

GESUNDHEITS-POST

Betriebsanleitung Immunsystem

Nur ein starkes Immunsystem schützt vor Viren, Bakterien und Eindringlingen. Gib der Angst keine Chance!



Bei mehr als 2 Erkältungen im Jahr haben Sie ein ganz schlechtes Immunsystem!

Das Immunsystem wird auch durch notwendige Vitalstoffe beeinflusst, wie z. B. Eisen, Zink, Selen, B3, B6, C, D3 und vor allem vom Zustand der Darmflora und dem Milieu!

Es heißt ja nicht für umsonst VITALSTOFF – fehlt etwas über einen längeren Zeitraum, dann ist Ihr Immunsystem nicht mehr fit und vital. Hier sollte aber nicht wahllos alles per Nahrungsergänzung eingenommen werden. Es ist eine gewisse Kompetenz notwendig, damit das ausgegebene Geld nicht wieder sinnlos in der Toilettenspülung landet.

Das Immunsystem ist in Gefahr durch:

- Umweltgifte (Nitrate, Glyphosat und Kunstdünger)
- Luftverschmutzung (Industrie u. Abgase)
- Mangel an Vitalstoffen aufgrund falscher Ernährung
- geschwächte Darmflora
- Übersäuerung (Säure-Basen-Haushalt)
- Stress (Leistungsdruck) und Emotionen wie Ärger und Wut
- Krankheiten
- Elektromog (Bluetooth, W-Lan, Mobilfunk ganz besonders durch 5G, Mikrowellenstrahlung, Erdstrahlung uvm.)
- Angst (Menschen mit Angst sind zusätzlich noch leicht beeinflussbar)

Was ist ein Virus?

Virus (lateinisch virus= bedeutet übersetzt: zähe Flüssigkeit, Schleim, Saft, Gift. Es sind infektiöse organische Strukturen, die sich als Virionen außerhalb von Zellen (extrazellulär) durch Übertragung verbreiten, aber als Viren nur innerhalb einer geeigneten Wirtszelle (intrazellulär) vermehren können. Sie selbst bestehen nicht aus einer oder mehreren Zellen. Alle Viren enthalten das Programm zu ihrer Vermehrung und Ausbreitung (einige Viren auch weitere Hilfskomponenten), besitzen aber weder eine eigenständige Replikation, noch einen eigenen Stoffwechsel und sind deshalb auf den Stoffwechsel einer Wirtszelle angewiesen. Daher sind sich Virologen weitgehend darüber einig, Viren nicht zu den Lebewesen zu rechnen. Man kann sie aber zumindest als „dem Leben nahe stehend“ betrachten, denn sie besitzen allgemein die Fähigkeit zur Replikation und Evolution (Veränderung).¹



Grafik: Julia Heinzel

So funktioniert das Immunsystem!

Stufe 1: Wir haben ein **unspezifisches Immunsystem**, welches aus Schleim, Säuren, Haut und Abwehrcellen besteht, ein angeborenes Immunsystem, welches von Geburt an aktiv ist. Es ist nicht spezialisiert und bekämpft daher alle Arten von Erregern (Viren, Bakterien, Parasiten und Gifte). Werden die Erreger zu stark, zu zahlreich oder besonders gefährlich, dann ist das unspezifische Immunsystem überfordert und benötigt Hilfe vom spezifischen Immunsystem.

Stufe 2: Das **spezifische Immunsystem** besteht ausschließlich aus spezialisierten Abwehrcellen und ist nicht angeboren. Durch Kontakt mit der Mikroben-Welt entwickelt es sich immer weiter. Daher sollten vor allem Kinder nicht zu steril leben und das spezifische Immunsystem trainieren und sich gegen spezielle Mikroorganismen immunisieren durch Spielen im Sand oder durch Kontakt mit Tieren. Das Immunsystem kann sich nur gegen Mikroben wehren, wenn es auch die Möglichkeit hat, dies zu üben, also Kontakt zum Beispiel zu einer Katze, Schmutz und deren Mikroben hat.

Unser Darm ist ein Wunderwerk der Natur!

