Protokoll zur Ausleitung der Coronaimpfung und zum Schutz vor dem Shedding-Phänomen (Stand 17.09.2023)

Dr. Alina Lessenich

Dieses Protokoll befindet sich in der ständigen Weiterentwicklung, weitere Infos findet Ihr hier:

Telegram: https://t.me/DrAlinaLessenich

Webseite: https://www.drlessenich.com

„Meine Empfehlungen und Ratschläge geben meine persönliche Meinung wieder. Es handelt sich nicht um einen ärztlichen Rat (ich bin Tierärztin) oder medizinische Therapieempfehlungen. Wenn Ihr über Euren Gesundheitszustand im Unklaren seid oder Zweifel habt, holt bitte ärztlichen Rat ein."

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 auszuleiten.

Diese Anleitung kann darüber hinaus auch von **ungeimpften Menschen** genutzt werden, um sich vor dem sogenannten **„Shedding-Phänomen",** also Symptomen, die bei ungeimpften Menschen nach Kontakt mit geimpften Menschen auftreten, zu schützen.

Teil 1:

Impfausleitung allgemein

Zum Wirkmechanismus der Coronaimpfungen:

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, im Gehirn oder in den Gefäßwänden und damit zu Gewebeschäden und Blutgerinnseln führen, vor allem ausgelöst durch die **Bindung des Spike-Proteins** an bestimmte Rezeptoren, die sogenannten **ACE2- Rezeptoren**, in diesen Geweben.

3. Einer schwedischen Studie zufolge scheint das Spike-Protein sogar in den **Zellkern** zu gelangen, wo es **DNA-Reparaturproteine blockiert**.
   Werden diese Proteine aber daran gehindert, die laufend entstehenden Schädigungen an unserem Erbgut zu reparieren, so steigt in der Folge das Risiko für Brustkrebs, Dickdarmkrebs, Prostatakrebs usw. massiv an.

4. Ein weiterer Mechanismus, über den das Spike-Protein, bzw. die gegen das Spike-Protein gebildeten 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 Beispiel zu nennen

5. Die **Ähnlichkeit** des **Spike-Proteins** zum **Syncytin**, einem Protein, welches zur Bildung der Plazenta benötigt wird, könnte über Autoantikörper gegen Syncytin zu **Unfruchtbarkeit** führen.
   Eine weiterer Grund für eine Unfruchtbarkeit bei beiden Geschlechtern wären durch das Spike-Protein ausgelöste Entzündungen von Eierstöcken und Hoden und eine durch Mikrothromben, durch kleine Blutgerinnsel, ausgelöste Minderdurchblutung der Geschlechtsorgane.

6. 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 Coroanvirus 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.

7. 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 Studien zufolge ca. 70% der Bevölkerung bereits allergisch reagieren. PEG kann allergische Reaktionen, bis hin zum anaphylaktischen Schock auslösen. Zum anderen enthalten die mRNA-Impfstoffe **kationische Lipide,** welche zelltoxisch sind und somit Zellschäden und Entzündungsreaktionen hervorrufen können.

8. In vielen Fällen scheint sowohl das Spike-Protein, welches durch die Coronaimpfung gebildet wird, als auch das Spike-Protein in der Hülle des natürlichen Coronavirus zu einer **Neuroinflammation** und **Mitochondrienschädigung** zu führen. Leitsymptome sind in diesem Fall Fatigue (starke Erschöpfung und allgemeine Schwäche), Brain Fog (Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen), Kopfschmerzen, Schwindel, Depressionen, Angststörungen und Schlafstörungen. Das Thema der **spike-induzierten Neuroinflammation** wird im zweiten Teil dieses Protokolls abgehandelt.

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

Aber auch **ungeimpfte Menschen** berichten zu Tausenden über **Symptome**, wie etwa verstärkte Regelblutungen, starke Regelschmerzen, Hautausschläge, Hautbrennen Schwindel, Herzprobleme, Atemnot etc., nach Kontakt mit Geimpften.

Hier scheint also tatsächlich eine **Übertragung von Spike-Protein** von geimpften auf ungeimpfte Menschen stattzufinden, so dass es auch bei Ungeimpften zu Symptomen kommen kann.

Was können wir tun ?

Oberste Priorität sowohl bei der Impfausleitung, als auch beim Schutz vor bzw. der Behandlung von Shedding-Symptomen, ist es, den Körper vor den **negativen Wirkungen des Spike-Proteins** zu schützen und ihn dabei zu unterstützen, das Spike-Protein möglichst schnell abzubauen und auszuscheiden.

Hinzu kommen bei mit mRNA-Impfstoffen geimpften Menschen die Entgiftung von/der Schutz vor den Auswirkungen der **Lipidnanopartikel**.

Substanzen, die uns vor dem Spike-Protein und dessen negativen Wirkungen schützen können, die die Entgiftung fördern, sowie unsere Biomoleküle bei ihrer Regeneration unterstützen und unser Immunsystem stärken

Hochdosiertes Vitamin C:

Vitamin C ist unser **wichtigstes Antioxidanz,** welches unsere Biomoleküle, wie zum Beispiel unsere DNA und unsere Zellmembranen, vor Oxidation schützen und diese Oxidation sogar wieder rückgängig machen kann, indem es ihnen die fehlenden Elektronen spendet. Zudem ist es in der Lage, **Viren, Bakterien und Toxine** auch direkt **unschädlich** zu machen.

Ich zitiere aus einem Artikel von **Dr. Thomas Levy**, vom 21. Juni 2021, in welchem es um die **Neutralisierung des Spike-Proteins** geht:

„Vitamin C sorgt für eine starke, allgemeine Unterstützung des Immunsystems, während es die Heilung geschädigter Zellen und Gewebe optimal unterstützt. Klinisch ist es das stärkste Antitoxin, welches jemals in der Literatur beschrieben wurde, und es wurde bislang kein Fall publiziert, in welchem eine akute Vergiftung bei richtiger Verabreichung nicht durch Vitamin C neutralisiert werden konnte.

Die kontinuierliche Einnahme hoher Dosen an Vitamin C in all seinen Formen wird sich als die nützlichste Intervention herausstellen, wenn wir es mit einer großen Menge zirkulierenden toxischen Spike-Proteins zu tun haben.“

Soviel zur Bedeutung von Vitamin C, welches entsprechend des **Multi C-Protokolls** von Thomas Levy eingenommen werden sollte. Das heißt, empfehlenswert wäre eine tägliche Einnahme von **mehreren Gramm Vitamin C,** verteilt auf **liposomales Vitamin C, Natriumascorbat** (oder ein anderes konventionelles Vitamin C) und **Ascorbylpalmitat**.

In akuten Fällen sollten diese Mengen mehrfach täglich eingenommen werden (siehe hierzu auch folgendes Video: https://www.bitchute.com/video/S0f7wvkyLl8Q/).

Multi C-Protokoll nach Dr. Thomas Levy:

Dr. Levy rät zu einer täglichen Einnahme von **mehreren Gramm** Vitamin C, verteilt auf

- **Liposomales Vitamin C**, welches **direkt in die Zelle** transportiert wird.

- **Konventionelles Vitamin C** (am besten in Form von Natriumascorbat, welches besonders magenschonend ist), welches den **extrazellulären Raum** mit Vitamin C versorgt und den Magen-Darm-Trakt reinigt.

- Ein **fettlösliches Vitamin C**, welches in Bereiche vordringen kann, in welche das reguläre, wasserlösliche Vitamin C nicht gelangen kann. Ein solcher Bereich sind unsere **Zellmembranen**, die oft oxidativem Stress ausgesetzt sind, und für deren Reparatur es eine **fettlösliche Elektronenquelle** benötigt.

Bezugsquellen:

Liposomales Vitamin C für den intrazellulären Bereich, 1 – 5g täglich:

Vitamin C 500 Ultra LS

https://www.sunday.de/vitamin-c-500mg-ultra-liposomal.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Vitamin C Liposomal 1000

https://www.sunday.de/vitamin-c-liposomal-fluessig.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Konventionelles Vitamin C für den extrazellulären Bereich, mehrere Gramm am Tag:

Achtung !

Für viele Menschen ist **nur Natriumascorbat** für eine Einnahme **größerer Mengen** geeignet, da die anderen Formulierungen in höheren Mengen oftmals zu **Magenschleimhautreizungen** führen.

Natriumascorbat in Pulverform, 1000mg

https://de.iherb.com/pr/california-gold-nutrition-buffered-gold-c-non-acidic-vitamin-c-powder-sodium-ascorbate-8-40-oz-238-g/82704?rcode=CCF8451

Natriumascorbat in Kapselform, 850mg

https://de.iherb.com/pr/nutribiotic-immunity-sodium-ascorbate-250-vegan-capsules/99109?rcode=CCF8451

Vitamin C 1000 Ultra, 1000mg

https://www.sunday.de/vitamin-c-1000mg-ultra-hochdosiert-natuerlich.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Fettlösliches Ascorbylpalmitat zum Schutz der Zellmembranen, 1 bis 3g täglich

Vitamin C Ascorbylpalmitat, 500mg

https://www.sunday.de/vitamin-c-ascorbylpalmitat.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Magnesium:

Magnesium ist an ca. **80% aller Stoffwechselfunktionen**, an unserer **Energieproduktion** und an der **Produktion** von **Eiweißen** und unserer **Erbsubstanz** beteiligt.

Und Magnesium verhindert als **Gegenspieler von Calcium** intrazellulären **oxidativen Stress**. **99%** des Magnesiums im Körper befindet sich **innerhalb der Zelle** und sorgt hier unter anderem dafür, dass **Calcium** nicht in zu großen Mengen **in die Zelle einströmen kann**. Diese Funktion von Magnesium ist essentiell, um eine **Schädigung von Zellen** und die Entstehung von **Entzündungen** und **chronischen Erkrankungen** zu verhindern, da ein **„Zuviel“** an Calcium **innerhalb der Zelle** zur Bildung der Substanz **Peroxynitrit** führt, welche Zellorganellen und die DNA schädigt.

Zudem wirken **Vitamin C** und **Magnesium synergistisch**, verstärken sich also gegenseitig in ihrer Wirkung, wenn es darum geht, **Viren** oder **Bakterien abzutöten**.

Ein Zitat von **Dr. Thomas Levy** fasst die außerordentlich wichtige **Bedeutung** von Magnesium **für unsere Gesundheit** zusammen:

„Viele verschiedene Substanzen fördern unsere Gesundheit. **Magnesium** steht jedoch, **zusammen mit Vitamin C, über allen anderen Supplementen**.

