

Zusammenfassung ganzheitlicher Therapieansätze gegen Covid 19:

Wichtiger Hinweis: (Therapie basiert im wesentlichen auf **Dr. Klinghardt** - www.ink.ag)

Das Virus darf überhaupt nicht unterschätzt werden !

- Ältere Menschen bekommen oft die Lungensymptome.
- Jüngere Menschen können den LongCovid- Typ (amerikanisch = Long hauler) bekommen !
-> mögliche Symptome: -
 langanhaltene Müdigkeit, Muskel+ Körperschmerzen, verminderte Konzentration,
 starke Kopfschmerzen, gestörter Schlaf, Gedächtnisprobleme, Nachtschweiß,
 Fieber, Atmungsprobleme, verstopfte oder laufende Nase, Zittern, Ängste,
 Persönlichkeitsstörungen, neurologische Symptome, Tinnitus ...
-> oft werden diese nicht im PCR- Test als Covid-19 nachgewiesen,
 weil der Virus in den Organen sitzt

1. Allgemeine Schutzmaßnahmen **Hozzel- Wasser (HOCL), Propolis, Vitamin C, D3, Zink**

- Maske, Abstand, Niesen + Husten in Armbeuge, Händehygiene ist sehr wichtig
 - > aber 85 % der Neuinfizierten in den USA haben diese Regeln sehr gut beachtet
-> Übertragung durch Kontaktflächen ist vollkommen unterschätzt,
 -> Hände sollen außer Haus nie das Gesicht / Brille / Maske berühren
 -> **Handy, Autoschlüssel, Lebensmittelverpackungen, Autogriffe ... desinfizieren !!!**

2. Was sollte man tun, wenn man Verdacht hat, das man infiziert ist, oder bei + PCR- oder AG-Test ?

-> der Virus muss von der 1. Stunde an bekämpft werden, es ist keine Zeit zu verlieren !

1. **Hozzel- Wasser (HOCL)** www.biopure.eu

- > immer wieder, mindestens 4x /Tag in Nase, Auge, Mund sprühen, dabei auch einatmen
 -> Hozzel Wasser besonders gut für Auge und Nase

2. **Propolis: stündlich gurgeln, + nachts** - gut für Hals + Mund www.biopure.eu/ www.imkergut.de

3. **Zink:** Intrazelluläres Zink verhindert Corona- Virus- Wachstum

- > Zink 2x Tag **gleichzeitig** mit einem Zink- Ionophor,
 z.B. Brokkoli- Sprossen- Extrakt, Quercitin, Hinokitiol oder viel Zwiebel einnehmen

4. **Vitamin C:** 4-5x je 1g Vit. C über den Tag verteilt (Mix aus Vit C, Wasser, 1 Orange, 1 TL Honig)

5. **Cystus Tee:** (-*Cistus incanus* - *L. Pandalis*), www.pandalis.de

- > sehr gutes antivirales Mittel gegen Covid-19 , 6-10 Tassen über den Tag verteilt trinken

6. **NoCoV:** - antivirales Kräuter- Komplexpräparat, www.biopure.eu

7. **Vit D3:** 4000 IE pro Tag + **Vitamin K2** 100 µg

8. **8-Kräuterbitter (liposomal):** www.biopure.eu oder z.B. Reformhaus- Bitterstoffe sind wichtig

9. **Summen beim Ausatmen mit geschlossenen Lippen (so oft es geht am Tag)-> tötet Keime**

10. **Wenn der Husten kommt -> Inhalation mit Propolis 2x 5 min /Tag**

- „Propolisverdampfer „Breathe“ von www.vonbienenundblumen.de

11. **Ruhe, viel trinken, viel Obst, viel Gemüse, Zwiebeln. Knoblauch, wilde Heidelbeeren, Beeren, Bananen, Kurkuma/ Ingwer**

12. **Keine Eier, Keine Milch, Kein Käse, Keine Butter, Kein Ghee, Kein Käse, Kein Kaffee.**

13. **Austestung spezieller Kräutermittel, welche das Virus zerstören:**

- > wollen wir in diesem Rahmen nicht aufzeigen !