

Covid-19-Impfung – Vorbereitung für den Impftermin

Um ein mögliches Risiko von „unerwünschten Nebenwirkungen“ zu vermindern sollten Sie ggf. folgendes beachten, da dies Faktoren sein könnten, die mögliche „unerwünschte Nebenwirkungen“ nach einer Impfung oder deren „Auffrischung“ / „Booster-Impfung“ begünstigen könnten:

Lymphzirkulation

> Die **Lymphzirkulation** sollte möglichst „frei“ sein.

Hinweise, dass ggf. die Lymphzirkulation eingeschränkt ist, können z.B. vermehrte Wassereinlagerungen in den Beinen, schmerzhafte Lymphknoten im Bereich der Leiste, Achseln oder Kopfbereich (unterhalb des Kinns, Nacken, Hals u.a.) sein sowie ggf. auch Schmerzen an Schambein, Leiste, Hüfte, Gesäß oder z.B. an der Beininnenseite.

Entzündliche Prozesse

> Akute, chronische oder „stille“ **Entzündungen** sollten möglichst nicht bestehen.

Laborwerte mit denen diese Prozesse überprüft werden können sind z.B. CRP bzw. **hsCRP** (hochsensitives CRP zum möglichen Nachweis von stillen Entzündungen).

Information zum Laborwert hsCRP [Hochsensitives CRP](#) [hsCRP Assay](#)

Gleichzeitig erscheint es sinnvoll, dass die Versorgung mit Nährstoffen, die für die **körpereigene Heilung von entzündlichen Prozessen** wichtig sind, gut ist.

U.a. sind dies **Omega-3-Fettsäuren** (z.B. in Leinöl, Krill Öl, Fisch Öl), **Vitamin B3, Zink, Magnesium**. Darüber ist eine gute Versorgung mit **Vitamin D** (gewichtsbezogen dosiert), **Selen, Vitamin C und proteolytischen** („eiweißverdauende“) **Enzymen** empfehlenswert.

Focus-Artikel [Feuer im Körper](#): „Stille Entzündungen – heimliche Gefahr, ohne dass wir es merken“

Mögliches Thromboserisiko

> Ein mögliches Risiko für **Thrombosen** sollte vermindert sein.

Die Laborwerte **Hämatokrit** und **Thrombozyten** können Hinweis liefern ob Blut ggf. „zu dick“ ist, wodurch ggf. ein mögliches Thromboserisiko erhöht werden könnte, da die Viskosität des Blutes beeinflusst wird.

Um ein **Thromboserisiko** zu bewerten ist ggf. der medizinische Laborwert „**D-Dimer**“ hilfreich.

Bei Laboruntersuchungen vor / nach einer Impfung zeigte sich, dass dieser Wert **nach einer Impfung i.d.R. höher war**, was möglicherweise auf ein höheres Thromboserisiko hinweisen kann.

I.d.R. kann ein erhöhter D-Dimer Wert mit Heparin oder natürlichem Vitamin E gesenkt werden

Mögliches Risiko für Herzmuskelentzündung / Gefäßentzündung

> Laut „Sicherheitsberichten“ des PEI können bei jüngeren Menschen **Entzündungen der Herzmuskulatur, des Herzbeutels bzw. Blutgefäße** begünstigt werden.

Am 24.11.2021 hat zudem das PEI in einer Pressemeldung mitgeteilt, dass ein Register zur **„Erfassung von Kindern und Jugendlichen mit Verdacht auf Myokarditis nach COVID-19-Impfung“** neu eingerichtet wurde. ([Pressemeldung PEI](#)), was darauf hindeutet, dass ein entsprechender Bedarf für so ein Register zu bestehen scheint.

Ein mögliches Risiko für **Gefäßentzündungen, Schlaganfall** und **Herzinfarkt** kann vor und nach der Impfung ggf. durch den Laborwert „**LP-PSA2**“ abgeklärt werden.

