gesundheit | anzeige

Was tun bei Long Covid?

Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein.

- Hippokrates

Selbst bei zunächst leichten Verläufen haben viele mit den Folgen einer Covid-19-Infektion zu kämpfen. Etwas, was bei Virus-Infektionen allgemein durchaus üblich ist. Nährstoffe können helfen. Denn: Ohne eine ausreichende Vitamin- und Mineralstoffversorgung läuft quasi nichts – vergleichbar einem Auto, das auch nicht wieder fährt, wenn man es zur Erholung in die Garage stellt, der Tank aber leer ist. Mit Nährstoffen wieder zu Kräften kommen.

Was ist Long Covid?

Long- oder Post Covid ist der Sammelbegriff für eine Vielzahl von Beschwerden, die längerfristig (wenigstens vier Wochen) oder gar langfristig (wenigstens 12 Wochen) nach der Infektion bestehen. Gemeint sind damit alle Symptome, die aus einer akuten Infektion oder deren Behandlung fortbestehen oder neu entstanden sind. Auch die Verschlechterung einer bestehenden Grunderkrankung zählt dazu.
Typische Symptome sind:

- Starke Müdigkeit (Fatique)
- Erschöpfung
- Kopfschmerzen
- Schwindel
- Muskel- und Gelenkschmerzen
- atypische Brustschmerzen
- Atembeschwerden
- Niedergeschlagenheit
- Angstzustände
- Kognitive Probleme wie Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Gehirnnebel
- Verlust von Geschmack und Geruch
- u.a.

Wie können Nährstoffe helfen?

Vitamine und Mineralien gehören zu den sogenannten essentiellen Nährstoffen. Das sind solche Stoffe, die der Körper unbedingt braucht und die er nicht selbst herstellen kann. Gibt es hier Defizite, können die Kraftwerke in den Körperzellen (Mitochondrien) nicht richtig arbeiten. Allein Vitamin C ist an rund 3000 Stoffwechselvorgängen beteiligt, wirkt antiviral und stärkt nicht nur die Gedächtnisleistung, sondern wirkt auch der Alterung der (Gehirn-) Zellen (Telomeraseverkürzung) entgegen.

Foto: © pixabay.com/Kunde

Vitaminstatus bestimmen

Die Analyse des Vitamin- und Mineralstoffstatus steht daher immer an erster Stelle. Wo herrscht Mangel? Auf jeden Fall bestimmt werden sollten die Vitamine C und D, Omega-3-Fettsäuren, Homocystein, Ferritin und Selen.

Basisprogramm:

Zur allgemeinen Stärkung bietet LUISAN ein Basisprogramm. Bei dem geht es vor allem um die Gabe von Vitaminen C und D sowie um die Darmgesundheit. Im Darm sitzen rund 80 Prozent unserer aktiven Immunzellen. Der Darm spielt also gerade was die Bildung von Antikörpern betrifft, eine wesentliche Rolle.
Auf der Basis der Nährstoffanalyse und zusätzlich in Abhängigkeit des Krankheitsbildes wird weiter individuell vorgegangen. Alle Vitamine werden per Infusion verabreicht, was Dosierungen ermöglicht, die notwendig sind, aber über Tabletten nicht möglich wären. Zum Vergleich: Oral beträgt die Bioverfügbarkeit von Vitamine C = 1,5 Prozent, per Infusion 42 Prozent.

Individualprogramm:

Das Individualprogramm folgt stets dem Behandlungsschema:

1. Entgiftung/Entlastung der wichtigen Stoffwechsel- und Entgiftungsorgane Leber, Niere, Lymphe und Bindegewebe
2. Verbesserung der Immunantwort
3. Individuelle (auch homöopathische) Begleitung oral oder per Infusion

Zusätzlich zur gezielten Nährstoffgabe spielt auch die Entgiftung eine große Rolle. Die zelluläre Müllabfuhr entsorgt Coronaviren, wie unter anderem Forscher der Max-Planck-Instituts in München, des Universitätsklinikums Bonn und der Charité in Berlin festgestellt haben.
Um langfristig Erfolg zu haben, nützten die besten Vitamin- und Mineralstoffgaben nichts, wenn nicht auch die Ernährung entsprechend angepasst wird. Schon Hippokrates befand 370 v. Christus: „Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel sein und eure Heilmittel sollen eure Nahrungsmittel sein.“ ■

Dr. Anna-Luise Rinneberg

LUISAN
Centrum für
Regenerationsmedizin

LUISAN Centrum für Regenerationsmedizin
Auf natürliche Weise gesund.
Dr. med. Anna-Luise Rinneberg

Franz-Altmeyer-Straße 25
D-66693 Tünsdorf

Telefon + 49 (0)6868 1268
Web www.luisan.de