



Coronapandemie – Therapie nach dem Motto „Warum billig, wenn es auch teuer geht?“ oder „Den Wald vor lauter Bäumen nicht sehen“ oder „Des Kaisers neue Kleider“

Dr. Bodo Kuklinski

Das ist die Info von Dr. Bodo Kuklinski

Keine Markenempfehlung – sondern eine Unterstützung für Leute sein, die sich mit Bodo auseinandergesetzt haben - als Dank dafür dass sie interessiert waren dieser Thematik zu widmen.

Immunsystem Stärken

Virale Infektionen begleiten die Menschheit schon immer. Jeder Virus befällt vorzugsweise ein Organ oder -system, z. B.:

- Hepatitis – Leber – Gelbsucht
- Epstein Barr – Immunsystem
- Polyomyelitis - Nervensystem
- West-Nil-Virus – Niere, Lymphsystem
- Coxsackie-Virus – Herz und Hirn
- SARS-Covid-2-Virus, Coronavirus – Lunge
- Herpes-zoster-Virus – Nervensystem
- Herpes-simplex-Virus – Nervensystem
- Masern-Virus – lymphotrop. Hirn
- Mumps-Virus – Speicheldrüse, Hoden
- Papillomvirus – Hautepithel

Viren sind bei schwachem Immunsystem virulent. Ein guter Arzt behandelt nicht nur die Gürtelrose evidenzbasiert, sondern hinterfragt „weswegen ist hier das Immunsystem so schwach, dass es eine Zoster-Infektion zuließ?“. Damit bewegt sich der Arzt auf einem komplexen Gebiet der Ernährung, körperlich-geistigen Befindlichkeit, Schadstoffbelastungen usw. dieses Gebiet in Diagnostik und Therapie



ist nicht evidenzbasiert. Es verlangt vom Arzt umfangreiches Wissen (wird nicht gelehrt), Zeitaufwand und Ärger mit Institutionen.

Aus der Vogelperspektive betrachtet ergeben sich folgende Schlussfolgerungen bei Morbiditäts- und Mortalitätsraten der Coronapandemie:

Schwaches Immunsystem:

Schon vor Ausbruch der Epidemie/Pandemie waren Coronaviren bei deutschen Personen nachweisbar. Eine stille Durchseuchung fand schon vorher statt.

- Vitaminmangel durch Auszugsmehle und geschälten Reis. Reis ist im asiatischen Raum ein tägliches Grundnahrungsmittel, in europäischen Ländern und Nordamerika sind es Weißmehlprodukte. Vitamine sind bei Reis und Getreide in den Kornhüllen lokalisiert. Deren Entfernung begünstigt massive Vitamindefizite. Weißmehlbrote, -pizza, -brötchen, Eierteigwaren werden bevorzugt konsumiert in Nordamerika, Italien, Spanien, Portugal, Frankreich. Damit vitaminarme Kost und schwaches Immunsystem.
- Selenmangel in Europa. Früher wurde aus Nordamerika selenreiches Getreide importiert. Mit gesteigener Eigenproduktion wurde deren Import eingestellt. In China begann die Epidemie in der Stadt Wuhan, die in der Selenmangelprovinz Hubei liegt.
- Morbidität und Sterblichkeit war bei Senioren signifikant erhöht: Vitamindefizite sind bei Senioren die Regel. Besonders in Alters- und Pflegeheimen ist angeliefertes Essen biologisch minderwertig. Es hat nicht mehr die Nährstoffdichte einer frisch zubereiteten Mahlzeit. Senioren essen weniger, haben häufig eine Inappetenz, die durch Medikamente verstärkt wird.
- Immunsuppressive Pharmaka



Senioren leiden an Multiorgansymptomen. Zahlreiche immunsuppressive Medikamente werden eingenommen, die die Mitochondrien schädigen. Es sind Schmerz-, Rheumamittel wie Indometacin, Diclofenac, Paracetamol, aber auch Cholesterinsenker, Protonenpumpenhemmer, Psychopharmaka, Betablocker und Hochdruckmedikamente. Zwischen 1993 und 2013 haben sich in Deutschland die Arzneimittelausgaben verdoppelt. Werden doch die Menschen nicht wegen fehlender Medikamente krank, sondern wegen einer Fehlernährung! Sie werden nicht gesünder, sondern sind länger krank.

Chronische Stressbelastungen durch Unsicherheiten in der Lebensplanung (Arbeitsplatz, Klimaveränderungen) finden sich auch in den Regionen mit hohen Erkrankungs- und Todesraten. Schwerkranke Patienten starben häufiger. Ihr Immunsystem war durch die chronische Erkrankung und die medikamentöse Polyphragmasie geschwächt.

All diese Besonderheiten fanden keine Beachtung. Es wurde auf stationäre Betten und Beatmungsgeräte orientiert, „wir sind vorbereitet“ – so ein deutscher Minister. Medikamente und die ersehnte Impfung werden das Problem lösen. Nein, das werden sie nicht! Die nächste Viruspandemie kommt mit Sicherheit. Dabei lehrt die Vergangenheit einen anderen Weg.

