

ZUR SOFORTIGEN FREIGABE

Orthomolekularer Medizinischer Informationsdienst, 1. Februar 2022

Wie COVID mir geholfen hat, meine Gesundheit wiederzuerlangen

Leitartikel von Thomas E. Levy, MD, JD

OMNS (1. Februar 2022) Die meisten wirklich gesunden Menschen wissen gar nicht, dass sie gesund sind, vor allem, wenn sie noch nie an einer schweren chronischen Krankheit oder Infektion gelitten haben. Und das ist eine normale Reaktion darauf, gesund zu sein. Man genießt einfach das Leben, ohne auf die vielen Möglichkeiten zu schauen, wie man irgendwann ungesund werden könnte. Jemand, der noch nie unter Kopfschmerzen gelitten hat, wird sich nicht wundern, dass er kopfschmerzfrei ist. Jemand, der noch nie Sodbrennen nach einem Bier und einer Pizza hatte, wird sich nicht wundern, wie gut sich sein Magen und sein Darm danach fühlen. Menschen, die völlig gesund sind und es schon immer waren, die zu schätzen wissen, wie wertvoll diese Gesundheit ist, und die hart daran arbeiten, alles zu tun, um gesund zu bleiben, sind die seltensten Menschen. Die meisten Menschen, die hart daran arbeiten, gesund zu bleiben, waren in der Vergangenheit schon einmal schwer krank und haben nicht den Wunsch, wieder krank zu werden. Es liegt in der Natur des Menschen, das Unwohlsein zu bemerken und sich darauf zu konzentrieren, und nicht, das Wohlbefinden zu feiern.

Ich habe mich nie als außergewöhnlich gesund oder krank betrachtet. Aber ich hatte immer das Gefühl, dass mein Immunsystem, aus welchen Gründen auch immer, zu keiner Zeit meines Lebens optimal funktionierte. Heuschnupfen, Niesen, laufende Nase und Husten aufgrund eines Postnasal-Drip begleiten mich seit meinem siebten oder achten Lebensjahr (zum Zeitpunkt der Niederschrift dieses Artikels bin ich 71 Jahre alt). Meine Mutter konnte mir ein Rezept für Chlorpheniramin (*Chlorphenamin*) besorgen, ein Antihistaminikum, auf das ich mich zur Linderung der Symptome buchstäblich mein ganzes Leben lang verlassen habe (und das seit langem ohne Rezept erhältlich ist). Obwohl ich schon in jungen Jahren wusste, dass es nicht "normal" war, alle paar Tage eine Schachtel Kosmetiktücher zu verbrauchen, hatte ich keine andere Wahl, als dies zu akzeptieren und damit zu leben.

In ähnlicher Weise bestand mein größtes Gesundheitsproblem die meiste Zeit meines Lebens darin, dass ich mir leicht Erkältungen und Grippe zuzog und diese dann auch behielt. Solche Infektionen dauerten bei mir immer Wochen, mit teilweise starkem chronischem Husten und oft monatelangem Unwohlsein. Eine chronische Nasenverstopfung machte einen wirklich erholsamen Schlaf oft unmöglich, zusammen mit den häufigen Hustenkrämpfen, die mich nach dem Einschlafen aufweckten. Viele Jahre lang ging mein chronischer Husten mit einem metallischen Geschmack im hinteren Teil meines Rachens einher, den ich auf die eisenhaltigen Erreger zurückführte, die sich dort angesiedelt haben mussten.

Bei Röntgenuntersuchungen beim Zahnarzt wurde immer wieder festgestellt, dass sich in den

Nebenhöhlen direkt über meinem Oberkieferknochen Flüssigkeit befand (in den Nebenhöhlen sollte sich niemals Flüssigkeit befinden). Und obwohl mir in der Vergangenheit infizierte Zähne in der Nähe dieser Nebenhöhlen gezogen wurden, schien sich die chronische Sinusitis (*Nebenhöhlenentzündung*), unter der ich litt, dadurch nicht wirklich zu bessern.

