

Natürliche, alternativmedizinische Therapie der Borreliose im chronischen Stadium (Lyme-Borreliose Stadium III bzw. Post-Lyme Syndrom)

Text von Berkant Haydin (Stand: Dez. 2016)

Die folgende Übersicht über natürliche und alternative Verfahren und Mittel zur Therapie der Lyme-Borreliose im chronischen Stadium wurde von mir in wochenlanger Arbeit im deutsch- und englischsprachigen Internet zusammengetragen. Ich habe versucht, möglichst alle alternativen und naturheilkundlichen Mittel und Methoden, die mir erfolgversprechend erschienen, in diese Übersicht aufzunehmen. Bevor man irgendwas kauft oder bestellt, sind weitere Recherchen nötig; dies ist Sache des Lesers, der dann natürlich selbst verantwortlich ist für das, wofür er sich schließlich entscheidet (bitte niemals in Eigenregie, sondern unbedingt unter Anleitung und in Begleitung eines Therapeuten!).

Eine Kombination aus alternativen Mitteln und Therapieintervallen mit Antibiotika könnte übrigens durchaus gut funktionieren, wenn man sich denn für eine Antibiotikatherapie entschieden hat. Allerdings müssen vor, während und nach einer Antibiose unbedingt einige wichtige Regeln eingehalten werden: Kurz vorher und währenddessen: Biofilme auflösen; währenddessen: N-Acetylcystein einnehmen, weiterhin Biofilme auflösen und entgiften; danach: Darmflora aufbauen und Immunsystem reparieren (weitere Infos dazu siehe unten).

Wie man weiß, sind Borrelien in der Lage, auf äußerst raffinierte Weise ihre Gestalt zu ändern und sogar unterzutauchen, sobald sie sich unwohl oder bedroht fühlen. Daher ist es von größter Bedeutung, dass man die Borrelien auf eine möglichst intelligente Art und Weise angreift und sie dabei möglichst nachhaltig und umfassend vernichtet, da es sonst – nach vorübergehender Besserung – irgendwann wieder zu unerwarteten Rückfällen oder zu neuen Symptomen kommen kann. Ebenso wichtig ist es, dass man das körpereigene Immunsystem nach der radikalen Tötung der Borrelien wieder ins Lot bringt, damit der Körper in Zukunft selber mit diesen Erregern fertig wird und man nur noch ein klein wenig nachhelfen muss, anstatt jedes Mal einen regelrechten Krieg gegen diese Viecher führen zu müssen.

Wenn ich an Borrelien denke, denke ich daher an Terroristen, die sich perfekt verkleiden und sich bei Bedarf auch in Verstecke zurückziehen, die nur schwer zu finden und noch schwerer zu zerstören sind. Ich vergleiche die chronische Borreliose mit einem von Terroristen bewohnten Haus. Die schulmedizinische Antibiotikatherapie der Borreliose muss man sich nun wie folgt vorstellen:

Die Borrelien sind die Terroristen und leben in diesem Haus (= Versteck in unserem Körper). Die Schulmedizin stellt sich nun vor diesem Haus auf und schießt mit Antibiotika drauf los. Dabei werden all jene Terroristen, die sich in der Eingangstür und in den Fenstern zeigen (= Spirochäten-Form der Borrelien im Blut und ein kleiner Teil der in zytischer Form vorliegenden Borrelien), getötet. Die Leichen der getöteten Terroristen bleiben jedoch liegen und verfaulen (= die entstehenden Toxine belasten unseren Körper), und die vielen anderen Terroristen, die in dem Haus und in dessen Keller versteckt sind, bleiben am Leben, und das Haus steht nach der Antibiotikatherapie auch noch da.