Natürlich gibt es **viele verschiedene Vitamine, Mineralstoffe** und **andere Nährstoffe**, die eine **gute Gesundheit** massiv **unterstützen,** und die ganz wunderbar für eine **regelmäßige Einnahme** geeignet sind.

Aber **kein Behandlungs- und/oder Nahrungsergänzungsmittelprotokoll** wird jemals zu optimaler Gesundheit führen, **solange Magnesium** und **Vitamin C** nicht ebenfalls in ausreichender Menge **regelmäßig supplementiert** werden."

Und noch einmal Dr. Levy:

„Es gibt wohl **kein einziges Molekül,** welches **lebenserhaltender** und **gesundheitsfördernder** ist als Magnesium."

Da es Studien zufolge ca. **80% der Bevölkerung** an Magnesium **mangelt**, ist eine **tägliche Substituierung** von zumindest **300 bis 400mg** essentiell. Viele Menschen müssen für eine ausreichende Versorgung heutzutage aber sogar **600 bis 1000mg** Magnesium am Tag zu sich nehmen.

Achtung !

Bei Magnesium ist eine **Überdosierung** möglich, diese zeigt sich in Müdigkeit, Blutdruckabfall, Muskelschwäche, nachlassenden Reflexen und abgeflachter Atmung.

Magnesium hat jedoch bei **oraler Aufnahme** einen **sehr großen Sicherheitsbereich** und in der Regel sind Menschen mit **normaler Nierenfunktion** vor einer Überdosierung geschützt, da es zu Durchfall kommt, bevor eine **generalisierte Magnesiumtoxizität** entsteht.

Kritisch werden kann es allenfalls bei **eingeschränkter Nierenfunktion** und bei - vor allem älteren - Patienten mit **chronischer Verstopfung.**

Besonders empfehlenswert ist die Einnahme von **Magnesiumglycinat**, in welchem das Magnesium an die **Aminosäure Glycin** gebunden ist. In dieser Form ist Magnesium sehr gut **bioverfügbar** und besonders gut **verträglich**. Außerdem benötigt unser Körper Glycin für die **Synthese** unseres wichtigsten **Entgiftungsmoleküls Glutathion** und für die Synthese von **Kollagen**, so dass eine **zusätzliche Glycinquelle** immer eine gute Idee ist.

Da die **unterschiedlichen Magnesiumformulierungen** eine etwas **unterschiedliche Wirkung** im Körper haben – **Magnesiumthreonat** wurde zum Beispiel dafür entwickelt, die **Blut-Hirn-Schranke zu überwinden** und es ist somit in der Lage, die Hirnleistung positiv zu beeinflussen und guten Schlaf zu fördern, **Magnesiumchlorid** hat eine starke **antivirale Wirkung** etc. – ist es durchaus empfehlenswert, regelmäßig **mehrere Formen** von Magnesium einzunehmen.

Mein Weg ist es, **im Wechsel Magnesiumglycinat** und eine **Magnesiummischung** einzunehmen.

Bezugsquellen:

Magnesium Glycinat Kapseln

https://www.sunday.de/magnesium-glycinat-kapseln.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Magnesium Komplex 9 Ultra

https://www.sunday.de/mg-komplex-9-ultra-kapseln.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Magnesium Sieben

https://www.lebenskraftpur.de/produkte/magnesium-7-kapseln?sProdukt=10359

Vitamin D:

Gerade in Zeiten von Corona hat das Wissen um die Wirksamkeit und die Dosierung von Vitamin D eine enorme Bedeutung.

Leider wird uns von offizieller Seite nicht gesagt, wie wichtig **Vitamin D** für unser **Immunsystem** und für die **Infektionsprophylaxe** ist. Dabei lassen sich die allermeisten Infekte durch eine **tägliche Vitamin D-Einnahme** verhindern und, sollte man dennoch erkranken, so ist bei ausreichend hohem Vitamin-D Spiegel mit einem viel milderen Verlauf zu rechnen.

Ein Vitamin-D Spiegel zwischen **60 und 80ng/ml** ist als gut zu bezeichnen, hervorragend wäre ein Spiegel zwischen **80 und 100ng/ml** (einige Ärzte für funktionelle Medizin plädieren sogar für einen Vitamin-D Spiegel zwischen **100 und 120ng/ml).**

Da in unseren Breitengraden ein Großteil der Bevölkerung einen Vitamin-D Mangel hat, ist in vielen Fällen eine tägliche Einnahme von **5000 bis 10 000 IE Vitamin D** erforderlich, um einen ausreichend hohen Spiegel zu erreichen und zu erhalten.

Um die erforderliche tägliche Dosis zu bestimmen, sollten **Blutkontrollen** durchgeführt werden.

Bezugsquellen:

Vitamin D3 und K2, 2500IE, 100µg

https://www.sunday.de/vitamin-d3-2500-plus-k2-mk7-100mcg-100-prozent-all-trans.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Vitamin D3 und K2, 5000IE, 200µg

https://www.sunday.de/vitamin-d3-5000-plus-k2-mk7-200mcg-100-prozent-all-trans.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Glutathion:

Glutathion ist nicht nur eines unserer **wichtigsten Antioxidantien**, sondern wird oft auch als „**Master Detoxifyer“,** als „**Meister der Entgiftung“,** bezeichnet. Aus diesem Grund findet man auch die größten Mengen an Glutathion in der Leber, unserem wichtigsten Entgiftungsorgan, aber auch das Gehirn enthält große Mengen an Glutathion.

Glutathion ist essentiell für die **Entgiftung des Spike-Proteins** und der **Lipidnanopartikel**.

Da Glutathion aus konventionellen Glutathionpräparaten zum größten Teil bereits im Magen-Darm-Trakt abgebaut wird und so den Wirkort, zum Beispiel die Leber, nicht erreicht, müssen wir, um den Glutathionspiegel zu erhöhen, beim Glutathion in jedem Fall ein **liposomales Glutathionpräparat** wählen.

Bezugsquellen:

Glutathion Liposomal Kapseln, 150mg

https://www.sunday.de/glutathion-liposomal-kapseln-150mg.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Clean Slate:

Eine weitere Möglichkeit, um **Shedding-Symptomen** und **Impfnebenwirkungen** entgegenzuwirken, sind die Entgiftungstropfen **„Clean Slate“,** die in der Lage sein sollen, Schwermetalle und andere Toxine aus dem **ganzen Körper** zu entgiften.

Clean Slate unterstützt die **passive Ausleitung von Umwelttoxinen** und **Schwermetallen** aus dem gesamten Körper, es unterstützt die **Reduktion von Entzündungen** und es erhöht die **Absorption von Mikronährstoffen**, indem es Toxine entfernt, die die Bindungsstellen von Nährstoffen blockieren können.

Die Dosierung liegt bei **2xtgl 10 Tropfen**.

Achtung !

Da dieses Produkt eine stark entgiftende Wirkung hat, kann es in einigen Fällen zu Beginn der Einnahme zu **Entgiftungssymptomen**, wie Kopfschmerzen, Erschöpfung, Übelkeit, Durchfällen etc. kommen. Deshalb wird empfohlen, mit **2xtgl 2 Tropfen** zu beginnen, und dann langsam auf bis zu 2xtgl 10 Tropfen zu steigern, und während der Dauer der Anwendung ausreichend zu trinken.

Clean Slate ist zur **dauerhaften Einnahme/Entgiftung** gedacht. Zu beachten ist lediglich, dass zu Medikamenten und Supplementen ein **zeitlicher Abstand von ca. 1 Stunde** eingehalten werden sollte.

Empfehlenswert ist die Einnahme morgens auf nüchternen Magen und abends vor dem Schlafengehen.

Bezugsquelle:

“Clean Slate”

www.therootbrands.com/graphene-detox

Quercetin und Zink:

Neben anderen wichtigen Funktionen ist Zink in der Lage, die **Virusreplikation zu blockieren,** indem es die **RNA-abhängige-RNA-Polymerase** innerhalb der Zelle hemmt.

Bei der Behandlung einer Coronaerkrankung mit Hydroxychloroquin (HCQ) ist Zink essentiell für die Wirkung – HCQ alleine kann die gewünschte Wirkung nicht erzielen.

Das HCQ agiert als Zink-Ionophor und transportiert Zink in die Zelle hinein, wo dieses dann seine Wirkung entfalten und die Virusvermehrung blockieren kann.

Menschen, die keinen Zugang zu Hydroxychloroquin haben, können das HCQ durch **Quercetin**, einen Pflanzenfarbstoff, der antiviral und antientzündlich wirkt, ersetzen, da auch dieses, vor allem **in Kombination mit Vitamin C,** als **Zink-Ionophor** wirkt.

Die **regelmäßige Einnahme von Quercetin und Zink ist** insbesondere für geimpfte Menschen wichtig.

Denn bei geimpften Menschen kann es durch die **antikörperabhängige Verstärkung** bei Kontakt mit dem Wildvirus zu einem besonders schweren Verlauf der Coronaerkrankung kommen.

Je größer die Viruslast, die auf einen geimpften Menschen einwirkt, desto stärker die **überschießende Immunreaktion** seines Körpers.

Das heißt, für geimpfte Menschen ist es extrem wichtig, dass sie möglichst **nicht mehr an Corona** erkranken und dass, wenn sie mit einem Coronavirus in Kontakt kommen, dieses sich möglichst nicht in ihrem Körper vermehren kann.

Da die Kombination aus Quercetin und Zink diese Vermehrung verhindert, ist eine regelmäßige Einnahme für geimpfte Menschen enorm wichtig.

Die wichtige Wirkung von Quercetin in Bezug auf das Spike-Protein ergibt sich aus seiner **Wirkung auf den ACE2-Rezeptor**. Quercetin verhindert die Bindung des Spike-Proteins an diesen Rezeptor und verhindert somit auch einen Teil seiner schädigenden Wirkungen.

Empfohlen wird die tägliche Einnahme von **30 – 50mg Zink** und **500 – 1000mg Quercetin** (je nach Präparat, bei **liposomalen Produkten** mit ihrer wesentlich höheren Effektivität können **250mg Quercetin/Tag** durchaus ausreichen).

Bezugsquellen:

Zink:

Achtung !:

Bei Einnahme eines Multivitaminpräparates, welches ebenfalls Zink enthält, ist die Menge des Zink-Monopräparates entsprechend anzupassen !

