



Wie können wir uns schützen?

Sehr geehrte(r) Herr Michael,

auch unser Alltag wird aktuell primär durch das neuartige Coronavirus SARS-CoV-2 bestimmt.

Wir verfolgen täglich die Nachrichten, studieren die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse, diskutieren diese, bemühen uns so gut es geht die Produktverfügbarkeit aufrechtzuerhalten und beantworten zahlreiche themenbezogene Kundenanfragen.

Wie viele unserer Kunden beschäftigt auch uns die Frage: Wie können wir uns und unsere Lieben schützen? Daher dieser Newsletter.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.

Ihr Gesundheits-Team

Leider gibt es kein Wundermittel

Leider gibt es kein Wundermittel, um dieses Coronavirus SARS-CoV-2 abzuwehren. Die wichtigste Verteidigungslinie, die Sie und wir dagegen haben, besteht darin, proaktiv bestimmte Vorsichtsmaßnahmen zu befolgen und auf jeden Fall unser Immunsystem zu stärken.

Hier sind einige Schritte, die Sie in den letzten Tagen gehäuft gehört und gelesen haben, die aber befolgt werden müssen:

- Empathie ist der Schlüssel zum Erfolg
- Bleiben Sie so oft wie möglich zu Hause. So vermeiden Sie eine Exposition am effektivsten
- Wahren Sie räumliche Distanz
- Vermeiden Sie insbesondere Kontakt mit Personen der Risikogruppe.
- Pflegen Sie soziale Kontakte per Telefon, Kurznachrichten, E-Mail oder Brief
- Waschen Sie Ihre Hände häufig mindestens 20 Sekunden lang mit Seife
- Desinfizieren Sie Oberflächen mit Haushaltsreinigern
- Berühren Sie nicht Ihre Augen, Nase und Mund
- Husten und Niesen Sie in Ihre Armbeuge
- Bleiben Sie zu Hause, wenn Sie sich krank fühlen
- Versuchen Sie, so gut es geht, eine normale Routine beizubehalten
- Passen Sie auf sich und Ihre Mitmenschen auf
- Stärken Sie Ihr Immunsystem

Grapefruitkern Extrakt - Eine wirkungsvolle, natürliche Waffe gegen Keime

Im Jahre 1980 bemerkte ein Hobbygärtner, dass die Grapefruitkerne in seinem Kompost nicht verrotteten. Wie der Zufall es wollte, war dieser Gärtner nicht nur Blumenliebhaber, sondern auch Arzt, Physiker und Immunologe, der sich auf die Erforschung natürlicher Heilmittel spezialisiert hatte. Neugierig geworden, nahm dieser Arzt das Phänomen in seinem Komposthaufen unter die Lupe. Das Ergebnis war bemerkenswert:

In den Grapefruit-Samen verbarg sich ein Stoff, der allem Anschein nach wirksamer und dabei unschädlicher war als jedes bekannte Antibiotikum. Die einsetzende Forschung durch eine Reihe renommierter Institute wie das Pasteur-Institut, Paris und viele mehr, förderte ein ungeahnt breites Wirkungsspektrum zutage. Es stellte sich heraus, dass der Grapefruitkernextrakt nicht nur Viren und Bakterien unschädlich machte, sondern auch Hefe- und andere Pilze sowie Parasiten. Die Wirkung von konventionellen Antibiotika bleibt im Vergleich dazu allein auf Bakterien beschränkt.

Grapefruitkern Extrakt ist vielseitig verwendbar und dabei 100% natürlich und völlig unschädlich für den Menschen:

- Geben Sie 10 Tropfen in circa 3 Liter Wasser und waschen Sie damit ihr Obst und Gemüse. Lassen Sie es vor dem Waschen einige Minuten (oder länger) im Wasser liegen.
- Reinigen Sie auch Fisch, Geflügel und anderes Fleisch vor der Zubereitung mit Wasser, dem einige Tropfen Grapefruitkern Extrakt beigefügt wurden.
- Geben Sie Grapefruitkern Extrakt in ihr Trinkwasser. 5 Tropfen in 100ml Wasser 3 x täglich sind ausreichend, um Parasiten, inkl. Candida wirkungsvoll zu bekämpfen. Zusätzlich zur Prophylaxe gegen die unterschiedlichsten Erreger reichen 1-2 Tropfen pro Glas Wasser.
- Benutzen Sie Grapefruitkern Extrakt als Desinfektionsmittel: entweder pur auf einem Reinigungstuch/-Schwamm oder mit Wasser verdünnt, um z.B. Arbeitsflächen, Küchenbrettchen oder den Kühlschrank zu säubern. Geben Sie einige Tropfen Grapefruitkern Extrakt ins Spülwasser.
- Geben Sie einen Tropfen in das Trinkwasser ihres Haustieres, um es vor Parasiten zu schützen.