*Einige Wissenschaftler sind der Ansicht, dass dieses Lipoprotein – also ein Eiweiß - ggf. nicht nur ein „Risikofaktor“ für einen Herzinfarkt ist, sondern sogar **die „Ursache“** und wahrscheinlich nicht unbedingt Cholesterin.*

I.d.R. kann erhöhtes LP-PSA2 durch Vitamin C gesenkt werden (z.B. 2 bis 3 g täglich). Statine (Cholesterinsenker) haben keine senkende Wirkung. (Quelle)
> Wenn junge, vermeintlich „gesunde“ Menschen z.B. „plötzlich“ beim Sport „tot umfallen“, könnte oft im Vorfeld LP-PSA2 erhöht sein, was aber i.d.R. nicht überprüft wird.

Gute Versorgung mit Mikronährstoffen – „Betriebsstoffe“ im Körper

> Die Nährstoffversorgung – speziell mit **Antioxidanzien** (Vitamin A, C & E) sowie **Vitamin D** u.a. – sollte gut im **„oberen“ Normbereich** (Vitamin D z.B. i.d.R. optimal bei 50 bis 70 ng/ml) sein.

Aufgrund Behandlungen von Patienten mit Nebenwirkungen nach der Impfung, konnten wir bei diesen Patienten häufig beobachten, dass ein Bedarf speziell für folgende Wirkstoffe bestand:

Die Angaben sind nur zur Orientierung gedacht, da jeder Patient bzw. jeder Einzelfall individuell zu betrachten ist. Es erscheint sinnvoll schon vor der Impfung darauf zu achten.

Coenzym Q10 z.B. 100 bis 300 mg täglich

Q10 ist u.a. wichtig für den Energiestoffwechsel (Citratzyklus) - regeneriert Vitamin C, E, Glutathion
Weitere Information <https://orthoknowledge.eu/forschung/coenzym-q10/coenzym-q10/>

Activomin, z.B. PZN 00703026 gem. Beipackzettel (Einnahme 5 Tage vor der Impfung beginnen)
Activomin bindet u.a. Schadstoffe, Bakterien, Viren, Gifte, verbessert Immunabwehr und unterstützt Darmfunktion.

Weitere Informationen <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2006/daz-49-2006/uid-16940>

Reduziertes Glutathion & Selen z.B. 200 – 500 mg täglich
z.B. ca. 200 µg Natriumselenit täglich

Glutathion ist in fast allen Zellen in hoher Konzentration enthalten und gehört zu den wichtigsten als Antioxidans wirkenden Stoffen im Körper.

Weitere Information https://www.biokrebs.de/images/download/Therapie_Infos/Glutathion.pdf

NAC N-Acetyl-L-Cystein z.B. 2 x 600 mg täglich

Weitere Information siehe [Übersicht zu Studienpublikationen](#), 3. und 4. Seite

Omega-3-Fettsäuren z.B. 1000 bis 3000 mg Krill-Öl täglich

Weitere Information

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/ernaehrung/nahrungsergaenzung/omega-3-uebersicht/omega-3>

Magnesium z.B. 2 x 1 Kapsel 1080 mg Magnesiumcitrat mit 150 mg Magnesium

Magnesium ist wichtig für ca. 3.000 Prozesse. U.a. z.B. Energieproduktion in jeder Zelle, Entgiftungsprozesse, Heilung von Entzündungen, Regulation Nerven und Blutdruck, Bildung von Botenstoffen im Nervensystem

Nach der Impfung scheint unterstützend folgendes sinnvoll zu sein:

7 Tage lang täglich 3 x 1 Globuli **Thuja D6** unter der Zunge zergehen zu lassen
Die Einnahme sollte ca. 15 Minuten vor einer Mahlzeit erfolgen. Vor der Einnahme den Mund mit einem Glas Wasser spülen

& ggf. verschiedene **B-Vitamine**

Speziell wenn Nerven betroffen sind oder bei Gürtelrose nach Impfung

& ggf. [proteolytische \(eiweißspaltende\) Enzyme](#) (z.B. Präparat „Innovzym Pur“)
Diese unterstützen u.a. die Heilung von entzündlichen Prozessen wie z.B. bei einer Gürtelrose und unterstützen die Modulation der Immunabwehr

Sollten trotzdem **nach einer Corona-Infektion** oder **Impfung** „Veränderungen“, neu auftretende Beschwerden oder Symptome bemerkt werden, sollten diese sinnvollerweise nicht ignoriert werden, um mögliche längerfristige Auswirkungen zu vermeiden. [Fragebogen](#)

- Des Weiteren sprechen verschiedene Argumente auch nach einer Impfung dafür die **körpereigene Immunabwehr zu stärken**.