Im Mittelalter wurden bei Epidemien die Stadttore geschlossen. Wer draußen war, bleib draußen. Analoges Vorgehen finden wir bis heute an Länder- und Landesgrenzen. Als Mundschutz trug man damals Schnabelmasken. Sie waren wirkungslos, genauso wie die heutigen Nasen-, Mundmasken. Quarantänen, Handelseinschränkungen, Isolierung Erkrankter und soziale Distanzwahrung waren übliche Methoden.

Nach dem 1. Weltkrieg traten die spanische Grippe mit zig Millionen Toten und massenhafte Tuberkuloseerkrankungen auf. Die Krankheitserreger hatten ein leichtes Spiel in der ausgehungerten Bevölkerung, gestresst durch Arbeitslosigkeit, Verelendung und Wirtschaftskrise. Gesunde Kost war schon im Kaiserreich eine



Therapiesäule. Der Riesenkomplex Beelitzer Heilstätten war in der Tbc-Behandlung mit optimaler Kost erfolgreich. Zum Komplex gehörten eigener Feld-, Gartenbau, Gärtnereien, Obstplantagen, Nutztierhaltung und Schlachtereien, Molkereien, Bäckereien. Grundprinzip: frisch geerntete und zubereitete Nahrungsmittel.

Nach dem 2. Weltkrieg mit 12,5 Millionen ausgehungerten Flüchtlingen war der Stress durch Verlust von Hab und Gut, von Arbeit und Angehörigen dramatisch. Volkskrankheiten wie Tuberkulose, Typhus, Diphtherie flammten auf. In dieser Zeit zeigte die deutsche Medizin die größte, effiziente Leistung in ihrer Geschichte, kostengünstig und wirksam

- Durch Lungen-Volksröntgen, Erfassen von Tuberkulose-infizierten Personen. Damit wurden Infektionsherde erkannt und stationär behandelt und isoliert. Die offene Tuberkulose war eine sehr ansteckende Erkrankung.
- Durch Prophylaxe mit Lebertran. Aus Walfisch- oder Dorschleber gewonnene enthält er Vitamin A und D. Beide benötigen sich gegenseitig am Rezeptor. Deswegen kommen sie in der Natur zusammen vor. Vitamin D bindet an den Vitamin-D-Rezeptor, dann mit dem Retinoidrezeptor (Vitamin A). Im Zellkern lösen sie nach Bindung an die DNA die Bildung antiviraler und -bakterieller Moleküle aus (z. B. Defensin, Cathelicidin). Damit werden die Schleimhäute der Bronchien, aber auch der Magen-, Darm- und Urogenitalorgane geschützt. Vitamin A ist der wichtigste Schutzfaktor der Bronchien und aller Schleimhäute!

In armen Ländern ist der Vitamin-A-Mangel endemisch. Masern-Erkrankungen verlaufen dort dramatisch und tödlich. Die Auswertung von 47 Studien bei Kindern vom 1. bis 5. Lebensjahr (1,2 Millionen Kinder) senkte die Vitamin-A-Gabe allein (ohne Vitamin D) die Masernhäufigkeit um 50 %, die Sterblichkeit um 12 %.

In den 70er Jahren wurde in der ehemaligen DDR das Konzept entwickelt, das Immunsystem vor oder während der Grippeperioden zu stärken. Es wurde das



Präparat Summavit entwickelt. Es basierte auf Erfahrungen der Nachkriegszeit, in der sich Lebertran als Vitamin-A- und -D-Quelle wirksam in Prophylaxe und Therapie von bedrohlichen Erkrankungen erwies. Und das bei sehr gutem Kosten-, Nutzenverhältnis. Das Präparat enthielt zusätzlich Vitamin E, C und alle B-Vitamine.

Werkstätige erhielten in den Grippeperioden über den Betrieb kostenlos Summativ-Tabletten, Kinder Tropfen. Sie enthielten Retinol (Vitamin A), Ergokalziferol (Vitamin D), Tocopherolacetat (stabiles Vitamin E), Vitamin C, Thiamin (Vitamin B1), Riboflavin (Vitamin B2), Pyridoxin (Vitamin B6), Panthenol (Vitamin B5) und Nikotinamid (Vitamin B3). Der Preis für eine Flasche lag bei 3,35 Ostmark. Kinder sollten bis 3x 15 Tropfen einnehmen, Erwachsene mehr.

Diese Prophylaxe war wirksam. Da die Erkenntnisse westlich vom Eisernen Vorhang negiert wurden, blieben sie unbeachtet. Heutige Strategien laufen auf Medikamente und Impfungen hinaus. Diese Maßnahmen greifen zu spät.

Aus der Vernachlässigung der simplen, kostengünstigen Prophylaxe resultieren die neurotischen absurden gegenwärtigen Maßnahmen im Bemühen, die Corona-Epidemie in Schach zu halten. Unverantwortlich das Wegsperrern der Bevölkerung, das An-die-Wand-Fahren der Wirtschaft, Regelungen rein, raus und wieder rein in die Kartoffeln. Es werden Regeln erarbeitet, wie und wo man Eis schlecken darf, für Abstand halten, für Maskenpflicht.