Zink, 20mg

https://www.sunday.de/zink-kapseln-20-hochdosiert-guavenblatt-extrakt.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Quercetin:

Liposomal:

Liposomales Quercetin, 300mg

https://mighty-elements.de/product/liposomales-quercetin-300mg-hochdosiert-vegan-ohne-alkohol-natuerlich-laktosefrei/ref/5/

Quercetin Liposomal Kapseln, 250mg

https://www.sunday.de/quercetin-liposomal-kapseln-250mg.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Konventionell:

Quercetin, 500mg

https://www.sunday.de/quercetin-kapseln-500mg-natuerlich-sophora-japonica.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Kiefernadeltee:

Kiefernadeltee enthält extrem viel Vitamin C und ist eines der **stärksten bekannten Antioxidantien.** Er wirkt antiviral, antibakteriell, antifungal (gegen Pilze), und antientzündlich und soll auch Parasiten abtöten.

Des Weiteren hat er eine sehr positive Wirkung bei der **Therapie von Atemwegserkrankungen** und löst Schleim.

Besonders wichtig, was die negativen Wirkungen des Spike-Proteins angeht, ist der Gehalt an **Shikimisäure** und **Suramin**.

Shikimisäure wird aus Sternanis extrahiert, um das Grippemittel Tamiflu herzustellen, ist aber auch in Kiefernnadeln enthalten, und wirkt - genauso wie **Suramin** - der Bildung von Blutgerinnseln entgegen.

Man kann reinen Kiefernadeltee trinken oder aber die Kiefernadeln noch mit Sternanis und Fenchel, welche ebenfalls beide Shikimisäure enthalten, kombinieren.

Achtung !:

Schwangere sollten bitte in keinem Fall Kiefernadeltee trinken, weil er eventuell zu Aborten führen kann !

Bezugsquelle:

Bio Kiefernnadeltee Pur

https://www.lebenskraftpur.de/Bio-Kiefernnadeltee-Pur?produkt=10359

Nattokinase:

Nattokinase ist ein **Enzym**, welches aus Natto, einem japanischen Gericht bestehend aus fermentierten Sojabohnen, extrahiert wird.

Dieses Enzym ist in der Lage, **Blutgerinnsel aufzulösen** und Arterienwände von **arteriosklerotischen Plaques** zu befreien.

Studien zeigen, dass es den Blutfluss im Körper um **bis zu 62%** steigern kann.

Zudem ist Nattokinase als **Protease** (eiweißabbauendes Enzym) einer japanischen Studie zufolge in der Lage, **das Spike-Protein abzubauen**, und kann somit sowohl bei einer **Coronainfektion**, als auch nach einer **Coronaimpfung** hilfreich sein.

Achtung !:

Nattokinase sollte nicht zusammen mit Blutverdünnern und nicht von Schwangeren und stillenden Müttern eingenommen werden !

Bezugsquelle:

Nattokinase Kapseln, 2000 FU (Fibrinolytische Einheiten)

https://www.sunday.de/nattokinase-2000-kapseln-vegan.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Omega-3:

Omega-3-Fettsäuren sind essentiell für **höhere Hirnfunktionen**, wie abstraktes Denkvermögen, Konzentrationsfähigkeit, Erinnerungsvermögen und Sozialverhalten.

Besonders wichtig im Zusammenhang mit COVID und COVID-Impfstoffen ist jedoch vor allem ihre Wirkung auf die **Herz- und Gefäßgesundheit**. Sie senken den Blutdruck, fördern die Durchblutung und wirken sich positiv auf die Fließfähigkeiten des Blutes aus.

Fernen **hemmen sie entzündliche Vorgänge** im Körper und spielen eine enorm große Rolle bei der **Gesunderhaltung der Zellmembranen**. Sie halten diese elastisch und permeabel, so dass Mikronährstoffe in die Zelle aufgenommen werden können.

Studien zeigen, dass bei um die 75% der Bevölkerung ein Mangel an Omega-3 Fettsäuren besteht, der durch Substituierung behoben werden sollte.

Eine Fettsäureanalyse gibt Auskunft über das Verhältnis von Omega-3 zu Omega-6 Fettsäuren.

Dieses Verhältnis sollte bei **1 zu 3** oder darunter liegen, da ein Übermaß an Omega-6 Fettsäuren Entzündungen, Herzinfarkte, Schlaganfälle oder die Entstehung von Krebs begünstigt, liegt aber bei vielen Menschen bei 1 zu 10, 1 zu 15 oder gar 1 zu 25.

Achtung !:

Omega-3 Fettsäuren müssen aus **marinen Quellen** stammen, also aus **Fischöl** oder **Algenöl**, da unser Körper nicht in der Lage ist, die pflanzliche Omega-3 Fettsäure Alpha Linolensäure in die längerkettigen Omega-3 Fettsäuren **EPA** – **Eicosapentaensäure** – und **DHA** – **Docosahexaensäure** -, umzuwandeln.

Die tägliche Dosis an **EPA** und **DHA** sollte nicht unter **2000mg** liegen.

Bezugsquelle:

Omega-3, 2000mg (am besten das Fisch- oder das Algen**öl** auswählen, da nur die Öle auf 2000mg EPA/DHA pro Tag ausgelegt sind)

https://www.norsan.de/?norsan=433

Falls Ihr ein anderes Omega-3-Produkt einnehmt, achtet bitte darauf, dass Ihr auf insgesamt **2000mg EPA** und **DHA** pro Tag kommt.

NAC:

NAC (N-Acetylcystein) ist eine **Vorstufe von Glutathion**, hat aber zudem auch eigenständige Wirkungen in Bezug auf **COVID** und das **Spike-Protein.**

Es wirkt antiviral, antientzündlich und wirkt überschießenden Immunreaktionen entgegen. Außerdem schützt es vor **Lungenschäden** und **Blutgerinnseln**.

Zudem förderte es die **Regeneration** einer durch das Spike-Protein geschädigten **Blut-Hirn-Schranke.**

NAC kann nicht nur bei einer **Coronaerkrankung**, sondern auch nach einer **Coronaimpfung** und bei **Shedding-Symptomen** eingenommen werden.

Die Dosierung beträgt 1 Kapsel à **600mg 1 x 2xtgl**. In akuten Fällen kann diese Dosis **kurzfristig** auf 4 – 5xtgl 600mg erhöht werden.

Bezugsquellen:

NAC Kapseln, 600mg

https://www.sunday.de/nac-n-acetyl-cystein-kapseln.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

NAC Pulver, 900mg

https://www.sunday.de/nac-n-acetyl-cystein-pulver.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Löwenzahn:

Löwenzahn ist laut einer Studie der Uni Freiburg und der TU München vom März 2021 in der Lage, die **Bindung des Spike-Proteins** an den **ACE2-Rezeptor** in Lungen- und Nierenzellen zu blockieren.

Für diese Studie wurde ein **Löwenzahnextrakt** auf Wasserbasis an menschlichen Lungen- und Nierenzellen getestet und es konnte gezeigt werden, dass dieser Extrakt die Interaktion zwischen dem Spike-Protein und dem ACE2-Rezeptor und somit auch die negativen Wirkungen, die durch eine Bindung des Spike-Proteins an den ACE2-Rezeptor entstehen, wie zum Beispiel Entzündungsreaktionen oder Mikrothromben, verhindert.

Einige Ärzte, die Löwenzahn bei **Shedding-Symptomen** und **Impfnebenwirkungen** einsetzen, berichten über sehr positive Behandlungsergebnisse.

Darüber hinaus ist Löwenzahn seit Jahrhunderten als **Leberheilmittel** bekannt, welches den **Gallenfluss fördert**, **Entzündungen entgegenwirkt** und die **Leberentgiftung unterstützt**.

Auch aus diesem Grund ist die Einnahme von Löwenzahn empfehlenswert, weil wir, indem wir unsere Leber unterstützen, ebenfalls die Entgiftung und Ausleitung des Spike-Proteins und anderer toxischer Stoffe vorantreiben.

Bezugsquelle:

Löwenzahn Blätter Auszug

https://www.waldkraft.bio/loewenzahn-blaetter-auszug-tinktur-50-ml?number=WK10297&sPartner=detox

Mit dem Gutscheincode „Detox“ erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Waldkraft !

Kurkumin:

Eine ähnliche Wirkung auf das Spike-Protein wie der Löwenzahn hat auch **Kurkumin**, ein in Kurkuma enthaltener **bioaktiver Pflanzenfarbstoff**.

Kurkumin unterstützt die Gallenbildung und damit die Leber und es wirkt antiviral, antioxidativ, antientzündlich und fiebersenkend.

Da Kurkumin bereits Wirksamkeit bei **Viruserkrankungen**, wie HIV, Dengue Fieber oder Influenza, gezeigt hat, lag die Vermutung nahe, dass es auch gegen **SARS-CoV-2** wirksam sein würde.

Eine im August 2020 veröffentlichte Studie zeigt, dass Kurkumin sich sowohl an das **Spike-Protein**, als auch an den **ACE2-Rezeptor** bindet und somit wahrscheinlich sowohl in der Lage ist, die Aufnahme des Coronavirus in die Wirtszelle und damit auch seine Vermehrung zu verhindern, als auch in der Lage ist, den Körper vor den schädlichen Auswirkungen des Spike-Proteins zu schützen.

Kurkumin kann also, wie es aussieht, sowohl zur Prophylaxe und Behandlung einer SARS-CoV-2 Infektion, als auch zur Behandlung von und zum Schutz vor Impfnebenwirkungen und Shedding-Symptomen genutzt werden.

Bezugsquellen:

Liposomal:

Liposomales Curcumin, 250mg

https://mighty-elements.de/product/liposomales-curcumin-250mg-hochdosiert-vegan-ohne-alkohol-natuerlich-laktosefrei/ref/5/

Curcumin Liposomal, 200mg

https://www.sunday.de/curcumin-liposomal-fluessig.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Konventionell:

Curcuma 16 000 Forte Kapseln, 311mg

https://www.sunday.de/curcuma-16000-forte-extrakt-pulver-kapseln.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Kombipräparat:

„Restore“: Curcumin, Schwarzkümmelöl, Aloe Vera, Resveratrol etc., 175mg, 175mg, 10mg, 100mg

www.therootbrands.com/graphene-detox

Kolloidale Metalle:

Als **„Kolloide“** bezeichnet man mikroskopisch kleine, in einem Dispersionsmedium, wie zum Beispiel Wasser, gelöste Teilchen.

Bei **kolloidalen Metallen** handelt es sich um zwischen **1 und 20nm große Metallpartikel**, die in Wasser schweben, und die durch ihre geringe Größe Zellmembranen mühelos passieren und direkt in die Zelle gelangen können, ohne sich dabei im Körper abzulagern.

Der Körper nimmt sich nur das, was er braucht, und scheidet den Überschuss direkt wieder aus, so dass **keine Gefahr der Überdosierung** besteht.