Diese chronischen Zustände führten dazu, dass ich mehrere Monate bis zu einem Jahr lang mit der Vernebelung einer großen Anzahl verschiedener Wirkstoffe experimentierte, beginnend vor einigen Jahren, als ich zum ersten Mal das therapeutische Potenzial der Vernebelung erkannte während der Literaturrecherche für mein Buch *Magnesium: Reversing Disease (Umkehrung von Krankheiten)*. Als ich schließlich die Physiologie von Wasserstoffperoxid im Körper erforschte und begann, es zu vernebeln, erzielte ich eine unglaubliche Erleichterung bei vielen der oben beschriebenen Nebenhöhlen-Nasen-Rachen-Symptome. Die wissenschaftlichen Gründe für diese klinischen Erfahrungen werden in meinem Buch "Rapid Virus Recovery" erläutert, das ich als eBook zur Verfügung gestellt habe, weil es die Heilung von Virusinfektionen der Atemwege, einschließlich COVID, konsequent beschleunigt. (Um ein Gratisexemplar herunterzuladen, besuchen Sie www.rvr.medfoxpub.com). Frühere OMNS-Artikel, die sich mit diesen und verwandten Themen befassen, sind unter anderem:

- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n37.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n43.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n13.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n15.shtml>
- <http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n24.shtml>

Am 11. Dezember 2021 wurde ein weiterer meiner OMNS-Artikel veröffentlicht (<http://orthomolecular.org/resources/omns/v17n28.shtml>). In diesem Artikel wurde die synergistische Beziehung zwischen Vitamin C und Cortisol [Hydrocortison] erörtert, insbesondere im Zusammenhang mit ihrer Rolle bei der Reaktion des Körpers auf akuten Stress, Infektionen und Toxinexpositionen. Der Artikel geht kurz gesagt davon aus, dass alle möglichen positiven klinischen Reaktionen auf eine Erkrankung letztlich durch die Normalisierung des zytoplasmatischen Vitamin-C-Spiegels in den betroffenen Zellen erreicht werden. Sehr hohe Dosen von Vitamin C (Dosen von 50 Gramm intravenös oder höher) sind dabei wirksam, aber niedrigere Dosen von mehreren Gramm Vitamin C, oral oder intravenös, scheinen die Unterstützung von Cortisol zu benötigen, um optimale intrazelluläre Vitamin-C-Spiegel zu erreichen.

Ironischerweise erschien dieser Artikel etwa zwei Wochen, bevor ich unmittelbar vor dem Schlafengehen einen lang anhaltenden Schüttelfrost bekam. Am nächsten Morgen war meine Infektion mit COVID in meinem Körper fest verankert. Da keine Kurzatmigkeit auftrat, war meine ungeprüfte Vermutung, dass ich mich mit der Omikron-Variante angesteckt hatte. Dennoch ging es mir in den nächsten 10 Tagen so schlecht wie noch nie in meinem Leben. Die auffälligsten Symptome waren starke Müdigkeit und die fast völlige Unfähigkeit, mich zu konzentrieren und an etwas zu denken. Ich hatte überhaupt keinen Appetit oder Hunger und verlor prompt die Fähigkeit, Nahrung zu schmecken. Es war sogar zu anstrengend, überhaupt kauen zu wollen. Am schlimmsten war es, wenn ich das bisschen Energie, das ich hatte, mit ein paar Proteinshakes am Tag aufrechterhalten konnte. Ich glaube, ich weiß jetzt, wie sich ein Zombie fühlen muss.