Von Anfang an hätten die verantwortlichen Entscheidungsträger auf die Prophylaxe, Resistenzstärkung des Volkes setzen müssen, vom Säugling bis zum Senioren. Stattdessen hörten sie allein auf Fachberater mit „Virus-Tunnelblick“, die durch ihre Maßnahmen Hunderttausende in soziale und finanzielle Not stürzen. Als Berater hätten sie sich ältere 70- bis 80-jährige Landärzte mit jahrzehntelanger Praxiserfahrung kommen lassen müssen.

Die Schieflage äußert sich auch in der gesetzlich festgelegten Masernschutzimpfung, ansonsten 2.500 Euro Strafandrohung. Masern waren in Deutschland stets eine



gutartig verlaufende Krankheit. Vereinzelt traten sie in Schulklassen auf, ohne dass die anderen erkrankten. Heute sind schwere Verläufe bei unter- oder einseitig ernährten Kindern und Erwachsenen bekannt, vor allem Migranten. Auch hier gilt, statt Impfung – Prophylaxe!

Die Fehlentscheidungen international und national beruhten auf der hohen Anzahl tödlicher Verläufe. Sie schockierten die Welt. Aber – diese gab es mit der Spanischen Grippe schon einmal.

Auswege:

Langfristig:

Gesundes Essen in der Kita, Schule, als Erwachsener. Kinder und Jugendliche müssen wieder in der Schule kochen lernen, wie saisonabhängige Lebensmittel zubereitet werden. Die Coronakrise offenbarte die geringen Kochfähigkeiten auch Erwachsener. Es gibt Personen, die sogar Kartoffeln nicht mehr kochen können. Die Schule würde einen Beitrag zur Lebensbewältigung leisten. Hierzu gehörte auch die Arbeit im Schulgarten. Viele Haushalte besitzen heute supertechnische Kücheneinrichtungen. Dabei kochen in Deutschland nur noch 45 % der Haushalte, in Frankreich 65 % täglich ihre Mahlzeiten. Dies betrifft besonders die älteren Generationen. Den Jüngeren fehlen die Kenntnisse der Kochkunst und die Zeit. Damit werden zukünftig die Nährstoffdefizite und Immunschwächen intensiver werden und immer mehr Menschen betreffen.

Bei sich anbahnenden oder schon grassierenden Virusepidemien, egal ob Influenza, Corona oder Masern, empfehlen wir deshalb folgende Mikronährstoffe:

Lebertran (Vitamin A und D):	tgl. 1 Esslöffel oder 4 Kapseln nach einer Mahlzeit
------------------------------	---



Spirulina-Presslinge (alle B-Vitamine, Alpha-Liponsäure, Spermidin, Omega-3-Polyenfettsäuren):	früh und abends je 5 Presslinge, Kinder: früh und abends je 2
Selen als Selenit:	Erwachsene 200 µg, Kinder 50 µg vor dem Essen, getrennt von Vitamin C
Vitamin C a 200 mg:	1x nach dem Frühstück
Zink:	Erwachsene 15 bis 20 mg/Tag (= 1 Tbl), Kinder nur jeden 2. Tag 1 Tbl.
Magnesium zu 300 mg:	je 1 früh und 1 nach dem Abendbrot
Weizenkeimöl:	1 Esslöffel, reich an Spermidin
Coenzym Q10 als Ubiquinol:	bei akuter Infektion als Ubiquinoltropfen 80 mg tgl. eine Woche lang, ab 2. Woche 40 mg/Tag (= 5 Hübe)

In virusfreien Zeiten sollte kein Einbruch des Immunsystems zugelassen werden. wenn keine regelmäßige Mischernährung möglich ist oder chronische Erkrankungen vorliegen, sind erforderlich:

1. Mischpräparat mit niedrig dosierten Vitaminen, Spurenelementen (Se, Zn, Mn, Cu, Mb) und Elektrolyten (Mg, K)
2. Spirulina: 2 Presslinge
3. Coenzym Q10 als Ubiquinol 50 mg täglich

Unsere Empfehlungen decken sich mit denen der Akademie für Mikronährstoffmedizin Essen ⁽¹⁾.



Zur Zeit erleben wir die Neuauflage von „des Kaisers neue Kleider“. Stattdessen hätten wir nach Kant handeln müssen, „Habe den Mut, Dich Deines eigenen Verstandes zu bedienen“ (Immanuel Kant).

Doz. Dr. sc. med. Bodo Kuklinski
Facharzt für Innere Medizin
Wielandstraße 7, 18055 Rostock

Rostock, 6. Mai 2020

⁽¹⁾ Gröber, U.: Corona, Influenza & Co – Stellenwert von Mikronährstoffen bei virenbedingten Atemwegserkrankungen. OM & Ernährung 18 (2020) 6 – 11