Ähnlich wie bei den Mikronährstoffen, so haben wir mittlerweile auch bei den meisten Metallen eine **Mangelsituation**, da sie immer mehr aus unseren Böden ausgewaschen wurden.

Unser Körper benötigt aber auch Metalle, um reibungslos funktionieren zu können. Auch wenn es vielen von uns eher fremd sein mag: Unser Körper braucht Gold, Platin, Germanium, Tantal und viele weitere Metalle mehr.

Eine ausreichende Versorgung mit Metallen steigert unsere **körperliche Vitalität** und unsere **geistige Klarheit.**

Und sie steigert unsere **Entgiftungs- und Reparaturkapazitäten**, insbesondere bei Belastungen mit Impfstoffen.

Zur Ausleitung **„normaler“ Impfstoffe**, also aller bislang zugelassenen Impfstoffe mit Ausnahme der Coronaimpfstoffe, ist die Kombination der Metalle **Kupfer, Zink und Tantal** in kolloidaler Form optimal – für Erwachsene, wie auch für Kinder.

Kupfer ist eines unserer wichtigsten Elemente für unser Immunsystem, unser Nervensystem und unser Hormonsystem.

Zink ist für die Funktion von über 200 Enzymen lebensnotwendig, genauso wie für unser Immunsystem und die Zellregeneration.

Außerdem hemmt Zink in der Zelle die Virusvermehrung. Die Menge an Zink in unseren Zellen lässt sich zum Beispiel mit Hilfe von Hydroxychloroquin und Quercetin erhöhen, da diese als Zink-Ionophore Zink in die Zelle hinein transportieren.

Zink in kolloidaler Form hingegen kann jedoch ganz leicht auch alleine die Zellmembran passieren, in die Zelle gelangen und dort seine antivirale Wirkung entfalten.

Das Metall **Tantal** ist der **Entgifter** schlechthin. Es entgiftet so gut wie jede Art von Umweltgift, unter anderem Schwermetalle, Glyphosat, Formaldehyd und Holzschutzmittel.

Diese drei Metalle in kolloidaler Form stellen eine hochwirksame Kombination zur **Impfausleitung** und **Ganzkörperentgiftung** dar.

Um den Nebenwirkungen der Coronaimpfungen entgegenzuwirken sind zwei weitere kolloidale Metalle wichtig.

Wie uns mittlerweile viele Ärzte, die das Blut ihrer Patienten mit Hilfe der **Dunkelfeldmikroskopie** untersuchen, berichten, lagern sich die Erythrozyten, die roten Blutkörperchen, von Corona-geimpften Menschen aneinander, ein Phänomen, welches als „**Rouleauxbildung",** als „**Geldrollenbildung**", bezeichnet wird.

Dieses kann bei geimpften Menschen zu einer Störung der Mikrozirkulation und zu Sauerstoffmangel führen.

Gesunde Erythrozyten stoßen sich aufgrund ihrer Ladung voneinander ab. Durch die Coronaimpfung verlieren die roten Blutkörperchen wie es aussieht aber an Energie und somit auch an Ladung, so dass sie sich nun zusammenlagern.

Die kolloidalen Metalle **Eisen** und **Germanium** könnten hier Abhilfe schaffen. Sie wirken sich extrem positiv auf **Sauerstoffaufnahme, Sauerstofftransport** und **Zellenergie** aus und sie verbessern die **Fließfähigkeit des Blutes** und damit die **Mikrozirkulation.**

Diese beiden – Eisen und Germanium – könnten also eine große Hilfe bei der Behandlung von **Nebenwirkungen der Coronaimpfstoffe** sein, in jedem Fall aber verbessern sie Durchblutung und Sauerstoffversorgung von Zellen und Organen.

Wer Näheres zu den kolloidalen Metallen erfahren möchte, der schaue doch gerne folgendes Interview:

„Kolloidale Metalle zur Impfausleitung, Gehirn- und Zirbeldrüsenaktivierung"

https://www.bitchute.com/video/WBOrTNuk7krc/

Bezugsquellen:

Spezial-Set Impfstoffausleitung allgemein

https://trimedea.com/spezial-set-impfstoffausleitung-detox_t0713-q23/?ref=Q23

Spezial-Set Impfstoffausleitung inklusive Coronaimpfungen

https://trimedea.com/impfstoffausleitung-und-blutqualitaet-t0713-q23/

B-Vitamine:

B-Vitamine werden in diesen Zeiten insbesondere zur **Stressreduktion** benötigt. Unter anderem schützen sie unser **Nervensystem** und unterstützen seine Funktion.

Darüber hinaus spielen sie eine wichtige Rolle bei der **Behandlung von Impfschäden** durch herkömmliche Impfstoffe und bei der Behandlung von nach der Coronaimpfung auftretenden **Erschöpfungszuständen**.

Eine zusätzliche Einnahme von **Vitamin B12** kann insbesondere für Vegetarier und Veganer hilfreich sein, kann aber auch bei Fleischessern deutlich positive Wirkungen auf das Energieniveau haben.

Bezugsquellen:

Liposomal

Liposomaler Vitamin B-Komplex

https://mighty-elements.de/product/liposomaler-vitamin-b-komplex-i-sanddorn-i-250-ml-drachenfrucht-i-hochdosiert-i-b1-b2-b3-b5-b6-biotin-folsaeure-b12-i-hohe-bioverfuegbarkeit-i-fluessig-i-ohne-zusaetze-vegan/ref/5/

Konventionell:

Vitamin B-Komplex Bioaktiv Hochdosiert

https://www.sunday.de/b-komplex-bioaktiv-hochdosiert-kofaktoren.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Vitamin B-Komplex

https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-B-Komplex?produkt=10359

Flüssiges Vitamin B12:

Vitamin B12 Tropfen, 1000µg

https://www.sunday.de/b12-tropfen-mh3a-formel-bioaktiv-1000-hochdosiert.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Vitamin B 12 Komplex

https://www.lebenskraftpur.de/Vitamin-B12-Komplex?produkt=10359

Multivitamin:

Wichtig wäre auch die Einnahme eines Multivitaminpräparates, um die Grundversorgung mit Selen, Mangan, Kupfer, Vitamin A, Vitamin E etc. zu gewährleisten.

Ein Präparat, welches angemessene Mengen dieser Mikronährstoffe enthält, ist folgendes:

Bezugsquellen:

All in One, One a Day

https://www.sunday.de/multivitamin-essentials-one-a-day.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Dieses sind die Maßnahmen, die man selber Zuhause durchführen kann, um sich vor Impfnebenwirkungen und Shedding-Symptomen zu schützen.

Wie lange sind die Maßnahmen dieses Protokolls erforderlich ?

Solange das **Spike-Protein** im **Körper geimpfter Menschen** zirkuliert, solange sollten diese ihren Körper auch vor seinen schädigenden Wirkungen schützen und seine Eliminierung vorantreiben.

Da die Möglichkeit besteht, dass Geimpfte über mehrere Monate hinweg in großer Menge Spike-Proteine produzieren oder die Impfung sogar in die DNA eingebaut wird, ist eine **langfristige Anwendung** der Maßnahmen sinnvoll und – wie sich in der Praxis zeigt – in vielen Fällen auch notwendig.

Das Gleiche gilt im Prinzip für **Ungeimpfte**. Solange wir nicht genau wissen, ob beim Kontakt mit Geimpften Spike-Protein übertragen wird und in welcher Menge es übertragen wird, ist es empfehlenswert, sich zu schützen.

Ob diese Maßnahmen wirklich in der Lage sind, die Effekte der Impfung zu neutralisieren und die Shedding-Symptome zu verhindern, bleibt abzuwarten, eine wichtige Unterstützung für den Körper sind sie in jedem Fall.

Teil 2 (Kurzfassung siehe Seite 38):

Neuroinflammation und Mitochondriopathie bei Long COVID und Post-Vakzin-Syndrom

In den letzten Wochen und Monaten erhalten wir zunehmend Zuschriften von Menschen, die nach der Coronaimpfung über Wochen und Monate an „Fatigue“ (massiver Erschöpfung und allgemeiner Schwäche), „Brain Fog“ (Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen),

Kopfschmerzen, Schwindel, Schlafstörungen, Wahrnehmungsstörungen, Empfindungsstörungen, Depressionen und/oder Angstzuständen leiden.

Auch Wochen und Monate nach einer Coronainfektion können solche Symptome (neben Symptomen des Atemtraktes, des Herzkreislaufsystems etc., die einer schulmedizinischen Abklärung bedürfen und hier nicht weiter besprochen werden) persistieren, also weiterhin anhalten, oder sie können neu entstehen, und werden dann unter dem Begriff „Long COVID“ zusammengefasst. Bei Long COVID kommen zu den eben beschriebenen Symptomen oftmals noch Geruchs- und Geschmacksverluste hinzu.

Medizinische Untersuchungen bleiben in diesen Fällen oftmals „ohne besonderen Befund“.

Im Blutbild zeigen sich keine Veränderungen, bildgebende Verfahren bringen ebenfalls kein Ergebnis und immer wieder hören wir, dass Menschen gesagt bekommen, ihre Symptome seien psychischer Natur.

Dabei gibt es sehr wohl eine physische Erklärung für diese Symptome, inklusive der Depressionen und Angststörungen.

Um diese physischen Ursachen für den beschriebenen Symptomkomplex und um mögliche Lösungsansätze geht es in diesem Protokoll.

Selbstverständlich sollten persistierende Symptome schulmedizinisch abgeklärt werden, um nicht etwa schwere Erkrankungen, wie zum Beispiel eine Thrombose oder eine Myokarditis, eine Herzmuskelentzündung, zu übersehen.

Bleiben die schulmedizinischen Untersuchungen jedoch ohne Ergebnis und ohne Therapieansatz, so kann der in diesem Protokoll vorgestellte Ansatz Erklärung und Hilfestellung auf dem Weg der Heilung sein.

Welche Folgen kann eine Coronaimpfung oder eine Infektion mit dem Coronavirus für unser Gehirn haben ?

Zur Coronaimpfung:

Bei einer Coronaimpfung wird **synthetisches, genetisches Material** des Coronavirus injiziert, welches die Zellen geimpfter Menschen dazu veranlasst, **das Spike-Protein,** ein Hüllprotein des Coronavirus, zu produzieren.

Im nächsten Schritt soll der Körper dann **Antikörper gegen das Spike-Protein** bilden, damit bei einer Infektion mit einem Coronavirus dieses möglichst schnell unschädlich gemacht werden kann.

Das Problem dabei:

Wie wir mittlerweile wissen ist das Spike-Protein ein **„toxisches Protein“,** welches unter anderem Thrombosen und Gewebsentzündungen verursachen kann (siehe Teil 1 dieses Protokolls).