Nachdem die ersten Tage vorbei waren, beschloss ich, mir intravenös Vitamin C zu verabreichen. Ich tat dies zunächst nicht, weil ich einfach nicht die Energie oder die Konzentration dazu hatte. Ich füllte 25 Gramm Vitamin C in eine 50-ccm-Spritze und steckte mir eine 21er-Schmetterlingsnadel in den linken Arm. Da ich bei einer solchen Prozedur normalerweise sehr durstig bin, hatte ich ein Root Beer zu trinken bereit, während ich mit der Injektion fortfuhr. Bemerkenswerterweise hatte mein erster Schluck vor dem Setzen der Schmetterlingsnadel nur wenig Geschmack und war nur entfernt als Root Beer zu erkennen. Nach etwa 3 oder 4 Minuten, in denen ich etwa 9 bis 10 Gramm

Vitamin C als Infusionsschub verabreichte, nahm ich einen weiteren Schluck Root Beer. Ich war **fassungslös**. In diesem Moment hatte ich meinen Geschmack vollständig zurückgewonnen, und das Root Beer war vollmundig würzig. Es war sofort klar, dass die schnelle intravenöse Verabreichung einer hohen Dosis Vitamin C den mit der COVID-Infektion verbundenen Geschmacksverlust vollständig rückgängig machen konnte.

Da ich keine Lust hatte, mir in den folgenden Tagen wiederholt intravenöse Vitamin-C-Injektionen zu geben, erinnerte sich mein benebeltes Gehirn an den Artikel, den ich über Vitamin C und Cortisol geschrieben hatte. Nachdem ich die Situation mit meinem Freund und Kollegen Dr. Ron Hunninghake von der Riordan-Klinik besprochen hatte, beschloss ich, zusätzlich zu meinem oralen Vitamin C auch orales Hydrocortison einzunehmen. Mehrmals täglich nahm ich eine 20-mg-Hydrocortison-Tablette zusammen mit 4 Gramm normalem Vitamin C und 3 bis 10 Gramm liposomal verkapseltem Vitamin C von LivOn Labs ein. Ich begann schnell positiv zu reagieren.

Hinzu kommt, dass ich eine gute Freundin hatte, die sich in dieser Zeit liebenswürdig um mich kümmerte. Sie hatte gerade eine Woche zuvor ihre Behandlung wegen COVID beendet und fühlte sich gut, abgesehen von dem anhaltenden vollständigen Geschmacksverlust, der sie verständlicherweise sehr beunruhigte. Nach meiner hochdosierten IV-Vitamin-C-Injektion, die zu einer raschen Rückkehr des Geschmacks führte, beschloss ich, ihr oral 3 g liposomal verkapseltes Vitamin C mit 20 mg Cortisol zu verabreichen. Einige Stunden später bemerkte sie, dass sie wieder etwas schmeckte. Dies wiederholte sich in den folgenden drei Tagen, wobei ihr Geschmacksempfinden nach der vollständigen 4-tägigen VC-Cortisol-Therapie wieder nahezu normal war. Für mich war klar, dass die VC-Cortisol-Kombination wie durch Zauberhand Vitamin C in die Zellen bringt.

Post-COVID-Erholung

Als meine durch VC-Cortisol unterstützte Genesung abgeschlossen war, wurde mir klar, dass meine klinischen Überraschungen erst am Anfang standen. Nicht nur, dass ich meine COVID-Erkrankung nach einer etwa zweiwöchigen Krankheitsphase endlich vollständig überwunden hatte, ich stellte auch schnell fest, dass mein früherer "Gesundheitszustand" nicht nur zurückgekehrt war, sondern dass ich mich **besser** fühlte als seit 30 bis 40 Jahren. Nachdem ich die Situation mit Dr. Hunninghake besprochen hatte, beschloss ich, dass meine übliche tägliche Vitamin-C-Zufuhr durch eine begleitende Verabreichung von Cortisol optimiert werden sollte. Die chronische Verabreichung niedriger Dosen von Hydrocortison wird ausführlich in William McK. Jefferies Buch, *Safe Uses of Cortisol*, ausführlich behandelt. Nach einigen Versuchen und Irrtümern bei der Dosierung, basierend auf einem Gefühl des Wohlbefindens, entschied ich mich schließlich für eine 3g-Dosis von liposomal verkapseltem Vitamin C in Verbindung mit einer 10mg-Dosis Hydrocortison zweimal täglich, einmal um 8 Uhr morgens und das andere Mal um etwa 16 Uhr.

