unterfunktion, die jedoch sehr oft gar keine ist sondern eher ein Progesteron Mangel, haben ein höheres Risiko. Auch hier, prüfe, ob du einen Progesteron Mangel hast, den du ausgleichen kannst.

#2: Unterstütze deinen Körper präventiv mit Ernährung, Pflanzenstoffe und Vitalstoffe, um das Risiko an COVID zu erkranken zu minimieren. Liposomales Vitamin C und liposomales Glutathion zum Beispiel von lifeextension

<https://www.lifeextensioneurope.de/liposomal-glutathione-complex>

#3: Falls du dich Impfen lassen möchtest oder sogar musst, dann unterstütze schon frühzeitig deinen Körper, und versuche vorab eine Hormon Balance zu bekommen, damit er den Impfstoff besser verarbeiten kann und es nicht zu den besagten Nebenwirkungen kommt. Vermeide eine Östrogendominanz nach der Impfung in dem du auch hier die Hormone ausgleichst. Die Langzeitnebenwirkungen kennen wir leider noch nicht. Folge auch dem Ausleitungsprotokoll, um die Leber zu unterstützen.

#4: Schütze dich vor mentalen Stressoren und grenze dich von negativen Dingen ab. Fokussiere dich auf positive Dinge und umgebe dich mit Menschen, die dir gut tun.

Schlusswort



Als Hormon Coach ist mir wichtig, dass ich DIR mit meinen Informationen helfen kann. Ob du COVID hattest und deine Hormone nun im Chaos sind, ob du dich impfen lassen möchtest und deine Hormone schon im Chaos sind und du nun Sorge hast, oder ob du einfach nur dich vor COVID schützen willst und somit deine Hormone in Balance bringen möchtest. Ich bin für dich da.

Deshalb habe ich auch versucht so neutral wie möglich über das Thema zu berichten. Ich finde die Spaltung der Gesellschaft und die Auswirkungen fast genauso schlimm wie das ganze COVID Thema. Und deshalb möchte ich mit gutem Beispiel vorangehen und ALLE Meinungen und Denkweisen zu diesem Thema akzeptieren. Es ist ein sehr schwieriges Thema und jeder sollte das Recht haben selbst entscheiden zu dürfen und von anderen dann auch akzeptiert zu werden.

Egal wie, ich hoffe, du bleibst gesund und kannst deine Hormone bis ins hohe Alter in Balance halten. Auf ganz natürlichem Wege!!!!

ALOHA

Deine Stefanie