Durch die Coronaimpfung wird dieses Protein in wesentlich größerer Menge gebildet, als es bei einer natürlichen Infektion mit dem Coronavirus der Fall wäre, und es handelt sich hier um ein **genetisch modifiziertes**, nicht um ein natürliches **Spike-Protein**, welches eine wesentlich **stärkere schädigende Wirkung** zu haben scheint.

Außerdem wird durch die Impfung das genetische Material zur Bildung des Spike-Proteins unter Umgehung der äußeren Abwehrmechanismen **direkt in den Körper** verbracht, so dass das Spike-Protein nach der Impfung **im Blut zirkuliert**, wie in Studien gezeigt werden konnte.

Studien zeigen auch, dass dieses schädliche Protein die **Blut-Hirn-Schranke überwinden** und **ins Gehirn gelangen** kann, wo es in der Folge **Entzündungsprozesse** auslöst, wie mittlerweile von mehreren Pathologen bestätigt.

Des Weiteren scheinen nicht nur die durch die Impfung gebildeten Spike-Proteine, sondern auch die **mRNA-Impfstoffe** selber in der Lage zu sein, ins Gehirn zu gelangen.

Im Rahmen der offiziellen **„Biodistribution Study“** der Firma Pfizer konnten die, die mRNA umhüllenden, **Lipidnanopartikel** bereits eine knappe halbe Stunde nach Injektion des Impfstoffes im Gehirn nachgewiesen werden.

Das könnte bedeuten, dass auch **unser Gehirn** nach der Impfung (zumindest nach Impfung mit den mRNA-Impfstoffen) **Spike-Proteine produziert**, welche im Gehirn zu Gewebsschäden und Entzündungsprozessen führen können.

Zudem wird auch den, in den mRNA-Impfstoffen enthaltenen, Lipidnanopartikeln, insbesondere den **kationischen Lipiden,** eine **hohe Zelltoxizität** zugeschrieben.

Zur Coronaerkrankung:

Nach einer Coronaimpfung können die **mRNA,** die **Lipidnanopartikel** und das **Spike-Protein** über das Blut ins Gehirn gelangen.

Was aber passiert bei einer **Coronainfektion** ?

Bei einer Infektion der oberen Atemwege mit dem Coronavirus scheint dieses in der Lage zu sein, über den **Nervus olfactorius**, den Riechnerv, **ins Gehirn** zu gelangen, wobei es dann auch zu den, bei einer Coronainfektion oft beobachteten, **Geruchs- und Geschmacksverlusten** kommen kann.

Zudem kann das Spike-Protein auch bei einer natürlichen Infektion **ins Blut** (auch bei einer Infektion mit dem Coronavirus kann es zu Gefäßentzündungen und Thrombosen kommen, allerdings wesentlich seltener als bei einer Coronaimpfung) und damit dann auch **ins Gehirn** gelangen.

Was bewirken Spike-Proteine und Lipidnanopartikel in unserem Gehirn ?

Sie können zu **Neuroinflammation** und **Mitochondriopathie** und damit zu den eingangs beschriebenen Symptomen führen.

Insbesondere das **Spike-Protein** scheint **Entzündungsprozesse** im Gehirn auszulösen, in deren Rahmen es:

- zu **oxidativem Stress** kommt, bei welchem **freie Radikale** unsere Biomoleküle, wie Zellmembranen, Zellorganellen (zum Beispiel die Mitochondrien, die Energiekraftwerke unserer Zellen) oder unsere DNA oxidieren und sie auf diese Weise schädigen oder sogar zerstören

- zu einem **Mangel an Neurotransmittern,** wie Serotonin und Dopamin, kommt

- zu einem **Mangel an „Grundbausteinen" und „Hilfsstoffen"** für die Bildung von Neurotransmittern und die Funktion von Mitochondrien kommt

- **Mitochondrien** (die Energiekraftwerke unserer Zellen) direkt durch das Spike-Protein **geschädigt** und/oder **zerstört** werden

- zu einer **Schädigung der Blut-Hirn-Schranke** kommt

Zunächst ein Wort zur Neuroinflammation:

Der Begriff **„Neuroinflammation"** steht nicht für hochakute, entzündliche Prozesse des Gehirns, wie zum Beispiel eine Meningitis, eine Hirnhautentzündung, sondern für **chronische, stille Entzündungen** im Gehirn, welche den Gehirnstoffwechsel und die Bildung von Neurotransmittern negativ beeinflussen.

Bei vielen **neurologischen und psychischen Erkrankungen** scheint **Neuroinflammation** eine Rolle zu spielen.

So zeigen Studien etwa eine Besserung der Symptomatik bei depressiven Patienten durch die Verabreichung von Kurkumin, welches unter anderem eine stark antientzündliche Wirkung hat.

Ein wichtiger Aspekt der Therapie ist folglich der **Einsatz antientzündlicher Substanzen**, welche in der Lage sind, der chronischen Entzündung des Gehirns entgegenzuwirken, wie zum Beispiel Kurkumin, Omega-3-Fettsäuren oder MSM.

Oxidativer Stress:

Entzündungen und Infektionen gehen mit der **Bildung freier Radikale** einher, welche Biomoleküle schädigen und große Mengen an Antioxidantien verbrauchen.

Ein wesentlicher Schlüssel, um Biomoleküle zu schützen und sie zu regenerieren und reparieren, ist es, den Körper **ausreichend mit Antioxidantien**, wie Vitamin C, Quercetin oder Resveratrol, **zu versorgen** und vor allem auch Antioxidantien einzusetzen, welche

insbesondere im Gehirn eine starke antioxidative Wirkung entfalten, wie zum Beispiel Melatonin, Glutathion oder N-Acetylcystein.

Neurotransmittermangel:

Entzündliche Prozesse im Gehirn können zu einer direkten **Zerstörung der Botenstoffe** unseres Gehirns, in diesem Fall vor allem **Serotonin und Dopamin**, führen oder aber über einen **erhöhten Verbrauch** der **Grundbausteine** der Neurotransmitter, wie Tryptophan und Tyrosin, und der für die Bildung benötigten **Hilfsstoffe**, wie zum Beispiel Vitamin C, Vitamin B3,B6, Folat, Magnesium, Zink etc. einen Neurotransmittermangel auslösen.

Nach einer Coronaimpfung oder einer Coronaerkrankung scheint es vor allem zu einer Störung des **serotonergen** und des **dopaminergen Systems** zu kommen.

Serotonin:

Serotonin ist unser **„Glücks- und Wohlfühlhormon",** bei dessen Mangel es unter anderem zu Depressionen und Angststörungen kommen kann.

Serotonin wirkt anxiolytisch, also angstlösend, antidepressiv und stimmungsaufhellend und es reguliert Appetit und Verdauung und als Vorstufe von Melatonin auch unseren Schlaf, so dass sich bei einem Serotoninmangel auch Schlafstörungen einstellen können, weil nicht mehr ausreichend Melatonin gebildet werden kann.

Dopamin:

Dopamin ist unser **Belohnungs- und Motivations-Molekül**.

Erreichen wir unser Ziel, so wird als Belohnung Dopamin ausgeschüttet. Hohe Dopaminspiegel sorgen aber auch für ein hohes Maß an Durchhaltevermögen.

Je höher unser Dopaminspiegel, desto größer die Wahrscheinlichkeit, dass wir nicht aufgeben.

Dabei hat Dopamin sowohl Einfluss auf unsere psychische Motivation, unsere Beharrlichkeit, unser Dranbleiben, als auch auf die physische Umsetzung.

Ein Dopaminmangel zeichnet sich dementsprechend durch allgemeine Schwäche und Erschöpfung, Konzentrationsstörungen, Leistungseinbrüche und mangelnde Motivation bis hin zu depressiver Symptomatik mit mangelndem Antrieb aus.

Ziel der Therapie ist also unter anderem eine **Erhöhung der Serotonin- und Dopaminspiegel** im Gehirn.

Mangel an Grundbausteinen und Hilfsstoffen für die Bildung von Neurotransmittern und den Mitochondrienstoffwechsel:

Infektionen und Entzündungen führen zu einem immens **hohen Verbrauch** all der Nährstoffe, welche der Körper für die Bildung von Serotonin, Melatonin und Dopamin und für den Mitochondrienstoffwechsel benötigt.

So ist zum Beispiel der **Grundbaustein für Serotonin und Melatonin** die essentielle Aminosäure **Tryptophan**.

Essentielle Aminosäuren sind Aminosäuren, welche unser Körper nicht selber herstellen kann, so dass sie über die Nahrung zugeführt werden müssen.

Der **Grundbaustein für Dopamin** (und Noradrenalin, welches aus Dopamin gebildet wird) ist die Aminosäure **Tyrosin.**

Als **„Hilfsstoffe“** für die Bildung der Neurotransmitter werden unter anderem Vitamin C, Vitamin D, verschiedene B-Vitamine, Zink, Magnesium und einige weitere Mikronährstoffe benötigt.

Unsere **Mitochondrien** benötigen für die **Aufrechterhaltung** ihres **Stoffwechsels** und ihrer **Struktur** über **40 verschiedene Nährstoffe,** zu denen unter anderem ein großer Teil der B-Vitamine, die Vitamine C, D, K und A, Spurenelemente, wie Zink, Mangen und Selen, Omega-3-Fettsäuren, unser „Meister der Entgiftung“ Glutathion und viele weitere Dinge mehr gehören.

Hält man sich jetzt mal vor Augen, dass es einem **Großteil der Bevölkerung** (je nach Nährstoff zwischen 70 und 95% von uns) **an Nährstoffen**, wie Magnesium, Vitamin B12, Vitamin D, Jod, Folat oder Omega-3-Fettsäuren **mangelt**, und hat man nun auch noch die Information, dass **chronische Entzündungsprozesse** im Gehirn zu einem **erhöhten Verbrauch** vieler Nährstoffe führen, so wird einem schnell klar, dass gestörte Gehirn- und Mitochondrienfunktionen die Folge sein werden.

Deshalb gehört **die langfristige Substituierung** dieser Stoffe mit in jeden Therapieplan, andernfalls ist eine normale, geschweige denn eine optimale, Funktion unseres Gehirns nicht möglich.

Mitochondriopathie:

Unter den Oberbegriff **Mitochondriopathie** fallen eine gestörte Funktion, ein gestörter Stoffwechsel und eine gestörte Struktur, sowie die Zerstörung von Mitochondrien.

Die Mitochondrien sind Zellorganellen, die als **„Kraftwerke der Zellen“ Energie** in Form von **Adenosintriphosphat (ATP**) bilden, welches im gesamten Körper als **Energieträger** benötigt wird.