Mein Ansatz sieht anders aus: Man greift das Terroristenhaus von vorne, von links, von rechts und auch noch mit dem Kampfhubschrauber von oben an. Außerdem gräbt man einen Tunnel und greift auch noch von unten an, damit der Keller, wo sich ja weitere Terroristen verstecken, auch noch einstürzt. Dabei tötet man alles, was einem vor die Flinte läuft (Spirochätenform und zystische Form), und man bringt das Terroristenhaus am besten gleich mit zum Einsturz (= Auflösen der Biofilme und Rausholen der im Körpergewebe versteckten Borrelien). Während man die Terroristen tötet und das Haus zum Einsturz bringt, müssen aber natürlich auch noch die ganzen Leichen und der gesamte Schutt und Müll abtransportiert werden (= Entgiftung), und danach legt man an der Stelle, wo das Haus gestanden hatte, einen wunderschönen, blühenden Garten an (= Darmflora aufbauen und Immunsystem stärken). Dies scheint mir eine viel effektivere Methode zu sein, wenn man die Borreliose wirklich endgültig loswerden will.

Auf die Therapie mit Vitaminen, Antioxidantien und Pflanzenstoffen gehe ich in diesem Text nicht ein, da völlig klar ist, dass man sich bei einer chronischen Multisystemerkrankung wie der Borreliose vitaminreich ernähren muss und auf ganz viele Dinge zu achten hat: viel frische, basische Nahrung, genug Eiweiß für das meist gestörte Hormonsystem, möglichst keine schlechten Kohlenhydrate, viel Wasser trinken, viel frische Luft, mindestens 7 Std. pro Nacht schlafen usw. Ich gehe davon aus, dass sich die Leser dieses Textes mit dem Thema Nahrungsergänzungsmittel bereits gut auskennen.

Ich bin ganz zuversichtlich, dass jeder Borreliosepatient unter den vielen nachfolgenden Mitteln und Methoden einen geeigneten Weg für sich finden wird, um hoffentlich wieder gesund zu werden und dann auch gesund zu bleiben. Gute Besserung!

Ablauf einer sinnvollen Borreliose-Therapie, mit deren Hilfe man wieder gesund wird und dann hoffentlich auch gesund bleibt:

- 1. Möglichst viele Biofilme auflösen und die Borrelien (und die anderen Erreger) aus den Biofilmen und aus dem Körpergewebe herausholen, damit sie wieder angreifbar sind und gezielt vernichtet werden können.**
- 2. Möglichst alle Borrelien im Körper vernichten (die Spirochäten-Form und die zystische Form, extra- und intrazellulär).**
- 3. Die dabei entstehenden Toxine ausleiten (entgiften), die Leber unterstützen, die Darmschleimhaut reparieren (z. B. bei Leaky gut) und die Darmflora aufbauen.**
- 4. Oxidativen Stress reduzieren sowie chronische Entzündungen, Erschöpfung und Schmerzen lindern/heilen.**
- 5. Immunsystem reparieren (modulieren und stärken), damit der Körper zukünftige Borrelien-Attacken und andere Erregerbelastungen selber bewältigen kann.**
- 6. Regelmäßig Bewegung und viel frische Luft. Optimistische Lebenseinstellung. Negative Gedanken und Gefühle loslassen. In Harmonie leben. Lernen zu vergeben und zu verzeihen (insbesondere Verzeihen scheint ein außerordentlich wichtiger Punkt bei der Genesung zu sein). Nicht aus der Ruhe bringen lassen und jede Form von krankmachendem, erschöpfendem Stress meiden.**

1. Biofilme auflösen und die Borrelien aus dem Gewebe wieder ins Blut zurückholen

Fibrinolytische Enzyme zur Auflösung von Biofilmen:

- Nattokinase (in Dosierungen von 250 bis 500 Milligramm pro Tag)
- Lumbrokinase (z.B. Boluoke; 20 mg Lumbrokinase zwei Mal täglich. Lumbrokinase soll bei besonders schweren Fällen am besten wirken)
- Serrapeptase (Serrapeptidase)

Die Kapseln müssen magensaftresistent sein und nüchtern eingenommen werden (2 Stunden nach dem Essen, 1 Stunde vor dem Essen).