Siehe Hinweise auf der letzten Seite

Bitte beachten Sie, dass diese allgemeine Information keine Beratung oder Behandlung durch einen erfahrenen Arzt oder Therapeuten ersetzen kann. Individuelle Beschwerden, Vorerkrankungen oder Wechselwirkungen mit Medikamenten und ähnliches können im Rahmen dieser Information nicht berücksichtigt werden. Des Weiteren basieren diese Informationen nur auf „Beobachtungen“ und stellen keine Information im Sinne einer anerkannten wissenschaftlichen Studie dar. Die Anwendung erfolgt auf eigene Verantwortung und Risiko. Ebenfalls sollte die ärztliche Information und Belehrung im Rahmen der Impfung beachtet werden.

Aufgrund dieser Informationen soll nicht der Eindruck erweckt werden, dass es möglich ist die „Impfung auszuleiten“ oder die mögliche gesundheitsschädliche, toxische, entzündungsfördernde Wirkung der enthaltenen Wirk- und Zusatzstoffe „aufzuheben“.
(*Siehe z.B. Information bzgl. „Nanopartikel“ auf der nächsten Seite.*)

Im Rahmen dieser Informationen geht es vielmehr darum Risiken für mögliche unerwünschte Wirkungen entgegen zu arbeiten oder diese abzumildern.

Aktuell kann noch niemand sagen, welche Wirkung letztendlich die synthetisch hergestellten Wirk- und Zusatzstoffe langfristig haben könnten. Aktuell publizierte Informationen zur „Ungefährlichkeit“ und „Wirksamkeit“ basieren letztendlich immer auf den Publikationen der impfstoffproduzierenden Unternehmen. *Gerade im Hinblick auf „Wirksamkeit“ wurde bereits mehrfach „nach unten“ korrigiert.*

Im Rahmen einer Pathologie-Konferenz wurden einige ggf. beachtenswerte Veränderungen von erfahrenen und anerkannten Pathologen beobachtet. Nach wie vor ist es eher unüblich, dass bei Personen, die zeitnah nach einer Impfung verstorben sind, eine Obduktion durchgeführt wird.

Somit ist die Datenlage eher „dünn“ und in vielen Fällen, ist laut Ansicht von vielen Ärzten und Professoren, davon auszugehen, dass eine später auftretende Wirkung, nur schwer der Impfung zugeordnet werden kann oder wird, auch wenn ggf. deren Häufigkeit öfters zu beobachten ist.

Laut PEI gibt es keine langfristigen Nebenwirkungen bei Impfstoffen und diese sind sicher.

[Information Pathologie-Konferenz mit Link zum Video-Stream](#)

Mögliche Risiken von Nebenwirkungen laut öffentlichen Publikationen

In den „Sicherheitsberichten“ des Paul-Ehrlich-Instituts haben Sie die Möglichkeit sich über mögliche Nebenwirkungen einer Impfung zu informieren.

[Paul-Ehrlich-Institut – Daten gemeldeter Nebenwirkungen Corona-Impfungen](#)

Einige Faktoren der neu entwickelten Impfstoffe können wahrscheinlich erst in einigen Jahren nachhaltig bewertet werden – und es wird letztendlich für Betroffene schwer werden, dass eine Zuordnung zu einem Impfstoff anerkannt wird.

> RNA und DNA Impfstoffe enthalten **Nanopartikel**. Dies betrifft auch die „neuen“ COVID-19-Totimpfstoffe, die voraussichtlich ab 2022 angeboten werden.