Wissenschaftler und Ärzte, die sich mit Mitochondriopathien beschäftigen, gehen davon aus, dass **alle chronischen Erkrankungen** mit einer Mitochondriopathie einhergehen, und dass

die **Neubildung** und die **Wiederherstellung von Funktion und Struktur** der Mitochondrien ein wesentlicher Schlüssel zur erfolgreichen Therapie dieser Erkrankungen ist.

Da die **Mitochondrien** nach einer Coronaimpfung oder einer Coronainfektion zum einen durch die in vielen Fällen entstehende **Entzündung** und die entstehenden **freien Radikale**, zum anderen aber auch direkt durch das **Spike-Protein geschädigt werden können**, ist die **Behandlung der Mitochondriopathie** zwingend erforderlich, um eine Verbesserung der Symptomatik von Impfnebenwirkungen und Long COVID zu erreichen.

Aufgrund des hohen Energieverbrauchs der Nervenzellen und der daraus resultierenden besonders hohen Mitochondriendichte ist das **Gehirn** im Übrigen **besonders anfällig** für eine **Mitochondriopathie**, die hier zu den typischen, nach einer Coronaimpfung und bei Long COVID auftretenden Fatigue-Symptomen, wie massiver Erschöpfung und allgemeiner Schwäche führt.

Werden im Rahmen dieses Prozesses zu viele Mitochondrien zerstört, so stirbt auch die Zelle ab, was es insbesondere im Gehirn zu verhindern gilt.

Hierzu können wir Stoffe, wie Coenzym Q10, PQQ, NADH, Alpha-Liponsäure, Quercetin oder Grünteeextrakt (EGCG), sowie Stoffe, welche die Autophagie anregen, wie Spermidin und Resveratrol, nutzen.

Schädigung der Blut-Hirn-Schranke:

Als **Blut-Hirn-Schranke, BHS,** wird eine **Barriere zwischen Gehirn und Blut** bezeichnet, welche durch die sogenannten **„Tight Junctions“** (sehr enge Zellverbindungen in den Gefäßwänden des Gehirns, welche verhindern, dass Stoffe unkontrolliert zwischen Zellen hindurch ins Gehirn gelangen können) und Zellen namens **Astrozyten**, welche die Gefäße im Gehirn umgeben, gebildet wird.

Im Bereich der Blut-Hirn-Schranke müssen Moleküle durch die Zellen hindurch transportiert werden, was vom Körper wesentlich besser kontrolliert werden kann.

Die **allermeisten Substanzen und Medikamente** können die Blut-Hirn-Schranke **nicht** überwinden. Nur einige essentielle Moleküle werden **„aktiv“** durch die Blut-Hirn-Schranke hindurch transportiert.

Leider kann das **Spike-Protein** die **BHS** nicht nur **überwinden**, sondern es **schädigt** sie sogar und **erhöht** damit ihre **Durchlässigkeit,** wie eine im Journal of Neuroimmune Pharmacology aus dem Januar 2021 veröffentlichte Studie zeigt.

Das Spike-Protein sorgt für eine 52 – 94%ige Rückbildung des Gewebes der BHS, welches sich nur langsam wieder neu bildet, so dass das Gehirn über einen längeren Zeitraum nicht mehr vor den negativen Einflüssen verschiedener Toxine und Erreger geschützt ist.

Deshalb ist es empfehlenswert, Substanzen mit in den Therapieplan aufzunehmen, welche die **Reparation der Blut-Hirn-Schranke** unterstützen. Zu diesen gehören zum Beispiel Magnesium, Melatonin und N-Acetylcystein.

Ziele der Therapie (Kurzfassung):

- **Neuroinflammation reduzieren/beenden**
- **oxidativen Stress abbauen**
- **Neurotransmittermangel und Mikronährstoffmangel beheben**
- **Mitochondrienstruktur und -funktion wiederherstellen, Mitochondrienanzahl erhöhen**
- **Blut-Hirn-Schranke reparieren**

Folgende Substanzen können uns dabei helfen, diese Ziele zu erreichen:

Neuroinflammation reduzieren/beenden:

Kurkumin:

Der in Kurkuma enthaltene **bioaktive Pflanzenfarbstoff Kurkumin** wird schon lange aufgrund seiner **antientzündlichen, antiviralen** und **antioxidativen** Wirkungen eingesetzt, kann aber auch unsere kognitiven Funktionen und unsere Gehirngesundheit verbessern.

Studien zeigten positive Therapieeffekte bei Alzheimerpatienten und bei depressiven Patienten, wofür unter anderem die stark **antiinflammatorische Wirkung** von Kurkumin verantwortlich gemacht wird.

Darüber hinaus zeigt eine im August 2020 veröffentlichte Studie, dass Kurkumin wahrscheinlich sowohl in der Lage ist, die Aufnahme des Coronavirus in die Wirtszelle zu verhindern, als auch in der Lage ist, den Körper vor den schädlichen Auswirkungen des Spike-Proteins zu schützen.

Zudem **erhöht** Kurkumin die **Neutransmitterspiegel** im Gehirn (siehe Unterpunkt „Neurotransmittermangel beheben“).

Kurkumin sollte dementsprechend in keinem Therapieplan fehlen.

Empfehlenswert ist die Einnahme eines **liposomalen Kurkuminpräparates**, weil hier eine wesentlich höhere Bioverfügbarkeit gegeben ist, oder aber die Einnahme von **„Restore“** und **„Zero-In“** der Firma Root (siehe auch Unterpunkt „Die Produkte der Firma ROOT zur Therapie der Neuroinflammation und Mitochondriopathie“)

Bezugsquellen siehe Teil 1

Omega-3-Fettsäuren:

Omega-3 Fettsäuren sind ganz entscheidend für unsere **Gehirngesundheit**, da ohne sie keine **höheren Hirnleistungen** möglich sind.

Höhere Hirnfunktionen, wie Erinnerungsvermögen, abstraktes Denkvermögen, Sozialverhalten, aber auch unsere Stimmungslage hängen vom Omega-3-Spiegel ab.

Ohne diese wichtigen Bausteine **kein funktionierendes Gehirn**.

Zudem wirken Omega-3 Fettsäuren antientzündlich, sie schützen Herz und Gefäße und sie erhöhen die Fließfähigkeit des Blutes.

Die meisten Menschen nehmen heute zu Tage viel zu wenig Omega-3 Fettsäuren zu sich. Wir benötigen **täglich 2g EPA und DHA** aus **marinen Quellen**, also aus Fisch- oder Algenöl.

Um einer Neuroinflammation entgegenzuwirken und den Gehirnstoffwechsel zu unterstützen können aber durchaus für eine Weile sogar **bis zu 4g Omega-3** am Tag angezeigt sein.

Bezugsquelle:

Omega-3, 2000mg (am besten das Fisch- oder das Algen**öl** auswählen, da nur die Öle auf 2000mg EPA/DHA pro Tag ausgelegt sind)

https://www.norsan.de/?norsan=433

Falls Ihr ein anderes Omega-3-Produkt einnehmt, achtet bitte darauf, dass Ihr auf insgesamt **2000mg EPA** und **DHA** pro Tag kommt.

MSM

Organischer Schwefel, MSM (Methylsulfonylmethan) ist vielen Menschen bekannt, weil er vor allem bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, wie zum Beispiel Arthritis und Arthrose, Schmerzen lindern und die Beweglichkeit verbessern kann.

Das verwundert auch nicht, unterstützt Schwefel doch den **Aufbau von Kollagen**, **Gelenkkapseln** und **Synovia,** der Gelenkflüssigkeit.

Auch für **zarte Haut, gesundes Haar** und **feste Fingernägel** benötigen wir Schwefel, aber auch für eine **funktionierende Entgiftung.**

Denn, viele Entgiftungsenzyme enthalten Schwefel und fehlt dieser, so lagern sich Toxine im Körper ab, welche die Entzündungsprozesse und den oxidativen Stress im Körper verstärken.

Besonders hervorzuheben in Bezug auf die **Neuroinflammation** ist jedoch die **starke antiinflammatorische Wirkung** von MSM, welches zum einen Entzündungsmediatoren, also Botenstoffe, welche Entzündungsreaktionen des Körpers einleiten oder aufrechterhalten, hemmt, und den Körper zum anderen dabei unterstützt, seinerseits das Entzündungsgeschehen zu kontrollieren.

Darüber hinaus ist MSM ein wichtiger **Radikalfänger**, welcher in der Lage ist, den oxidativen Stress im Gehirn zu minimieren.

Bezugsquellen:

MSM Kapseln, 1000mg

https://www.sunday.de/msm-pflanzlich-ultrapure-1000-kapseln.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

MSM Pulver

https://www.sunday.de/msm-pflanzlich-ultrapure-pulver.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Oxidativen Stress abbauen:

Vitamin C siehe Teil 1

Quercetin:

Quercetin ist ein **Flavonoid**, ein **wasserlöslicher Pflanzenfarbstoff,** und wird aufgrund seiner Vielzahl an positiven Wirkungen auch als das **„Meister-Flavonoid“** bezeichnet.

Quercetin ist ein **starkes Antioxidanz** und es ist eines der besten **natürlichen Antihistaminika,** reduziert also Allergiesymptome, weil es in der Lage ist, Mastzellen (Immunzellen, die an allergischen Reaktionen beteiligt sind) zu stabilisieren und entzündliche Prozesse im Körper zu reduzieren.

Quercetin hat darüber hinaus die Eigenschaft, vielen verschiedenen Krebsarten, wie Prostatakrebs oder Blasenkrebs, entgegenzuwirken, es wirkt also **antikanzerogen**, was in zahlreichen Studien nachgewiesen wurde.

Es schützt das Gehirn vor Alzheimer und Demenz, auch das konnte in wissenschaftlichen Studien gezeigt werden, und es wirkt als **„Senolytikum“.**

Das heißt Quercetin ist in der Lage, alternde Zellen, die sich nicht mehr teilen können, die aber entzündungsfördernde Botenstoffe abgeben, zu beseitigen, wodurch Quercetin **Entzündungen entgegenwirkt**.

Quercetin scheint in der Lage, einen Teil der schädigenden Wirkungen des Spike-Proteins abzufangen, und es regt die **Neubildung von Mitochondrien** an.

Empfohlen wird die tägliche Einnahme von **500 – 1000mg Quercetin** (je nach Präparat, bei **liposomalen Produkten** mit ihrer wesentlich höheren Effektivität können **250mg Quercetin/Tag** durchaus ausreichen).