Astrozym bzw. Karazym (Astrozym ist laut einer Untersuchung der DAZ von der proteolytischen Gesamtaktivität pro Tablette her besser als Karazym)

Wirkung: proteolytische Enzyme zur Muskel- und Gelenkschmerzbehandlung; der Heilungsprozess von Narben/Verletzungen/Zerrungen/Schwellungen/Operationen wird beschleunigt, Entzündungen gehen zurück; sehr wahrscheinlich ist auch eine Wirkung als Biofilm-Auflöser.

Die Kapseln müssen magensaftresistent sein und nüchtern eingenommen werden (2 Stunden nach dem Essen, 1 Stunde vor dem Essen).

N-Acetylcystein (NAC):

Wirkung: Löst nicht nur bakteriellen/viralen Schleim und Biofilm, sondern reduziert auch deutlich die schädigende Wirkung vieler Antibiotika auf die Mitochondrien (oxidativer Stress). Dieser schädigende Effekt auf die Mitochondrien tritt übrigens bei bakteriostatischen Antibiotika (z.B. Tetrazykline, Makrolide) anscheinend nicht auf.

Grapefruitkern-Extrakt

entweder Citrosept oder Citrobiotic (die 800er)

Zweite Wahl: Citricidal; Citroplus

Wirkung: Bricht die zystische Form der Borrelien auf und tötet sie. Tötet wahrscheinlich auch die Spirochätenform und ist angeblich auch ein Biofilm-Auflöser. Die Frage, ob die chemischen Zusätze, die angeblich in den meisten Grapefruitkern-Extrakten enthalten sind (Triclosan und Benzethoniumchlorid), die eigentliche antibakterielle Wirkung des Grapefruitkern-Extraktes ausmachen und ob die Produkte Citrosept und Citrobiotic diese Zusätze definitiv nicht enthalten (so heißt es zumindest in den Produktbeschreibungen), lässt sich nicht zweifelsfrei beantworten.

D-Aminosäuren (Beispiel: D-Tyrosin)

Wirkung: Löst Biofilm auf (laut wissenschaftlichen Studien)

Biocidin

Wirkung: antimikrobiell, insbesondere hocheffektiv beim Auflösen verschiedener Biofilme (laut Studie 90 bis 98 % in 24 Stunden)

Mannitol

Wirkung: Borrelien werden ins Blut zurückgelockt

Kardentinktur (Karde/Kardenwurzel)

Wirkung: Verändert das Milieu im Körper. Es holt die Borrelien aus schlecht durchblutetem Gewebe heraus, indem es dieses erwärmt. Dadurch kehren die Borrelien in den Blutkreislauf zurück und können dort vernichtet werden. Man muss wissen, dass nur ein Extrakt mit fettigen Lösungsmitteln (Ethylacetat oder Dichlormethan) die nötigen Bestandteile enthält, nicht aber ein Extrakt mit einem wasserlöslichen Lösungsmittel (Alkohol).

Manuka-Honig (Methylglyoxal/MGO muss mindestens 400+ sein)

Wirkung: starke antibakterielle Wirkung, wahrscheinlich jedoch keine direkte Wirkung auf Borrelien. Aber es entlastet den Körper, da es bei akuter und chronischer Sinusitis und bösen Magenbakterien antibakteriell wirkt und auch jeweils den Biofilm auflöst. Mehrwöchige Anwendung als Nasenspülung/Nasenspray und Einnahme von 2 Teelöffeln täglich.

Meerrettich

Wirkung: schleimlösend und antibakteriell (direkte Wirkung auf Borrelien unbekannt)

Xylitol:

Wirkung: Auflösung von kariesbildendem Biofilm an den Zähnen (wahrscheinlich jedoch keine direkte Wirkung auf Borrelien)

Im amerikanischen Internet wird zudem über einige weitere Mittel zur Auflösung von Biofilm (Stichworte: breaking up biofilm, biofilm dissolvers, lyme biofilm) berichtet.