Es gibt zahlreiche Informationen, dass sich Nanopartikel in **Hirn, Leber, Lunge und Nieren** einlagern und diese z.B. langfristig Gewebeeränderungen, entzündliche Prozesse sowie DNA-Schäden begünstigen können und auch toxisch sind.

Eine Therapie um Nanopartikel aus dem Körper zu entfernen ist uns derzeit nicht bekannt.

Publikationen zur möglichen Gefährlichkeit von Nanopartikeln gibt es zahlreiche, doch diese im Rahmen von Impfstoffen oder Medikamenten kaum eine Beachtung:

> Ärztezeitung

<https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Wie-gefaehrlich-sind-Nanopartikel-315240.html>

> Bundesministerium für Bildung und Forschung

<https://www.bmbf.de/de/nanopartikel---eine-gefahr-fuer-unser-gehirn-8798.html>

> Wikipedia Abschnitt [Risiken für den Menschen](#)

> Spiegel

<https://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/gesundheitsrisiko-umweltbundesamt-warnt-vor-nanotechnologie-a-656362.html>

> Focus

<https://www.focus.de/gesundheit/diverses/gesundheitsrisiko-umweltbundesamt-warnt-vor-nanotechnologie-a-656362.html>

> Übersichtsarbeit

<https://www.bmbf.de/de/nanopartikel---eine-gefahr-fuer-unser-gehirn-8798.html>

Im Hinblick auf mögliche **entzündliche Prozesse / Gewebeeränderung der Herzmuskulatur** und / oder des Herzbeutels **nach einer COVID-19-Impfung** hat, dass Paul-Ehrlich-Institut am 24. November 2021 ein Pressemitteilung veröffentlicht, dass ein Register zur **Erfassung von Kindern und Jugendlichen mit Verdacht auf Myokarditis nach COVID-19-Impfung** eingerichtet wurde (siehe [PEI MYKKE Register](#))

Auch wenn eine Herzmuskelentzündung behandelbar ist, sind ggf. langfristige Auswirkungen, Einfluss auf Lebensdauer oder Leistungseinschränkungen für das (Kinder)Herz durch mögliche Vernarbungen u.ä. i.d.R. nicht vollständig auszuschließen.

> Im Rahmen der (Notfall)Zulassung dieser Impfstoffe wurden (Stand Anfang 2021) diese scheinbar nicht an Menschen mit schweren Vorerkrankungen, Allergien, Krebs, Autoimmunerkrankungen, chronischen Entzündungserkrankungen, Multi-Medikation u.ä. getestet. Zudem waren die meisten Probanden in den pharmazeutischen Studien – die Anfang 2021 noch nicht abgeschlossen waren – unter 50 Jahren.

Somit kann ein mögliches mittel- oder langfristiges Risiko nicht abschließend bewertet werden.

Bis Dezember 2021 hatte noch kein Impfstoff eine ordentliche Arzneimittelzulassung wie das Paul-Ehrlich-Institut mitteilt, obwohl diese Impfstoffe nun seit über einem Jahr

verwendet werden. Auch hatte bis Dezember 2021 kein Impfstoffhersteller eine Phase-III-Studie abgeschlossen bzw. waren entsprechende Daten nicht publiziert.

> **Die in den Impfstoffen enthaltene RNA bzw. DNA ist nicht die Original RNA / DNA des Virus, sondern wird für den Impfstoff genetisch verändert künstlich nachgebildet.**

Diese RNA / DNA-Kopie wird mit Hilfe von Nanopartikeln in Zellen des Geimpften transportiert.

Ob durch diese „Kopie“ mögliche Risiken für „unerwünschte Nebenwirkungen“ mittel- oder langfristig begünstigt werden können, kann wahrscheinlich erst in einigen Jahren abschließend bewertet werden.

Einige durchaus interessante Fragen zu **genbasierten Impfstoffen** - denen bald auch **genbasierte Medikamente** folgen dürften - stellt [Prof. Dr. med. Friedrich Lübbecke im Ärzteblatt](#).