Bezugsquellen siehe Teil 1

Melatonin:

Viele Menschen kennen und nutzen Melatonin als Mittel gegen Jetlag. Und ja, unser **Schlafhormon Melatonin** hat enorme Bedeutung für unseren **Schlaf-Wach-Rhythmus.**

Die Melatoninproduktion wird über den Lichteinfall auf unsere Netzhaut gesteuert. Das am Tag gebildete Wohlfühlhormon Serotonin wird bei Dunkelheit in der Zirbeldrüse in unser Schlafhormon Melatonin umgewandelt, welches das Einschlafen fördert und unser Schlafverhalten reguliert.

Aber Melatonin kann noch viel mehr:

Melatonin ist ein **starkes Antioxidanz** und es fördert die **Entgiftung** und die **Regeneration** insbesondere unseres Gehirns.

Über eine direkte Wirkung auf Nervenzellen ist es an der **Ausbildung unseres Gedächtnisses** beteiligt, es wirkt sich **positiv** auf **unsere Stimmung** aus und es wirkt generell **angstlösend** sowie **antikanzerogen,** also der Entstehung von Krebs entgegen.

Melatonin ist in der Lage, **entzündliche Prozesse** im Gehirn **zu reduzieren,** die Produktion **regenerierender Botenstoffe** zu unterstützen und die **Integrität der Blut-Hirn-Schranke** wiederherzustellen.

Melatonin ist eines der **wesentlichen Mittel**, um **Entzündungen** und **oxidativen Stress** im Gehirn zu therapieren.

Melatonin sollte ausschließlich in **liposomaler Form** eingenommen werden, da konventionelles Melatonin fast vollständig abgebaut wird, bevor es seinen Wirkort im Gehirn erreichen kann.

Bezugsquellen:

Liposomales Melatonin, 1mg, 5-HTP, 10mg, L-Theanin, 100mg

https://mighty-elements.de/product/sleep-mighty-elements-sleep-liposomales-melatonin-liposomales-5-htp-liposomales-l-theanin/ref/5/

Glutathion und N-Acetylcystein:

Auch **Glutathion** und **N-Acetylcystein, NAC,** spielen eine wichtige Rolle bei der Behandlung **oxidativer** und **inflammatorischer Prozesse** im Gehirn.

Glutathion siehe Teil 1

NAC ist eine **Vorstufe von Glutathion**, hat aber auch eigenständige Wirkungen in Bezug auf unsere Gehirngesundheit.

Durch eine massive **Reduktion oxidativen Stresses** und die Fähigkeit, die Menge entzündungsfördernder Substanzen im Körper zu reduzieren, hat es **starke antientzündliche** Eigenschaften und es wirkt **überschießenden Immunreaktionen** entgegen.

Außerdem verbessert N-Acetylcystein die **Struktur** und die **Funktion der Blut-Hirn-Schranke** und sollte allein aus diesem Grund im Einnahmeplan enthalten sein.

Bezugsquellen siehe Teil 1

Neurotransmittermangel beheben:

Um einen **Mangel der Neurotransmitter Serotonin** und **Dopamin** im Gehirn zu beheben ist die Einnahme von Substanzen, welche die Serotonin- und Dopaminspiegel erhöhen können, sowie eine ausreichende Versorgung des Körpers mit allen zur Bildung dieser Neurotransmitter benötigten Nährstoffe angezeigt.

Substanzen, die die Serotonin- und Dopaminspiegel erhöhen können:

Kurkumin:

Der **bioaktive Pflanzenfarbstoff Kurkumin** (siehe auch Unterpunkt „Neuroinflammation reduzieren/beenden“) ist nicht nur in der Lage, Entzündungen im Gehirn zu reduzieren, sondern Kurkumin ist auch ein **natürlicher MAO-Hemmer**.

MAO steht für **Monoaminoxidase.** Hierbei handelt es sich um ein Enzym, welches Serotonin, Dopamin und Noradrenalin abbaut. Wird der Abbau dieser drei Neurotransmitter nun durch Kurkumin gehemmt, so bleiben diese länger aktiv.

Kurkumin **erhöht** auf diesem Wege die **Wirkdauer und Effektivität** unserer Glücks-, Motivations- und Konzentrationshormone.

Bezugsquellen siehe Teil 1

Zero-In siehe Unterpunkt „Die Produkte der Firma ROOT zur Therapie der Neuroinflammation und Mitochondriopathie“

Grundbausteine zur Bildung von Serotonin und Dopamin:

Tryptophan und 5-HTP:

Die **essentielle Aminosäure Tryptophan** ist der **Grundbaustoff** von **Serotonin** und wird nach der Absorption im Darm über die Blut-Hirn-Schranke ins Gehirn transportiert, wo aus **Tryptophan** im ersten Schritt **5-Hydroxytryptophan, 5-HTP,** entsteht, und dann im nächsten Schritt das **Serotonin**.

Das Problem dabei:

Das mit der Nahrung aufgenommene Tryptophan wird zunächst mal vom Darm für die Bildung von Serotonin verwendet, denn **95% des Serotonins** des Körpers werden **im Darm** produziert.

Da das im Darm gebildete Serotonin **die Blut-Hirn-Schranke jedoch nicht passieren kann** (das vom Gehirn benötigte Serotonin muss im Gehirn gebildet werden), muss genug Tryptophan übrig bleiben, um auch die Versorgung des Gehirns zu gewährleisten.

Zunächst wird Tryptophan aber noch **zur Muskulatur** weitergeleitet, welche Tryptophan zum Aufbau der Muskelzellen benötigt.

Des Weiteren wird Tryptophan verbraucht, wenn irgendwo im Körper entzündliche Prozesse zugegen sind, und in diesem Fall wird Tryptophan sogar zum **Entzündungsverstärker**.

Nur dasjenige Tryptophan, welches übrig ist, nachdem alle anderen Organe versorgt sind, kann die Blut-Hirn-Schranke passieren und den Serotoninspiegel im Gehirn erhöhen.

Eine **ausreichende Zufuhr** von Tryptophan ist also eine Grundvoraussetzung für ausreichend hohe Serotoninspiegel im Gehirn.

Man kann Tryptophan (alleine oder in Kombination mit anderen Aminosäuren) substituieren, in vielen Fällen ist aber eher eine **Substitution von 5-HTP** angeraten, damit Tryptophan nicht vom Körper dazu genutzt wird, einen vorliegenden Entzündungsprozess noch zu verstärken.

5-HTP sollte mit einem zeitlichen Abstand zum Essen von ca. 2 Stunden eingenommen werden, da die Aufnahme ins Gehirn durch das Vorhandensein anderer Aminosäuren erschwert wird.

Bezugsquellen:

L-Tryptophan, 500mg

https://www.sunday.de/tryptophan/

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Lipsomales 5-HTP, 200mg, Zink, 15mg, Vitamin B6, 1,5mg

https://mighty-elements.de/product/liposomales-5-htp-200-mg-zink-15mg-vitamin-b6-15mg/ref/5/

Tyrosin:

Die **Aminosäure Tyrosin** ist der Ausgangspunkt für die Bildung von **Dopamin**.

Tyrosin kann über Fleisch, Fisch oder Käse aufgenommen, es kann aber auch in der Leber aus der essentiellen Aminosäure **Phenylalanin** gebildet werden.

Tyrosin gelangt dann über die Blut-Hirn-Schranke ins Gehirn, wo es über die Dopaminvorstufe L-Dopa zu Dopamin umgewandelt wird.

Das Gehirn konkurriert hierbei mit den **Nebennieren**, in denen ebenfalls Dopamin gebildet wird, der **Schilddrüse,** welche Tyrosin für die Bildung der Schilddrüsenhormone benötigt, und der **Haut**, welche Tyrosin für die Bildung des Melanins braucht, um die Aminosäure Tyrosin, so dass es auch hier wichtig ist, auf eine **ausreichende Tyrosin-Zufuhr** zu achten.

Bezugsquellen:

L-Tyrosin Kapseln, 500mg

https://www.sunday.de/l-tyrosin-500mg-kapseln.html

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Hilfsstoffe zur Bildung von Serotonin und Dopamin:

Wie bereits erläutert werden durch **Infektionskrankheiten** und **Entzündungsprozesse** im Körper Unmengen an **Mikronährstoffen**, wie zum Beispiel Vitamin C, Zink, Magnesium oder die B-Vitamine, **verbraucht**.

Ohne genügend große Mengen dieser Mikronährstoffe ist jedoch weder ein aktiver Gehirnstoffwechsel, noch die Bildung von Neurotransmittern, noch ein normaler Mitochondrienstoffwechsel möglich.

Deshalb ist die **Substitutierung all dieser Nährstoffe** ein großer Schlüssel, um den Gehirnstoffwechsel wieder anzukurbeln, einen Neurotransmittermangel zu beheben und dafür zu sorgen, dass unsere Mitochondrien wieder arbeiten und Energie bereitstellen können.

Enthalten sind all diese Mikronährstoffe in den Mito-Produkten der Firma Sunday, siehe hierzu den nächsten Unterpunkt.

Mitochondrienstruktur und -funktion wiederherstellen, Mitochondrienneubildung anregen:

Um die **Energieversorgung des Körpers** wiederherzustellen gilt es dafür zu sorgen, dass den Mitochondrien **alle Nährstoffe** zur Verfügung stehen, die sie für eine optimale Funktion benötigen, und es gilt, die Anzahl der Mitochondrien im Nervengewebe wieder zu erhöhen, also die **Neubildung von Mitochondrien** anzuregen.

Da es meines Wissens nach keine Kombinationspräparate gibt, welche alle ca. 40 benötigten Mikronährstoffe in ausreichend hoher Menge enthalten, habe ich mit der Firma Sunday Natural zusammen **Mitochondrien-Produkte** entwickelt, die diese Voraussetzungen erfüllen.

Das Kapselprodukt **„Mito Support Ultra Anti-Fatigue Komplex“** und das Pulverprodukt **„Mito Recovery Komplex“** enthalten zusammen alle benötigten Nährstoffe, so dass die Mitochondrien optimal versorgt sind und sich die Einnahme einer Vielzahl von Monopräparaten erübrigt.

Enthalten sind unter anderem eine Vielzahl an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, hochdosierte B-Vitamine, Glutathion und NAC, Polyphenole, wie Quercetin, Resveratrol und Grünteeextrakt, NADH und Coenzym Q10, weitere für die Energieproduktion wichtige Substanzen, wie D-Ribose, L-Carnitin, Kreatin und einige weitere Substanzen mehr.

Ergänzt werden diese beiden Produkte durch den **„Mito Vital Komplex“,** eine Vitalpilz-Mischung, und den **„Mito Support Komplex“** als Basispräparat für den kleinen Geldbeutel.