2. Borrelien töten (Reihenfolge ist zufällig!)

Grapefruitkern-Extrakt

Citrosept; Citrobiotic (800er) (zweite Wahl: Citricidal; Citroplus)

Wirkung: Bricht die zystische Form der Borrelien auf und tötet sie. Tötet wahrscheinlich auch die Spirochätenform und ist angeblich auch ein Biofilm-Auflöser. Die Frage, ob die chemischen Zusätze, die angeblich in den meisten Grapefruitkern-Extrakten enthalten sind (Triclosan und Benzethoniumchlorid), die eigentliche antibakterielle Wirkung des Grapefruitkern-Extraktes ausmachen und ob die Produkte Citrosept und Citrobiotic diese Zusätze definitiv nicht enthalten (so heißt es zumindest in den Produktbeschreibungen), lässt sich nicht zweifelsfrei beantworten.

Biologo-Lyme und Biologo-Detox

Wirkung: Spezialpräparate zur Borreliose-Therapie

Meersalz + Vitamin C in hoher Dosis

Notakehl / Sanum

Propolis

Cistus incanus/Zistrose

Wirkung: vielleicht nur Abwehrwirkung gegen Zecken, die dann den Geruch der Haut hassen und fernbleiben? Direkte Wirkung auf Borrelien noch ungeklärt.

SanaCare Zist

Wirkung: radikale Milieuveränderung (Basenhaushalt) zum Rausschmeißen der Borrelien + Entgiftung mit Zeolith

Tic Tox/TicTox (Tic Tox 1 und Tic Tox 2)

Lauricidin (Monolaurin)

Wirkung: antiviral und antibakteriell (Wirkung auf Borrelien unbekannt)

Lactoferrin

Wirkung: antiviral und antibakteriell (Wirkung auf Borrelien unbekannt)

Samento / Krallendorn (Extrakt aus einer bestimmten Katzenkrallen-Varietät (*Uncaria tomentosa*), die nur einen Teil der typischen Inhaltsstoffe enthält); ACHTUNG: Kann angeblich das Bakterienwachstum nachhaltig fördern.

Banderol (Extrakt aus einer Baumrinde; bei NutraMedix)

Wirkung: direkt gegen Borrelien und Co-Infektionen

Otoba parvifolia (ein Muskatnussgewächs)

Kokosöl (Caprylsäure)

Wirkung: Wehrt Zecken ab und ist gleichzeitig antimykotisch und antibakteriell

Knoblauch (oder direkt den Wirkstoff kaufen: stabilisiertes Allicin)

Wirkung: gefriergetrockneter Knoblauch gegen Mikroben, Toxine, Schwefel

Apfelweinessig/Apfelessig

Ingwer/Gingerol

Rizole / Rizol-Therapie / Rizol Gamma und Zeta

Wirkung: antimikrobiell. Rizole lösen angeblich Biofilm auf und besiegen die Borrelien durch Oxidation in allen ihren Larvenformen nachhaltig. Erst während der Entgiftung einnehmen, sonst entstehen zu viele Toxine.

cAMP D30 (subkutan spritzen)

Wirkung: Unterstützung von Antibiotika gegen intrazelluläre Borrelien (evtl. auch Aufknacken der zystischen Borrelien) und Unterstützung des Zellstoffwechsels

Kardentinktur (Karde/Kardenwurzel)

Wirkung: Karde verändert das Milieu im Körper. Es holt die Borrelien aus schlecht durchblutetem Gewebe heraus, indem es dieses erwärmt. Dadurch kehren die Borrelien in den Blutkreislauf zurück und können dort vernichtet werden. Wichtig ist, dass nur ein Extrakt mit fettigen Lösungsmitteln (Ethylacetat oder Dichlormethan) die nötigen Bestandteile enthält, nicht aber ein Extrakt mit einem wasserlöslichen Lösungsmittel (Alkohol).