Durch die Arbeit von Dr. Jefferies wurde mir klar, dass ich fast mein ganzes Leben lang, vor allem aber in den letzten 30 Jahren, an einer fortgeschrittenen Nebennierenerschöpfung mit Cortisolinsuffizienz gelitten hatte. Das Vitamin-C-Cortisol-Protokoll hatte die nachfolgend beschriebenen bemerkenswerten Wirkungen und verbesserte oder löste eine breite Palette von Symptomen, die fast alle schon seit Jahrzehnten vorhanden waren:

- Die vollständige Beseitigung der laufenden Nase und der damit verbundenen allergieähnlichen Symptome.
- Die Auflösung einer chronischen Flüssigkeits-/Schleimansammlung im linken Mittelohr, die manchmal mit Schwindelgefühlen einherging und es buchstäblich unmöglich machte, mit nach links gedrehtem Kopf auf dem Kissen zu schlafen, ohne dass einem schwindlig wurde.

- Die Rückkehr zu einer jederzeit freien und leichten Atmung, ohne Perioden von verstopfter Nase und der Notwendigkeit, durch den Mund zu atmen. Auch das Verschwinden des "Lufthungers", einer seltsamen, neurotisch anmutenden Unfähigkeit, "voll" zu atmen, ohne dass eine echte Kurzatmigkeit zugrunde liegt. Sie "verschwand" in dem Moment, in dem ich mich ablenken ließ und etwas anderes tat, als mich auf meine Atmung zu konzentrieren.
- Die Fähigkeit, durchgängig gut zu schlafen, etwas, das ich in meinem ganzen Leben noch nie erlebt hatte.
- Die **vollständige** Beseitigung des chronischen Hustens (der durch das Wasserstoffperoxid-Vernebelungsprotokoll zwar stark reduziert, aber nicht vollständig beseitigt worden war); Familie und enge Freunde hatten meinen "Drang", täglich hunderte Male zu husten, einfach akzeptiert, selbst wenn keine akute Atemwegsinfektion vorlag. Es ist tatsächlich die minimale Rückkehr des Hustenreizes (ein "Wächter"-Symptom), die es mir erlaubt, die Stärke oder Häufigkeit einer Cortisol-Dosis mit meinem Vitamin C zu erhöhen, normalerweise vorübergehend.
- Der Wegfall der Notwendigkeit, meine Vernebelung regelmäßig fortzusetzen, da der Husten dazu neigt, erneut aufzutreten, wenn ich es nicht mindestens alle paar Tage tat.
- Das vollständige Verschwinden des jahrelangen metallischen Geschmacks im Hals.
- Eine auffallende Steigerung der Energie, ohne die Notwendigkeit oder den Wunsch, Nickerchen zu machen.
- Ein auffallender Rückgang des Pulses und eine Stabilisierung des häufig erhöhten Blutdrucks (der Puls ging von hohen 80ern bis niedrigen 90ern auf hohe 60er zurück; der Blutdruck sank diastolisch von 80 bis 90 auf mittlere 60er bis niedrige 70er Werte).
- Vollständige Beseitigung von jahrzehntelangem Sodbrennen und saurem Magen, wobei eine enorme tägliche Einnahme von Natriumbicarbonat und anderen Mitteln zur Linderung erforderlich war.
- Eine Verbesserung der seit langem bestehenden Hitze- und Kälteempfindlichkeit sowie ein dramatischer Rückgang der nächtlichen Schweißausbrüche, die in den letzten ca. 8 Jahren täglich auftraten.
- Ein deutlicher Rückgang der seit vielen Jahren bestehenden chronischen Schmerzen im unteren Rückenbereich.
- Der Verlust der Neigung zu Depressionen.
- Das völlige Verschwinden des Verlangens nach Zucker, mit einem sehr geringen Verlangen, Süßigkeiten zu konsumieren, selbst wenn sie leicht verfügbar sind. Ich bin immer noch erstaunt über das Verschwinden dieser lebenslangen "Sucht".