Bezugsquellen für die Mito-Produkte von Sunday Natural:

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Mito Support Ultra Anti-Fatigue Komplex

https://www.sunday.de/mito-support-ultra-anti-fatigue-komplex.html

Mito Recovery Komplex

https://www.sunday.de/mito-recovery-komplex.html

Mito Vital Komplex

https://www.sunday.de/mito-vital-komplex.html

Mito Support Komplex

https://www.sunday.de/mito-support-komplex.html

Reparation der BHS:

Wie bereits weiter oben beschrieben kommt es durch die Spike-Proteine zu einer **Schädigung der Blut-Hirn-Schranke,** so dass diese durchlässig wird für Toxine und Erreger, was ein bereits entzündetes, gestresstes Gehirn zusätzlich schädigen kann.

Deshalb ist es essentiell eine geschädigte BHS so schnell wie möglich wiederherzustellen.

Hierbei können uns **Magnesium, Melatonin** und **NAC** behilflich sein, welche bereits weiter oben besprochen wurden.

Die Produkte der Firma ROOT zur Therapie der Neuroinflammation und Mitochondriopathie

Die amerikanische Firma **ROOT** hat sich daran gemacht, **Lösungen** für die **Probleme der heutigen Zeit** zu finden, was ihnen den Feedbacks nach, die wir bekommen, auch gelungen zu sein scheint.

Die Trias – oder, wie es auf der Website der Firma heißt **„Trinity“** – aus **Clean Slate, Restore** und **Zero-In,** decken unseren Feedbacks nach die Bereiche **Entgiftung, Darm-Hirn-Achse** und **Darmgesundheit, Gehirngesundheit** und **mentaler Fokus/Neurotransmitterbalance**, exzellent ab.

Die Entgiftungstropfen **Clean Slate**:

- unterstützen die **passive Ausleitung von Umwelttoxinen** und **Schwermetallen** aus dem gesamten Körper
- unterstützen die **Reduktion von Entzündungen**
- erhöhen die **Absorption von Mikronährstoffen**, indem sie Toxine entfernen, welche Bindungsstellen von Nährstoffen blockieren

Das **Restore-Gel** enthält:

- **Kurkumin**, welches bekanntermaßen antientzündlich wirkt und die Wirkdauer unserer Neurotransmitter erhöht
- **Schwarzkümmelöl**, welches das Immunsystem stärkt, ebenfalls antiinflammatorisch wirksam ist, sowie Viren, Bakterien, Pilzen und Parasiten entgegenwirkt
- **Resveratrol** als Antioxidanz
- **D-Ribose**, welche die Energieproduktion in den Zellen positiv beeinflusst
- und einige weitere Dinge mehr

Und **Zero-In** greift **regulierend in den Neurotransmitterhaushalt** ein durch:

- **Kurkumin**, als Wirkverstärker von Serotonin und Dopamin
- **Tyrosin**, als Grundbaustein der Neurotransmitter Dopamin und Noradrenalin
- **Mucuna pruriens (Samtbohne),** welche L-Dopa, die Vorstufe von Dopamin enthält
- **Pinienrinde,** welche stark antioxidativ und antientzündlich wirkt
- **L-Theanin,** eine konzentrationsfördernde Aminosäure
- und einige weitere Dinge mehr

Diese **„Trinity"** enthält eine **sehr wirksame Kombination** von Substanzen, die uns dabei helfen können, einer **Neuroinflammation** entgegenzuwirken.

Für all diejenigen, die mögen und können, ist die Einnahme dieser Produkte absolut empfehlenswert.

Bezugsquelle:

Clean Slate, Restore, Zero-In

www.therootbrands.com/graphene-detox

Long COVID-/Post-Vakzin-Syndrom-Produkte:

Um den Körper bei Long COVID und dem Post-Vakzin-Syndrom zu unterstützen und die vielfältigen **negativen Wirkungen des Spike-Proteins** auf den Körper **zu minimieren**, das heißt, um Entzündungen zu reduzieren, oxidativen Stress abzufangen, die Bindung des Spike-Proteins an den ACE2-Rezeptor zu hemmen, die Bildung von Neurotransmittern zu unterstützen etc., braucht es eine **Vielzahl an verschiedenen Substanzen**.

Da es für viele Menschen nicht praktikabel ist, täglich große Mengen verschiedener Kapseln zu sich zu nehmen und die Einnahme einer Vielzahl an Monopräparaten sehr kostenintensiv werden kann, war es mir ein Herzensanliegen mit der Firma Sunday Natural zusammen **Kombinationspräparate** zu entwickeln, welche einen Großteil der benötigten Substanzen enthalten.

Entstanden sind die **„Long C Immun"-Kapseln** und das **„Long C Energy"-Pulver**, die zusammen zahlreiche der Substanzen abdecken, deren Einnahme bei Long COVID und Post-Vakzin-Syndrom empfehlenswert sind.

Die **Long C Immun-Kapseln** enthalten neben Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen eine Vielzahl an Pflanzenextrakten mit verschiedensten Wirkungen:

- Kurkumin, Quercetin, Apigenin, Hesperidin, Luteolin etc. wirken antientzündlich und antioxidativ
- Löwenzahnextrakt und Kurkumin hemmen die Bindung des Spike-Proteins an den ACE2-Rezeptor
- Quercetin, Resveratrol, EGCG etc. fördern die Neubildung von Mitochondrien
- Spermidin und Resveratrol regen die Autophagie an, den Selbstreinigungsmechanismus der Zelle
- Ashwagandha stärkt die Nebennieren, reduziert Stress, fördert guten Schlaf, Energie und Leistungsfähigkeit
- Katzenkralle wirkt antiviral und antibakteriell, sowie immunstimulierend, gerinnungshemmend und blutdrucksenkend
- Glutathion und S-Adenosyl-L-Methionin (SAMe) zur Unterstützung der Entgiftung

Das **Long C Energy-Pulver** enthält unter anderem folgende Substanzen:

- D-Ribose für die Energieproduktion
- MSM für Entgiftungsfunktionen und Entzündungshemmung
- Taurin zur Unterstützung des Gehirnstoffwechsels und der Entgiftung
- L-Glutamin als Energiesubstrat, für die Darmgesundheit und zur Entspannung
- Tyrosin als Ausgangsstoff des Neurotransmitters Dopamin
- N-Acetyl-L-Cystein mit seinen antiinflammatorischen, antioxidativen, gerinnungshemmenden und entgiftungsfördernden Eigenschaften

Bezugsquellen für die Long COVID-/Post-Vakzin-Syndrom-Produkte von Sunday Natural:

Mit dem Gutscheincode **TAN83159** erhaltet Ihr einmalig 10% Rabatt auf Eure gesamte Bestellung bei Sunday Natural !

Long C Immun Kapseln

https://www.sunday.de/long-c-immun-kapseln.html

Long C Energy Pulver

https://www.sunday.de/long-c-energy-pulver.html

Dieses sind die Dinge, die wir – dem jetzigen Kenntnisstand nach - tun können, um einer **Neuroinflammation**, einem **gestörten Gehirnstoffwechsel,** einem **Neurotransmittermangel** und einer **Mitochondriopathie** bestmöglich begegnen zu können.

Ein wichtiger Therapiegrundsatz ist hierbei die **langfristige Einnahme** der besprochenen Substanzen, da es Wochen und Monate dauern kann bis ein **chronischer Entzündungsprozess** zur Ruhe kommt, ausreichend **hohe Mikronährstoff- und Neurotransmitterspiegel** erreicht sind und eine **Mitochondriopathie** behoben ist.

Kurzfassung Neuroinflammation und Mitochondriopathie

Sowohl nach einer **Coronaimpfung,** als auch nach einer **Coronainfektion** kann es zu Symptomen, wie Fatigue (massiver Erschöpfung und allgemeiner Schwäche), Brain Fog (Gedächtnis- und Konzentrationsstörungen), Kopfschmerzen, Schwindel, Schlafstörungen, Wahrnehmungsstörungen, Empfindungsstörungen, Depressionen und Angstzuständen, kommen.

Die wahrscheinliche Ursache für diese Symptome ist ein durch das **Spike-Protein chronisch entzündetes Gehirn**, eine **Neuroinflammation.**

Im Rahmen dieser Neuroinflammation kommt es zu:

- **oxidativem Stress,** bei welchem freie Radikale unsere Biomoleküle, wie Zellmembranen, Zellorganellen (zum Beispiel die Mitochondrien) oder unsere DNA, oxidieren und sie auf diese Weise schädigen oder sogar zerstören

- einem **Mangel an Neurotransmittern**, wie Serotonin und Dopamin

- einem **Mangel an „Grundbausteinen“ und „Hilfsstoffen**“ für die Bildung von Neurotransmittern und für unseren Gehirnstoffwechsel

- **geschädigten/zerstörten Mitochondrien** („Mitochondriopathie“)

- einer **Schädigung der Blut-Hirn-Schranke**

Ziele der Therapie sind demnach:

- **eine Reduktion/Beendigung der Neuroinflammation**

- **ein Abbau des oxidativen Stresses**

- **eine Behebung des Neurotransmittermangels**

- **eine Behebung des Nährstoffmangels**

- **die Therapie der Mitochondriopathie**

- **die Anregung der Autophagie, um geschädigte Zellen zu regenerieren**

- **die Reparation der Blut-Hirn-Schranke**

Wichtig bei der **Therapie der Neuroinflammation** ist es, die genannten Substanzen **über mehrere Monate** hinweg einzunehmen, da es eine ganze Weile dauert, bis ein **chronischer Entzündungsprozess** zur Ruhe kommt, ausreichend hohe **Mikronährstoff- und Neurotransmitterspiegel** erreicht sind und eine **Mitochondriopathie** behoben ist.

Einnahmebeispiel:

Direkt nach dem Aufstehen:

- 10 Tropfen Clean Slate

Zum Frühstück:

- 2 Kapseln Mito Support Ultra Anti-Fatigue Komplex
- 1 Kapsel Zero-In
- 2 Kapseln liposomales Vitamin C, 500mg

Im Laufe des Vormittags:

- 3 Messlöffel Mito Recovery Komplex

Zum Mittagessen:

- 1 Kapsel Vitamin C Ultra 1000
- 1 Kapsel Zero-In
- 1 Beutel Restore

Im Laufe des Nachmittags:

- 2 Messlöffel Mito Recovery Komplex

Zum Abendessen:

- 2 Kapseln Mito Support Ultra Anti-Fatigue Komplex
- 2 Kapseln liposomales Vitamin C, 500mg
- 1 Teelöffel Omega-3 Algenöl

Im Laufe des Abends:

- 10 Tropfen Clean Slate