

Seit mehr als einem Jahr leiden die Menschen an den restriktiven Massnahmen. Dabei wird überwiegend Angst geschürt und der Eindruck vermittelt, dass wir der Erkrankung hilflos gegenüber stehen. Jedoch wird der wichtigste Trumpf, über den wir natürlicherweise verfügen, völlig ausser Acht gelassen - unsere Immunabwehr.

Ein starkes Immunsystem ist der beste Schutz gegen Krankheiten - gegen Viren, Borrelien, FSME, Krebs, Autoimmunerkrankungen uvm. Der Psychoneuro-Immunologe Prof. Dr. Dr. Christian Schubert äusserte in einem Interview: „Soziale Beziehungen sind meiner Meinung nach der wirkmächtigste Faktor auf unser Immunsystem, weshalb wir sie mit Fug und Recht als das Gesundheitselixier schlechthin bezeichnen können.“ Aufgrund der Lockdown-Massnahmen geht er davon aus, dass vor allem vorbelastete Menschen schwere psychische Erkrankungen entwickeln.

“Angst, wenn sie chronifiziert, ist ein regelrechter Immunkiller“. Der deutsche Arzt Dr. Robby Schlund weist auf einen anderen, wenig beachteten Zusammenhang hin. Das Immunsystem braucht ständiges Training und eine Auseinandersetzung mit Keimen. Durch übertriebene Hygiene bzw. Desinfektion wird das Immunsystem infolge mangelnden Trainings schwach, weil auch die Keime mit abgetötet werden, die helfen, Krankheitserreger im Körper zu bekämpfen. So können sich gefährliche Keime entwickeln, ähnlich den multiresistenten Keimen in Krankenhäusern, gegen die Antibiotika nicht mehr wirksam sind. Es stellt sich die Frage: „Desinfizieren wir die ganze Welt und haben dann Probleme mit richtig schlimmen Keimen oder versuchen wir, ein Leben mit den Mikroben zu führen?“

Quellen: Monatszeitschrift *natur & heilen*, Nr. 1/2021 und 3/2021/*Psyche und Immunsystem* | <http://www.christian-schubert.at/>
<https://www.youtube.com/watch?v=pcDy-ygipbM> ab min 4.17 -10:30 | S&G Handexpress 12/2021