> Aktuell scheint noch immer nicht sicher geklärt zu sein, wie lange ein möglicher Impfschutz besteht und in welchen Zeitrahmen ggf. „Auffrischungsimpfungen“ notwendig sind. In der Diskussion scheinen Zeiträume von **drei bis vier Monaten** zu stehen.

Wenn Sie also z.B. aktuell noch eine Lebenserwartung von 40 Jahren haben, bedeutet dies rund 160 Impfungen.

Die Häufigkeit der zukünftigen Impfung könnte dabei ggf. Einfluss auf mittel- oder langfristige Nebenwirkungen haben in Bezug auf Nanopartikel, Zusatzstoffen u.a. Faktoren, da diese mit jeder „Auffrischungsimpfung“ potentiell kumulieren.

> In wie weit ggf. weitere enthaltene Zusatzstoffe der Impfstoffe mittel- oder langfristig mögliche „unerwünschte Wirkungen“ begünstigen können ist aktuell nur schwer absehbar, da sich deren Auswirkung im Körper oft erst nach Jahren zeigt, wie dies z.B. auch bei Nanopartikeln oder anderen industriellen Schadstoffen der Fall ist.

Auch wie sich die COVID-19-Impfstoffe ggf. langfristig auf „Fruchtbarkeit“ oder Hirnfunktion sowie kognitive Fähigkeiten u.a. auswirken könnte, kann aktuell niemand mit 100 %iger Sicherheit sagen.

Alle derzeitig veröffentlichten Informationen in Publikationen zur „Ungefährlichkeit“, „Wirksamkeit“ sowie „Unbedenklichkeit“ basieren letztendlich auf Untersuchungen und Daten der Impfstoff-produzierenden Pharmaunternehmen.

Zu beachten ist grundsätzlich, dass i.d.R. sogenannte „unerwünschte Nebenwirkungen“ sowie auch die angestrebte Wirkung von Medikamenten, oft erst nach einigen Jahren nachhaltig bewertet werden kann. Dieser Sachverhalt führte in der Vergangenheit wiederholt dazu, dass Medikamente wieder vom Markt genommen werden mussten wegen erheblichen Nebenwirkungen, obwohl diese im Rahmen der pharmazeutischen Zulassung vorher als „unbedenklich“ und „wirksam“ eingestuft waren.

Siehe z.B. [Süddeutsche Zeitung](#) [ARD \(Das Erste\)](#) [Zentrum der Gesundheit](#)

Auch bei Impfstoffen hat es diese Problematik scheinbar bereits in der Vergangenheit gegeben und sie wurden vom Markt genommen (z.B. RotaShield, HecaVac, Preflucel, Prevenar, ActHIB, Ticovac).

Dass es im Rahmen von möglichen Risikobewertungen für Impfstoffe ggf. **Interessenkonflikte** gegeben sein können – sowohl im Hinblick darauf Risiken „unter“ oder „über“ zu bewerten - wurde in der Publikation **„Conflicts of Interest in Vaccine Safety Research“** beschrieben.

https://www.researchgate.net/profile/Gayle-Delong/publication/221871714_Conflicts_of_Interest_in_Vaccine_Safety_Research/links/559064f408ae47a3490ecbd3/Conflicts-of-Interest-in-Vaccine-Safety-Research.pdf

Immunabwehr stärken – trotz Impfung?!

Grundsätzlich ist es beachtenswert, dass eine Impfung – die darauf ausgerichtet ist gegen einen bestimmten Erreger zu wirken - **nicht gleich bedeutend ist mit der Stärkung der körpereigenen Immunabwehr**. Zudem hat die körpereigene Immunabwehr weit mehr „Aufgaben“ als ein Impfstoff.