Kolloidales Silber (Meso-Silber/MesoSilver, stabil, 25 ppm, 250 ml, 2 x 1 Teelöffel/tgl.)

Wirkung: Borreliose und auch chronische Sinusitis (antibakteriell)

Formel für die maximale Einnahmemenge pro Tag: <http://www.silversafety.org/pyramid.html>

Kolloidales Silber z. B. zusammen mit Emser-Salz in die Nasendusche

Stevia und evtl. Cumanda (*Campsiandra angustifolia*)

Wirkung von Stevia: Laut Dr. Eva Sapi tötet Stevia im Labor sowohl die Spirochätenform (60 %) als auch die zystische Form (insbesondere letztere: 98 %).

Cumanda at a higher dilution (1:900 dilution) reduced the spirochete form by 24% and the cyst forms by 5%. When quantitative effects on biofilm were evaluated, Cumanda reduced the formation of colonies (biofilms) by 43% (1:600 dilution). (Info zu Cumanda: Um eine langfristige Immunität von Cumanda zu vermeiden, rät der Produzent von Cumanda, dieses Produkt mit Samento (= Katzenkrallen) abzuwechseln. Die Einnahme von Cumanda muss genauso wie bei Samento langsam aufgebaut werden.)

Lakato

Wirkung: Laut Dr. Eva Sapi ähnlich wie Stevia, jedoch weniger effektiv

Resveratrol

Wirkung: Tötet angeblich die Spirochätenform der Borrelien, jedoch nur in hohen Dosen (ab 500 mg pro Tag, auf den Tag verteilt)

Houttuynia-Tinktur

Wirkung: Wirkt antimikrobiell gegen Co-Infektionen von Borreliose wie Bartonella

Oreganoöl (Öl aus wildem Berg-Oregano; unbedingt auf einen hohen Carvacrol-Gehalt achten)

Wirkung: hauptsächlich antimykotisch; daher wahrscheinlich besser nach dem eigentlichen Borrelentöten einnehmen, um der Entstehung von Pilzen im Darm vorzubeugen

Pathoremo von Gunnar Torbohm

Diverse Therapieprotokolle:

Klinghardt-Protokoll mit Mimosa pudica und anderen Mitteln

Marshall Protocol (von Trevor Marshall)

Hintergrund: Die natürliche Funktion der Vitamin-D-Rezeptoren wird von den Bakterien gestört/blockiert; dadurch wird zu viel Vitamin D 1,25 produziert, was die von den Bakterien verursachten Entzündungen sogar noch anfeuert. Ziel: Reparatur der Vitamin-D-Rezeptoren + keine Vit.D3-Einnahme mehr + Antibiotika

Protokoll von Dr. Peta Cohen:

Enzyme zusammen mit EDTA, dann nach dreißig Minuten Antibiotika. Eine Stunde später intestinale Adsorbentien, um die bakteriellen Zerfallsprodukte zu binden. Hier verwendet man Chitosan, Zitruspektin, eine spezielle Bikarbonat-Formel, organisches Germanium, Chlorella und andere. Desweiteren benutzt man Puffer-Substanzen wie gepuffertes Vitamin C

Kernprotokoll von Stephen Buhner:

CORE PROTOCOL

Nattokinase zum Biofilm auflösen, und dazu:

1. Japanese Knotweed (Source Naturals Resveratrol with 500mg Polygonum cuspidatum per tablet) - 1-4 tablets 3-4x daily for 8-12 months (Resveratrol)
2. Cat's claw - 1-4 tablets 3-4x daily for 2-3 months, then 2-3 capsules 3x daily (Uncaria tomentosa)
3. Eleutherococcus - 1/2 to 1 tsp upon rising and at lunch
4. Astragalus - 1,000mg daily (not to be used in chronic lyme)

Er benutzt also Uncaria Tomentosa wie Dr. Lee Cowden, aber keine TOA-freie Variante.

