

Grippe- und Erkältungserkrankungen natürlich behandeln!

Erkältungserkrankungen und grippale Infekte werden oft durch Abwehrschwächen des Körpers ausgelöst. Die Anwendung von Antibiotika ist jedoch nur selten notwendig und schwächt das körpereigene Immunsystem zusätzlich. Durch die Einnahme von Grapefruitkernextrakt (GKE) ist ein natürlicher Schutz gegen Grippe- und Erkältungserreger möglich. Die in vielen Anwendungsstudien bewiesene Schutz- und Abwehrwirkung dieses außergewöhnlichen Pflanzenextraktes ermöglicht ein natürliches immunstärkendes Wirkungsspektrum.

Feuchtigkeit, Nässe und Kälte sind meist die Faktoren, die die Abwehrmechanismen des Körpers kurzzeitig schwächen und oft erst auf diese Weise eine grippale Infektion ermöglichen. Wird der Organismus jedoch mit geeigneten Natursubstanzen in seinen Abwehrprozessen unterstützt, kann er diese Immunitätslücken schließen und auf eine infektiöse Bedrohung wesentlich effektiver reagieren. Immer mehr Menschen erkranken bis zu 6-mal jährlich an grippalen Erkältungserkrankungen und sind damit eigentlich bereits chronisch erkältet. Besonders Kinder und ältere Menschen sind davon verstärkt betroffen. Auch relativ banale grippale Infekte, die früher eine kurze Verlaufsform hatten, zeigen gegenwärtig meist aufgrund einer Schwächung des Immunsystems eine Neigung zum chronischen Verlauf. Menschen, die unter häufigen und bereits chronischen grippalen Erkältungserkrankungen leiden, benötigen daher eine natürliche Unterstützung ihrer Abwehrkräfte.

Antibiotika nur bei Komplikationen notwendig Aus naturheilkundlicher Sicht erscheint die meist noch zu oft angewendete konventionelle Antibiotikabehandlung bei Grippe- und Erkältungsbeschwerden fragwürdig. Dies umso mehr, als die Mehrzahl der Erkältungserkrankungen überwiegend durch Viren hervorgerufen werden, die mit Antibiotika nicht bekämpft werden können. Es hat sich gezeigt, dass selbst Komplikationsverläufe eines grippalen Infektes durch eine Antibiotikabehandlung nicht sicher verhindert werden können. Patienten, die keine Antibiotika einnehmen, haben ebenso selten mit ernsthaften Folgen und Komplikationen zu rechnen, wie Erkrankte, die von Anfang an

antibiotisch behandelt wurden. Durch eine nicht zwingend notwendige antibiotische Therapie können darüber hinaus Selbstheilungsmechanismen blockiert und das Immunsystem des Körpers geschwächt werden. Daher sollte der Einsatz von Antibiotika grundsätzlich nur bei einer stark akuten Verschlechterung oder bei beginnenden Komplikationen erwogen werden.

Typische Erkältungssymptome

- Kopf- und Gliederschmerzen
- Rachenentzündung/Schluckbeschwerden
- Schnupfen/Husten
- Stirnhöhlenbeschwerden
- Ohrenschmerzen
- Fieber

Ein wichtiger Aspekt bei der naturheilkundlichen Behandlung von Erkältungserkrankungen ist eine rasche Anregung und Unterstützung der Körperabwehr, denn die eigentliche Infektion hat hier oft ihre Ursache. Bei vielen Grippepatienten liegt eine erheblich geschwächte zelluläre Abwehrlage vor, die den Erkältungsviren einen zu großen Entwicklungsspielraum lässt. GKE kann die zellulären Immunitäts- und Abwehrprozesse unterstützen. Durch seine Zusammensetzung hat er einen Ansatzpunkt, der grippale Infekte und darüber hinaus auch viele entzündlich-infektiöse Erkrankungen mit einschließt. Insgesamt übt GKE einen aktivierenden Stimulationseffekt auf das geschwächte unspezifische Immunsystem aus. Von den GKE-Inhaltsstoffen

nimmt die große Gruppe der sekundären Pflanzenstoffe eine entscheidende und wesentliche Rolle ein. Dazu gehören Pektine, Carotinoide (β -Carotin), Limonoide und die besonders aktiven Bioflavonoide Naringin, Isoakuranetin, Neohesperidin, Hesperidin, Dihydrokaempferol, Poncirin, Quercetin, Apigenin, Rutinosid, Rhoifolin und Nobelitin. Besonders in der komplexen Verbindung mit dem ebenfalls im GKE enthaltenen Vitamin C entfalten diese Stoffe ausgeprägte antioxidative und zellschützende Eigenschaften. Mittlerweile werden diverse GKE-Präparate angeboten. Umso wichtiger ist es, ein bewährtes und qualitativ hochwertiges Produkt anzuwenden, am besten in zertifizierter Bioqualität, ohne Alkohol, Pestizidrückstände oder Konservierungsmittel (z.B. aus der Apotheke).

Karl-Heinz Rudat
Heilpraktiker

kh.rudat@t-online.de