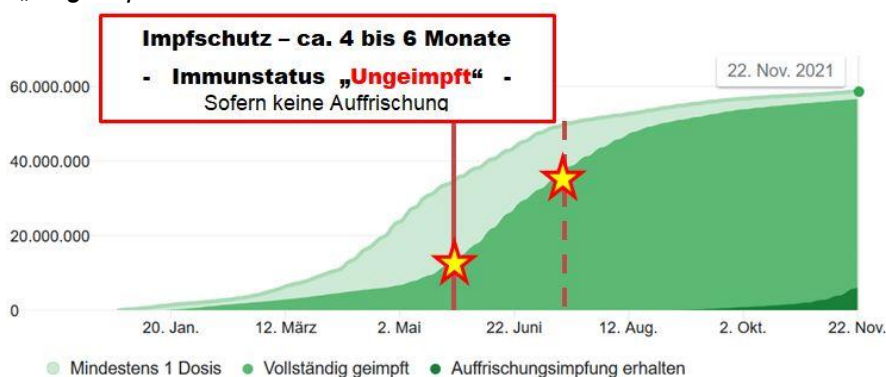
Einige Informationen um die körpereigene Immunabwehr zu verbessern habe ich in nachfolgendem PDF zusammengestellt - sowie auch Empfehlungen zur unterstützenden Behandlung einer COVID-19-Infektion [Mikronährstoffe & Immunabwehr](#)

Die offizielle Datenlage bestätigt weitgehend, dass es auch für Geimpfte – und auch für deren Angehörige sowie Kinder – sinnvoll sein dürfte, **die eigene Immunabwehr zu stärken**:

> COVID-Impfung bietet scheinbar nur einen zeitlich begrenzten Schutz.

Im Rahmen einer schwedischen Studie mit 1,8 Millionen Menschen wurde festgestellt, dass der Impfstoff nach ca. 4 bis 6 Monaten keinen Schutz mehr bietet. Das Studienergebnis wird laut Medienberichten von Impfindustrie und Experten überwiegend bestätigt. [Publikation BR24](#)

Laut dieser Datenlage könnten somit ggf. Menschen – ohne Auffrischungsimpfung - die vor August bzw. Juli 2021 geimpft wurden - aktuell (im November 2021) eher wieder den Immunstatus bzgl. COVID-19 eines „Ungeimpften“ haben. Hier wäre eine starke Immunabwehr sinnvoll.



> Laut einer britischen Studie können Geimpfte den Coronavirus fast genauso übertragen wie Ungeimpfte – nur die Viren scheinen ggf. schneller abgebaut zu werden.

[Link zur Studienpublikation](#) [SAT1 Video „Geimpfte sind fast genauso infektiös wie Ungeimpfte“](#)

> Laut Informationen des PEI und RKI schützt der Impfstoff nicht vor einer Infektion – sondern vermindert wahrscheinlich das Risiko für einen schweren Verlauf.

Im RKI Wochenbericht wurde informiert, dass bis zu 45 % der COVID-Patienten, die ins Krankenhaus eingeliefert werden mussten, zweifach geimpft waren.

Siehe [Wochenberichte RKI](#) [Drosten „Keine Pandemie der Ungeimpften“](#)

> Eine Coronaimpfung bewirkt scheinbar keine (Herden)Immunität.

Es ist wie bei der Grippeimpfung – sie muss dauerhaft aufgefrischt werden. RKI-Chef Wieler spricht in diesem Zusammenhang von einem „guten kostenfreien Impf-Abo“ – ansonsten wird nach einigen Monaten wieder der Status eines „Ungeimpften“ erreicht.

[RKI: Herdenimmunität bei Covid-19 nicht realistisch](#)

> Impfung scheint nicht der heilige Gral zu sein. Gibraltar hat am **21. November 2021** eine Impfquote von 100 % und die Booster-Impfquote liegt bei 47,6 %.

Trotzdem liegt die 7-Tage Inzidenz bei 1.219,9. **Schuld können nicht die „Ungeimpften“ sein** ([Quelle](#))

> Bei einigen Geimpften sind scheinbar Veränderungen von Laborwerten nach der Impfung zu beobachten. U.a. können ggf. auch zeitweise die Laborwerte für die **Zellen der Immunabwehr** vermindert sein - und somit kann ggf. in dieser Zeit die Infektionsanfälligkeit für **andere Erreger** bei Betroffenen erhöht sein. [Beispiel](#)

Somit erscheint es auch unter diesem Aspekt auf eine starke körpereigene Immunabwehr zu achten.