Alternativmedizinische Therapieverfahren:

Frequenztherapie/Hochfrequenz-Zapper

Wirkung: Kann auf die Frequenz von Borrelien eingestellt werden und führt so dazu, dass sich diese im Körper nicht mehr wohlfühlen

Biofeldtherapie/Biophysikalische Medizin

Photonentherapie (Bionic 880; Biophotonentherapie)

Ozontherapie (Eigenblut mit Ozon angereichert)

Thermotherapie (Wärme)

Sauerstofftherapie (IHHT; Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Therapie)

Überdruck-Sauerstoff-Therapie (HBOT; Hyperbaric Oxygen Therapy)

3. Entgiften, Leber unterstützen und Darm reparieren (z. B. Leaky gut)

Mariendistel-Extrakt

Wirkung: Unterstützung der sehr angestregten Leber während (und nach) der Antibiotikatherapie

Dr. Wolz Darmflora plus select

Sehr gutes Probiotikum

Bactoflor 10/20

Sehr gutes Probiotikum

Kijimea Basis und andere (von Kijimea)

Probiotikum

Präbiotika (Prebiotika) wie Inulin oder Galaktooligosaccharide (GOS), um das Wachstum der „guten“ Darmbakterien zu fördern

L-Glutamin

Über viele Wochen, evtl. sogar längerfristig (monatelang) einnehmen. Am besten in Pulverform: 2 bis 3 mal täglich einen gestrichenen Teelöffel (= ca. 5 Gramm) in Wasser auflösen und trinken.

Wirkung: Bei einigen Patienten deutliche Besserung des Symptoms „Erschöpfung nach kleineren Anstrengungen“ und gleichzeitig sehr effektiv bei der Reparatur und Abdichtung der Darmschleimhaut (Leaky gut). Angeblich soll man nach einer 3-monatigen Einnahme ein paar Wochen lang pausieren und dann wieder weitermachen.

Lecithin (mit möglichst viel Phosphatidylcholin)

Wirkung: Reparatur und Abdichtung der Darmschleimhaut

Flohsamenschalenpulver

Wirkung: Quillt stark auf, bildet eine schleimige Substanz und reinigt so den gesamten Darm.

Achtung: Nicht zusammen mit anderen therapeutischen Substanzen einnehmen, sondern frühestens eine Stunde nach deren Einnahme, sonst wird die Aufnahme dieser Substanzen im Darm evtl. behindert.

Chlorella

Wirkung: gegen Viren, Bakterien und Toxine (Ausleitung)

Bärlauch

Wirkung: Bindung und Ausleitung von Schadstoffen und Toxinen

Koriander

Wirkung: gegen bestimmte Bakterien, Viren und Toxine (Ausleitung)

Achtung: Die Ausleitung mit Chlorella, Bärlauch und Koriander nach Dr. Klinghardt sollte unbedingt nach seinem speziellen Protokoll und in der hier genannten bestimmten Reihenfolge geschehen.

Stark chlorophyllhaltige Pflanzen zum Entgiften/Ausleiten im gesamten Körper, z. B. Moringa-Pulver (2 halbe Teelöffel täglich)

Knoblauch (oder direkt den Wirkstoff kaufen: stabilisiertes Allicin)

Wirkung: gefriergetrockneter Knoblauch gegen Mikroben, Toxine, Schwefel

Entero-Teknosal (kolloidale amorphe Kieselsäure/hochdisperses Siliciumdioxid)

Wirkung: Arbeitet lediglich im Magen-Darm-Trakt und bindet alle möglichen Schadstoffe und Toxine von Bakterien und Viren (wahrscheinlich bindet es auch die pathogenen Bakterien und Viren selbst), die dann zusammen mit der Kieselsäure ausgeschieden werden; ist außerdem hochwirksam bei akuten oder chronischen Durchfallerkrankungen, ohne jedoch Verstopfung zu verursachen

Activomin (Huminsäure) bzw. Mumijo Shilajit (mit Huminsäure und Fulvosäure/Fulvinsäure)

Wirkung Huminsäure: Bindet und entgiftet Schadstoffe und mikrobielle Gifte im Darm; schützt die Magen- und Darmschleimhaut und fördert so deren Heilung. Achtung: Activomin bindet evtl. auch

therapeutische Substanzen (Nahrungsergänzungsmittel, Medikamente) und sollte daher mindestens eine Stunde nach deren Einnahme genommen werden.