Im Laufe unseres Lebens leitet unser Verdauungssystem ca. 30 Tonnen Nahrung und ca. 50.000 Liter Flüssigkeit weiter und zersetzt dabei die Lebensmittel in ihre Bestandteile und filtert lebenswichtige Nährstoffe heraus. Das Wichtigste - Bakterien! Die Darmflora beherbergt Milliarden von Kleinstlebewesen, wie zum Beispiel Bakterien, die unser Immunsystem unterstützen. Etwa 500 verschiedene Arten, zwischen 1,5 bis 3 kg, sind hier zu Hause. Sie schützen den Darm vor Schadstoffen, schalten Krankheitserreger aus und versorgen die Immunzellen mit Informationen über etwaige Eindringlinge. Außerdem bilden die Mikroorganismen in unserem Darm wichtige Vitamine wie z. B. Vitamin K, B2, B12 und Folsäure.

Der Darm: zentrale Stelle des Immunsystems

80% aller Abwehrcellen (weiße Blutkörperchen/Leukozyten) deines Körpers sind in der Darmflora zuhause und genau diese gilt es zu schützen. Der Darm stellt eine zentrale Stelle des Immunsystems dar. Wenn die schlechten Keime im Darm überhandnehmen, gerät die Darmflora aus dem Gleichgewicht und es können unzählige Probleme auftreten.

Es ist 5 vor 12 !**Die Tage für Antibiotika sind gezählt!
Was dann?**

Das Problem MRSA (Multiresistenter Keim) MRSA bedeutet Methicillin resistenter Staphylococcus Aureus. Bakterien wie Staphylococcus Aureus kommen auf der Haut gesunder Menschen vor. Diese Bakterien haben es gelernt, gegen das Antibiotikum Methicillin und den meisten anderen Antibiotika resistent zu werden und dies kann zu schweren Erkrankungen führen. MRSA kommen vor allem in Krankenhäusern vor, da hier häufig Antibiotika eingesetzt werden. **MRSA ist ein menschengemachtes Problem!**

Weder Antibiotika, Medikamente noch Impfungen können erfolgreich gegen Viren eingesetzt werden!**Seit 1942 wird gegen Grippe geimpft und sie ist immer noch nicht ausgerottet!²**

Gripeschutzimpfungen helfen so gut wie gar nicht. Viren mutieren und verändern sich ständig. Daher ist es unmöglich, ein Gegengift (Impfung) zu entwickeln. **Bis der Impfstoff auf dem Markt ist, ist der Virus schon weiter mutiert.** Wer bereits an COVID-19 erkrankt war, braucht auch nicht dagegen geimpft zu werden, da das **spezifische Immunsystem** nun darauf trainiert ist.

Oxidation ist erfolgreich

Viren können durch Oxidation eliminiert werden, was besonders gut mit liposomalen hochdosiertem Vitamin C geht.

Ein starkes Immunsystem wird von ganz alleine mit Viren und Bakterien fertig und zwar ganz ohne Chemie. Wir haben täglich mit vielen Viren und Bakterien zu tun.

Immunsystem stärken

Per E-Mail informieren wir Sie regelmäßig und kostenlos darüber, wie Sie das eigene Immunsystem Schritt für Schritt aufbauen können. Achtung Nebenwirkung: Krankheiten werden reduziert ! 😊

Fordern Sie auf www.nk-g.de unseren kostenlosen Newsletter an und erzählen es weiter!

Ein starkes Immunsystem gibt der Angst keine Chance, denn Angst lähmt das Leben!

Selber handeln und denken statt Angst!

Quellen:

¹<https://de.wikipedia.org/wiki/Viren>

²<https://de.wikipedia.org/wiki/Grippeimpfung>

³ <https://naturkraft-gesundheit.de/wp-content/uploads/2020/04/StudieGraz.pdf>

⁴Eußenheimer Manufaktur, An der Tabaksmühle 3, 97776 Eußenheim, Tel.: 09353-996301, www.em-ug.de

Wie entstehen Resistenzen überhaupt?

Bakterien vermehren sich durch Teilung, manche Bakterien teilen sich alle 20 bis 30 Minuten. Bei diesen Zellteilungen entstehen Änderungen im Erbgut, sogenannte Mutationen/Genveränderungen. Das bedeutet, dass die Bakterien so schlau sind, dass sie alles, was sie erleben oder ihnen Schaden würde auch an die nächste Generation weitergeben können. Diese Mutationen können dazu führen, dass ein Bakterium im Laufe der Zeit gegenüber einem Antibiotikum resistent wird. Diese Überlebensstrategie führt dazu, dass Bakterien in der Lage sind, gegen jedes Antibiotikum resistent zu werden. Das ist nur eine Frage der Zeit! Dies zeigte sich in den letzten Jahren, da immer mehr Antibiotika nicht mehr wirken. Der Einsatz von Antibiotikum tötet alle Bakterien, die nicht über diese Mutation verfügen. Das mutierte Bakterium überlebt und kann sich nun in aller Ruhe ausbreiten und alle Nachkömmlinge sind ebenfalls geschützt, da sie die genetischen Informationen geerbt haben. Bakterien haben sogar die Möglichkeit durch Kommunikation untereinander diese Informationen/Resistenzen auch an Freunde und Bekannte weiterzugeben.

