

## **Informationen zur sog. Schweinegrippe:**

Die panikmachende Informationsflut über die pandemische Verbreitung der sog. **Schweinegrippe** hat in der Bevölkerung zu sehr viel Verunsicherung und Angst vor Ansteckung geführt.

Der bisher leichte Verlauf dieser Grippeart unterscheidet sich zur Zeit nicht von grippalen Infekten, die jederzeit durch eine Vielzahl von Virentypen auftreten können.

Diese „neue“ Virusgrippe und eine Impfung dagegen sofort zum Politikum zu machen, hat sicherlich noch andere Gründe als die Sorge vor Ansteckung und Verbreitung.

Impfungen sind nicht das Allheilmittel, weil die Nebenwirkungen in Form von Impfreaktionen bzw. echten Impfschäden nicht von der Hand zu weisen sind. Deshalb ist eine gute Hygiene einerseits und eine Stärkung des Immunsystems besonders bei alten Menschen, Kindern und Schwangeren der erste und vordringlichste Maßnahme. Angst und Verunsicherung führen zur Schwächung der energetischen Lage des Menschen und des Immunsystems allgemein (Verbindung Darmimmunsystem/Nervensystem)

Die Stärkung des Immunsystems kann durch einfache Maßnahmen, wie Abhärtung durch kalte Güsse, gute vitaminreiche Ernährung, gutes Trinkverhalten, Sport und Entspannung erfolgen. Gezielter ist eine Stärkung des Darmimmunsystems, das eine Hauptrolle in der Abwehr von Infekten spielt. Das ist möglich durch die Verabreichung von sog.

Eigenimpfstoffen, also Impfstoffen aus körpereigenem Material gewonnen. Die sog. **Autovaccintherapie** trainiert das Immunsystem und bereitet es so auf die Abwehr von Infekten aller Art, bakteriell oder viral, vor.

Deshalb empfehle ich die Autovaccintherapie als Prophylaxe, denn jede Impfung ist in erster Linie eine Belastung unserer Abwehr.

Für Fragen und bei Beratungsbedarf stehe ich Ihnen jederzeit gerne persönlich zur Verfügung.