Wirkung Fulvosäure/Fulvinsäure: Geht auch ins Blut über und bindet im Körper Schadstoffe, u. a. auch Glyphosat

Activomin:

http://www.activomin.de/Activomin_Gebrauchsinformation.pdf

Gute Kombipräparate mit beiden Säuren:

<https://www.optimallyorganic.com/products/fulvic-ionic-minerals>

<https://www.amazon.de/Shilajit-Humins%C3%A4ure-Fulvins%C3%A4ure-Himalaya-Michalzik/dp/B00DTIGH7A>

Heilerde

Wirkung: Entgiften, vor allem während des Bakterientötens. Biofilm im Darm kann man angeblich ebenfalls mit Heilerde sowie milchsauer vergorenen Präparaten auflösen. Klinghardt sagt dazu, man soll dies erst dann tun, wenn man schon relativ gut vorbehandelt ist, weil sonst das Immunsystem heillos überfordert ist mit der Flut an Keimen, die frei werden.

Zeolith/Bentonit

Wirkung: wie Heilerde

N-Acetylcystein (NAC) und Calcium-EDTA

Wirkung: beide zum Entgiften und zum Toxine-/Schwermetalle-Ausleiten während der Auflösung von Biofilmen

EDTA

Wirkung: Dient dazu, die Mineralstoffe, die in den aufgelösten Biofilmen enthalten sind, zu chelatieren (so können sie dann ausgeleitet werden)

Oreganoöl (Öl aus wildem Berg-Oregano; unbedingt auf einen hohen Carvacrol-Gehalt achten)

Wirkung: hauptsächlich antimykotisch; daher wahrscheinlich besser nach dem eigentlichen Borrelentöten einnehmen, um der Entstehung von Pilzen im Darm vorzubeugen

4. Oxidativen Stress reduzieren, Entzündungen heilen, Erschöpfung lindern und Schmerzen behandeln

N-Acetylcystein (NAC):

Wirkung: Löst nicht nur Schleim/Biofilm, sondern fördert auch die Bildung von Glutathion in der Leber und reduziert deutlich die schädigende Wirkung vieler Antibiotika auf die Mitochondrien (oxidativer Stress). Diese Schädigung der Mitochondrien tritt bei bakteriostatischen Antibiotika (z.B. Tetrazykline, Makrolide) übrigens nicht auf.

Siehe auch: Calcium-EDTA

Granatapfel

Wirkung: Reduziert den oxidativen Stress, der durch Antibiotika entsteht

Sulforaphan (bzw. Broccoraphan Pulver; alternativ auch Brokkoli-Pulver, dann aber mehrere Teelöffel täglich davon)

Wirkung: starkes Antioxidans aus der Brokkoli, das sogar Krebs heilen kann

Curcumin

Wirkung: stark entzündungshemmend; jedoch unbedingt auf die Bioverfügbarkeit des Präparates achten

Omega-3-Fettsäuren: am besten Krillöl (da Lachsöl Schwermetalle enthalten kann), evtl. auch Leinöl

Wirkung: entzündungshemmend; fördern den Energiestoffwechsel

Anleitung Krillöl aus dem Internet: Beginnen Sie in den ersten zwei Wochen mit einer Start-Dosis von 2 bis 4 Kapseln (à 500 mg) pro Tag (am besten mit dem Frühstück oder einer anderen Mahlzeit). Ab der dritten Woche können Sie die Dosis reduzieren und nur noch 1 bis 2 Kapseln pro Tag einnehmen. Manche Menschen bleiben jedoch zwei Monate lang bei der höheren Dosis, bevor sie sie auf 1 bis 2 Kapseln reduzieren.

