

Statement zum Infektionsrisiko mit Viren, auch Corona-Viren, Vorsitzender der Gesundheitskommission des BVMW Herrn Dr. med. Hans-Joachim Petersohn, Senator h. c.

In Zeiten erhöhter Virusbelastung, die jedes Jahr im Frühjahr auf die Bevölkerung erneut zukommt, ist das Wichtigste die Immunstärkung des Wirtes, des Menschen.

Hier empfehlen wir immunstärkende, antivirale Medikationen und durch Mundspray Stärkung der Erstabwehr in Bezug auf die Tröpfcheninfektion sowie einen vollgefüllten Vitamin D- und Vitamin C-Speicher.

Gemäß der Lehre von „Louis Dechamp: Der Wirt bestimmt die Aggressivität des Erregers“ ist die Chance, sich zu infizieren umso kleiner, je besser die eigene Immunabwehr funktioniert.

Konkret in Bezug auf die Bedrohung durch Coronavirus gelten allgemeine Vorsichtsmaßnahmen wie:

- **Abstand zu infizierten Personen mindestens 2 Meter**
- **Sorgfältige Händehygiene mit mind. 20 Sekunden Desinfektion**
- **Vermeidung größerer Menschenansammlungen**
- **Husten und Niesen in die Ellenbeuge – Infektionsrisiko geringer, als in die Hand**

reduzieren das Infektionsrisiko extrem. Im Zweifelsfalle, wenn Symptome auftreten wie:

- Temperatur über 39 Grad Celsius
- Husten/Niesen
- andere grippale Symptome

sollte man einen Arzt aufsuchen und ggf. einen Rachenabstrich machen lassen.

Empfehlung von Dr. med. Hans-Joachim Petersohn:

- 1.) Vitamin D: 2 x 5.000 Einheiten pro Tag
- 2.) Selen 20 mg: 1-0-1
- 3.) Zink: 0-0-1
- 4.) Kupfer 1-0-0
- 5.) eventuell kann auch Vitamin C noch das Immunsystem stärken, hierzu ist die Datenlage aber sehr dünn und wir empfehlen
1 Tablette pro Tag, wenn ein Vitaminmangel nachgewiesen wurde, von 1.000 mg

Gez. Dr. Hans-Joachim Petersohn