Nebennieren-/Kortisolinsuffizienz: Die unerkannte Pandemie

Wenn man bedenkt, dass die meisten älteren Menschen nicht mehr in der Lage sind, ausreichende Mengen an Sexualhormonen oder Schilddrüsenhormonen zu produzieren, wird es logisch, auch mit den Informationen aus Dr. Jefferies' Buch, dass die große Mehrheit der Erwachsenen irgendwann einen Punkt erreicht, an dem sie nicht mehr in der Lage sind, in Ruhe oder nach Stress genügend Cortisol zu produzieren, um gesund zu bleiben. Und wie bei jedem Hormonmangel kann der Grad des Mangels je nach Person minimal bis schwerwiegend sein. Bei meiner Reihe von Symptomen stellte sich heraus, dass ich fast mein ganzes Leben lang einen erheblichen Mangel hatte, und in den letzten 30 Jahren wohl einen ziemlich schweren.

Der vollständige Verlust der Cortisol-Synthese und -Sekretion durch die Nebennieren wird als Addison-Krankheit bezeichnet. Eine vollständige Cortisolersatztherapie mit eventuell bis zu 40 mg Hydrocortison täglich in geteilten Dosen kann diesen Menschen ein normales Leben ermöglichen. Ohne eine solche Ersatztherapie tritt jedoch sehr schnell der Tod ein, oft im Zusammenhang mit einer schnellen und überwältigenden Infektion, in der Regel einer Virusinfektion.

Wie in dem oben zitierten OMNS-Artikel vom 11. Dezember 2021 (*Vol 17, No. 28*) erörtert, kann eine Arbeitsdiagnose für ein gewisses Maß an Nebennierenschöpfung/Cortisolinsuffizienz gestellt werden, wenn man sich eine Atemwegsinfektion zuzieht, die nicht innerhalb eines Tages oder weniger überwunden werden kann. Die klassischen Symptome einer akuten Grippe zum Beispiel sind im Wesentlichen **identisch** mit den Symptomen eines tiefgreifenden Mangels an Cortisolsekretion im Körper. Wenn jedoch genügend Vitamin C und Cortisol vorhanden sind, bekommen Sie einfach keine Virusinfektion (oder genauer gesagt, **können Sie keine** bekommen). Und wenn Sie einer überwältigenden viralen Belastung ausgesetzt sind, werden Sie nur leichte Symptome bekommen, die schnell wieder abklingen. Als Faustregel gilt, dass eine Erkältung, Grippe oder COVID, die mehrere Tage andauert, mit einer leichten Nebennierenschöpfung einhergeht. Je länger die Infektion jedoch andauert, desto mehr ist von einer Cortisolinsuffizienz auszugehen.

Grundsätzlich sind die Krankheitserreger immer vorhanden, und die Fähigkeit, normale Vitamin-C-Spiegel in den Körperzellen (und den Atemwegen) aufrechtzuerhalten, sorgt dafür, dass wir gesund bleiben und die Erreger in Schach halten. Wenn diese Fähigkeit beeinträchtigt ist, kommt es immer zu Infektionen und schließlich zu chronischen Krankheiten.

Die einzige Möglichkeit, eine unterstützende Cortisoltherapie mit Vitamin C durchzuführen, ist natürlich ein integrativer Arzt, der bereit ist, mit Ihnen zu arbeiten. Wenn Sie einen Arzt finden, der für ein solches Protokoll offen ist, kann er/sie mir gerne eine E-Mail schicken:
televymd@yahoo.com.

(Der Kardiologe und Rechtsanwalt Thomas E. Levy ist mitwirkender Redakteur des Orthomolecular Medicine News Service. Dr. Levy ist als Berater für LivOn Labs tätig).

Ernährungsmedizin ist orthomolekulare Medizin

Die orthomolekulare Medizin setzt eine sichere und wirksame Ernährungstherapie zur Bekämpfung von Krankheiten ein. Für weitere Informationen: <http://www.orthomolecular.org>

Der von Experten begutachtete Orthomolecular Medicine News Service ist eine gemeinnützige und nicht-kommerzielle Informationsquelle.

Redaktioneller Prüfungsausschuss:

(please see at end of the original english version)
(bitte sehen Sie am Ende der engl. Originalversion nach).