Das ist ein Kampf, den der Mensch langfristig nicht durch Antibiotika gewinnen wird! Die Bakterien waren die ersten Lebewesen auf diesem Planeten und werden auch die letzten sein, wenn der Mensch sich selbst längst ausgerottet hat.

Antibiotika-Resistenzen nehmen in den letzten Jahren problematisch zu!

Der häufige und tägliche Antibiotika-Einsatz führt dazu, dass sich Resistenzen bilden. Ein Problem ist der starke Antibiotika-Gebrauch in der Medizin, da diese oft leichtsinnig verschrieben werden, oft sogar bei Erkrankungen, bei denen Antibiotika nichts ausrichten können. Bei der Einnahme werden oft Fehler gemacht, denn es ist wichtig, immer die vollständige Einnahme nach Empfehlung des Arztes der verordneten Menge einzunehmen. Leider beenden viele Patienten die Einnahme vorzeitig, da sie sich wieder gesund fühlen.

Das größte Problem ist die Tierhaltung; Zuchtfische, Schweine, Kühe, Rinder, Hühner usw. erhalten präventiv regelmäßig Antibiotika im Futter oder Trinkwasser, um sich nicht gegenseitig anzustecken. Die so entstehenden resistenten Keime gelangen dann über den Verzehr zum Menschen. **Durch die Landwirtschaft gelangen Keime ins Grundwasser**, da diese auch in der Gülle vorhanden sind. Dieses Grundwasser landet so wieder im Trinkwasser. Da die Menschen immer stärker mit Medikamenten vollgestopft werden, landen diese über Urin und Kot in der Toilettenspülung, anschließend in der Kläranlage, die gar nicht darauf ausgelegt ist, diese Keime zu vernichten. So landen diese dann wieder in unserem Trinkwasser. Das Gleiche gilt hier für Mikroplastik.

Die Zeitbombe „Antibiotika-Resistenz“ tickt in unserem Körper!

Wir nehmen mit unserer Nahrung und Trinkwasser ständig kleine Portionen von Antibiotika auf, was dazu führt, dass die Bakterien, die in unserem Körper leben, auch Resistenzen entwickeln können.

Wie können Antibiotikaresistenzen verhindert/eingedämmt werden?

Wenn Antibiotika überhaupt sein muss, dann nur durch einen zurückhalten und sachgemäßen Einsatz. Dieser sollte nur dann zum Einsatz kommen, wenn es sich nachweislich um eine bakterielle Infektion handelt.

Desinfektionsmittel sind der falsche Weg!

Desinfektionsmittel sind auch keine Lösung, da hier auch die „guten Bakterien“ vernichtet werden! Das schwächt unser Schutzschild vor Eindringlingen!

Wichtige Maßnahmen gegen Viren

Eine Studie in Graz zeigt auf, wie Mikroorganismen erfolgreich gegen multiresistente Keime und Bakterien eingesetzt werden können. Download der Studie ist hier zu finden.³ Ein probiotischer Reiniger ist hier zu finden.⁴

Viele Viren (auch COVID-19) haben eine Hülle aus Lipiden (Fetten)

Mehrfach täglich die Hände 45 Sekunden lang mit Seife waschen (statt Desinfektionsmittel) zerstört die Viren.

Probiotika stärkt die Darmflora

Mit hochwertiger Probiotika³, also guten Darmbakterien, kann das Milieu verbessert werden. In der Darmflora wohnt das Immunsystem!

Präbiotika: Ohne Futter leiden die guten Darmbakterien bei den meisten Menschen Hunger.

Wird Präbiotika/Präbiotika gar nicht oder nur selten gegessen, leiden die guten Darmbakterien Hunger. Im hungrigen bzw. geschwächten Zustand lassen sie sich leicht von pathogenen Bakterien verdrängen. Die Darmflora gerät aus dem Gleichgewicht, eine sogenannte Dysbakterie entsteht und der Mensch kann krank werden. z. B. hier zu finden³