Borretschöl

Wirkung: enthält sehr viel entzündliche Gamma-Linolensäure

Astaxanthin

Wirkung: entzündungshemmend, stark antioxidativ

OPC

Wirkung: stark antioxidativ

L-Glutamin

Über viele Wochen einnehmen. Am besten in Pulverform: 2 bis 3 mal täglich einen gestrichenen Teelöffel (= ca. 5 Gramm) in Wasser auflösen und trinken.

Wirkung: Besserung der Erschöpfung nach Anstrengungen

Rhodiola rosea (Rosenwurz)

Wirkung: Lindert bei längerfristiger Einnahme Stressintoleranz, Erschöpfungszustände usw.

CordyMax Cordyceps

Wirkung: gegen Erschöpfung allgemein

D-Ribose / Ribose

Wirkung: Lindert bestimmte Formen der chronischen Erschöpfung

cAMP D30 (subkutan spritzen)

Wirkung: Unterstützung des Zellstoffwechsels (mehr verfügbare Energie) sowie Unterstützung von Antibiotika und natürlichen antimikrobiellen Mitteln gegen intrazelluläre Borrelien (evtl. auch Aufknacken der zystischen Borrelien)

Ingwer

Wirkung: gegen Muskel- und Gelenkschmerzen sowie Entzündungen

Weihrauch

Wirkung: gegen Gelenkschmerzen, entzündungshemmend, schmerzlindernd

Teufelskralle

Wirkung: gegen Gelenkschmerzen, entzündungshemmend, schmerzlindernd

Arthrol

Wirkung: gegen Arthrose-Gelenkschmerzen

Astrozym bzw. Karazym (Astrozym ist laut einer Untersuchung der DAZ von der proteolytischen Gesamtaktivität pro Tablette her besser als Karazym!)

Wirkung: proteolytische Enzyme zur Muskel- und Gelenkschmerzbehandlung; der Heilungsprozess von Narben/Verletzungen/Zerrungen/Schwellungen/Operationen wird beschleunigt, Entzündungen gehen zurück; sehr wahrscheinlich ist auch eine Wirkung als Biofilm-Auflöser

Sheabutter/Sheanussbutter

Wirkung: gegen Gelenkschmerzen und Arthrose. Wirkt auch dermatologisch (Neurodermitis, Juckreiz)

Habanero (Chili)

Wirkung: schmerzstillend, bessere Durchblutung

Glucosamin + Chondroitinsulfat

Wirkung: Gelenke, Knorpel

Ozontherapie

5. Immunsystem reparieren/modulieren/stärken

Acetyl-L-Carnitin:

Wirkung: Stärkung des Immunsystems, fördert die Energieproduktion und vieles mehr

Artemisia (Beifuß):

Wirkung: Stärkung des Immunsystems

Schwarzkümmelöl

Wirkung: Stärkung des Immunsystems / immunmodulierend und entzündungshemmend /schmerzlindernd, außerdem positive Wirkung auf den Blutdruck und viele weitere gute Effekte

Olivenblattextrakt

Wirkung: Stimuliert die Produktion der NK-Zellen und aktiviert so das Immunsystem

Betaglucan Kapseln (500 mg pro Kapsel)

Wirkung: Aktiviert die Makrophagen; am besten einmal täglich 800 bis 1.500 mg (= 2 bis 3 Kapseln) auf nüchternen Magen einnehmen; zweimal jährlich als Dreimonatskur, im Herbst/Winter durchgehend

Ginseng

Andrographis (Kalmegh)

Wirkung: antiviral, antibakteriell, entzündungshemmend, immunmodulierend

Mikroimmuntherapie

Ozontherapie