

Frage von Snoopy36: Virusinfekt seit 4 Wochen, bek. Ibuprofen gegen Schmerzen. Was kann ich noch tun, fühle mich kraftlos, etc..

Link: <http://www.imedo.de/community/questions/show/6989-virusinfekt-seit-4-wochen-bek-ibuprofen-gegen-schmerzen-was-kann-ich-noch-tun-fuehle-mich-kraftlos-etc-snoopy-36>

von [bermibs](#) ♂

Hallo Snoopy36,  
da kann ich Dir die Stärkung Deines Immunsystems mit Vitamin C in höheren Dosen empfehlen. Bei Lidl gibt es 300 mg-Kapseln. Davon mindestens 3 - 4 täglich. In der Apotheke gibt es "Orthomol immun" mit 950 mg Vitamin C. Allerdings wesentlich teurer (50 € im Monat).

Für die langfristige Supplementierung kann ich Dir ein Produkt von Biovea empfehlen:

[http://www.biovea-deutschland.com/Biovea/product\\_detail.aspx?PID=277&CID=361#](http://www.biovea-deutschland.com/Biovea/product_detail.aspx?PID=277&CID=361#)

Als Soforthilfe wäre auch ein natürliches Antibiotikum angeraten, was auch gegen Viren hilft. Es ist das kolloidale Silber. Gib doch mal den Suchbegriff bei imedo ein. Da gibt es einige Beiträge dazu. Hier noch ein Aufsatz dazu:

<http://www.naturepower.ch/fileadmin/pdf/gesundheitswissen/aufsatz%2080.pdf>

Liebe Grüße  
bermibs

von Gaensebluemin

Hier mal ein paar Links zu "**kolloidalem Silber**" - das offenbar gar nicht zu Heilzwecken beworben werden darf, weil es keineswegs harmlos zu sein scheint:

<http://www.imedo.de/community/questions/show/2657-wer-hat-erfahrung-heilungserfolge-mit-kolloidalem-silber>

<http://www.imedo.de/community/questions/show/2386-was-wirkt-aehnlich-wie-ein-antibiotikum-rezeptpflichtig-und-ist-rezeptfrei-in-apotheken-erhaeltlich-greetz-cz>

<http://www.imedo.de/group/topics/show/436-was-tun-bei-hoffentlich-schwacher-harnleiterentzndung/2>

Anmerkung: Ich persönlich habe mich nie mit kolloidalem Silber beschäftigt und wann/will auch gar nix weiter dazu sagen - ich weise hier nur zur Vorsicht auf andere Stimmen dazu hin.

### **Zur Frage:**

Virologische Tests belegen: Bestimmte Eiweißstoffe im **Holunder** verhindern das Eindringen der Erkältungsviren in unsere Zellen, vervielfachen zusätzlich die Abwehrkräfte und hemmen das **Wachstum** von **Bakterien** + Viren. siehe <http://www.imedo.de/group/topics/show/57178-holunder-beeren-und-blueten-lecker-und-heilend-als-fliedertee-hollerkiachl-holundersuppe-hustengelee>

Mit reichlich **Vitamin C** (-> Zitrusfrüchte, roter Paprika, schwarze Johannisbeeren, Kiwi, Hagebuttenmark/-tee, Sanddornsaft, ...) lässt sich hervorragender Immunschutz aufbauen - doch die echte Po-

wer-Wirkung gibt's nur **in Verbindung mit Vitamin E** (also z. B. Nüsse an den Obstsalat, hochwertiges Pflanzenöl an den Paprika-Salat, ...).

**"Künstliches" (also isoliertes) Vitamin C** zur Erkältungsabwehr hilft übrigens erst ab einer täglichen Dosis von etwa 2 g - da jedoch ist es nicht mehr für jeden verträglich und die Nebenwirkungen sind ungenügend ausgetestet. Vor der Einnahme dieser Menge ohne Absprache mit dem Arzt muss also gewarnt werden!

Gegen Viren helfen insbesondere **einige ätherische Öle** recht gut (die meisten davon helfen aber auch gegen Bakterien) - vor allem Teebaumöl, Niaouliöl, Eukalyptusöl/Zitroneneukalyptusöl + Bergamotte (-> darf max. 1%ig angewendet werden!) - sowie auch Lavendel + Nelke + Thymian + Wacholder + Zitrone. Geht natürlich nur - wenn Du das Zeug verträgst. (Allgemeines dazu + nen Verträglichkeitstest findest Du hier: <http://www.amedo.de/group/topics/show/58988-allgemeines-zu-aetherischen-oelen-ihrer-verwendung-und-zur-aromatherapie> )

Diese Öle (z. B. 4-5 Tr. Teebaum + 4 Tr. Lavendel + 2-3 Tr. Bergamotte/Niaouli/Nelke/Eukalyptus/Thymian ... oder andere Kombis oder nur eins pur ... insgesamt ca. 10 Tropfen) kannst Du z. B. **als Bad** anwenden: Direkt mit einigen EL Olivenöl vermischt ins warme Badewasser geben - oder noch besser erst mit dem Öl mischen + Dich damit einölen + dann ins warme Wasser steigen. Nach etwa 15-20 min baden + dabei tief inhalieren raus + kurz abtupfen + ab ins warme Bett + am besten schlafen oder jedenfalls mind. 1-2 h ruhen.

**Ein perfekter Virenkiller ist auch diese Mischung** für 1 Vollbad: 10 Tropfen Zitronenöl + 7 Tropfen Lavendelöl + 2 Tropfen Thymianöl - mit 100 ml Sahne mischen, ins eingelaufene Badewasser geben und sofort hineinsteigen, etwa 10 bis 20 min baden.

Zur Desinfektion der Raumluft + auch heilend für Dich kannst Du 6 Tropfen Zitronenöl + 6 Tropfen Lavendelöl + 4 Tropfen Thymianöl in die **Duftlampe** geben - bei sehr kleinen oder großen Räumen etwas weniger/mehr.

Und generell **viel trinken** (-> warme Zitrone ... Thymiantee ... Cistustee ...) + **ausruhen**. Nach einem Bad oder nach dem Inhalieren mind. 1-2 h **ab ins Bett** - und auf keinen Fall ins Kalte gehen.

Wegen **weiterer Tipps** verweise ich Dich mal auf die einzelnen Themen, die Du z. B. hier: <http://www.amedo.de/group/topics/show/56699-grippale-infekte-erkaeltungen-co-heilpflanzen-und-andere-hausmittel-dagegen>.

Dass Du Dich kraftlos fühlst - ist sicher ein Zeichen davon, dass Dein Körper "an anderen Fronten" massiv zu kämpfen hat. Also gönne ihm die Ruhe - wann irgend möglich. Und unterstütze ihn so gut wie möglich mit reichlich zu trinken, Vitaminen, Wärme, hilfreichen Kräutern usw.

Gute Besserung!  
Sonnige Grüße von der Gänseblümin.

von [bermibs](#)♂

Zum Thema "Kolloidales Silber" habe ich unter <http://www.amedo.de/group/topics/show/58642-gegenstimmen-silber-ist-giftig#p601395>

einige Ausführungen gemacht und versucht, diese Problematik einigermaßen vollständig zu beleuchten.

Entscheidend bei der ganzen Sache ist die Dosierung wie bei den notwendigen Schwermetallen und die Herstellung selbst.