Wie können wir unser Immunsystem stärken?

Ein gesundes Immunsystem ist der Schlüssel, um uns vor sämtlichen Krankheiten zu schützen. Die Stärkung des Immunsystems ist definitiv die beste Form der Prävention und unsere stärkste Verteidigung, wenn wir einer Krankheit ausgesetzt sind, die unser Leben bedroht.

Hier sind einige Tipps:

Nehmen Sie ein gutes Probiotikum

Wussten Sie, dass sich 80% Ihres Immunsystems in Ihrem Darm befindet? Der Darm und die Bakterien der Darmflora haben einen wesentlichen Einfluss auf unsere Immunabwehr und damit auf unsere Gesundheit. Ein gesunder Darm ist Voraussetzung für ein intaktes Immunsystem.

Setzen Sie auf die Kraft von Beta-Glucan Plus

Beta-Glucan besteht aus mehreren D-Glucose-Molekülen, die durch chemische Bindungen miteinander verknüpft sind. Die Enzyme im menschlichen Körper können diese nicht spalten, weshalb Beta-Glucan unverdaulich ist und zu den Ballaststoffen zählt.

Beta-(1,3/1,6)-Glucan stammt aus den Zellwänden der Bäckerhefe *Saccharomyces cerevisiae*. Es hat nicht nur antioxidative Eigenschaften und wirkt als Radikalfänger, sondern stimuliert und aktiviert als effektiver natürlicher Immunmodulator das Immunsystem. Die immunmodulierende Wirkung ist insbesondere auf die Aktivierung der Makrophagen in der Darmwand zurückzuführen.

Das Produkt enthält Beta-Glucan und das Milchsäurebakterium *Lactobacillus acidophilus*, außerdem Vitamin C und Zink, die zu einer normalen Funktion des Immunsystems beitragen.

Vitamin D3 ist ein Muss

Vitamin D nimmt unter den Vitaminen eine Sonderstellung ein, da es sowohl über die Nahrung aufgenommen, als auch in der Haut durch Sonnenstrahlen (UVB) gebildet wird.

Die Zufuhr über die Ernährung mit den üblichen Lebensmitteln reicht nicht aus. Eine ausreichende Bildung über die Haut kann aktuell nicht gewährleistet werden. Zahlreiche Personen sind von einem Mangel betroffen.

Es ist erwiesen, dass eine Vitamin-D-Supplementierung die Gesundheit des Immunsystems unterstützt.

Vitamin C plus Zink – Der Klassiker zur Stärkung des Immunsystems

Vitamin C ist eines der wichtigsten Vitamine für Ihre Gesundheit. Es ist nicht nur an einer normalen Immunfunktion beteiligt, sondern hat eine Vielzahl gesundheitsfördernder Funktionen.

Zink ist mengenmäßig das zweithäufigste Spurenelement im Organismus. Zink ist Bestandteil von mehr als 300 Enzymen, die an vielen Reaktionen im Stoffwechsel beteiligt sind, u.a. trägt Zink auch zu einer normalen Immunfunktion bei.

Körperliche Aktivität

Körperliche Aktivität stärkt das Immunsystem. Mit der Atmung wird außerdem Sauerstoff zu jeder Zelle im Körper geführt. Regelmäßige Atemübungen und Bewegung an der frischen Luft stärken die Lunge, erhöhen das Atemvolumen und helfen, Giftstoffe aus dem Körper zu transportieren.

Legen Sie außerdem Wert auf eine **gesunde und abwechslungsreiche Ernährung**.

In unserem letzten Gesundheitsbrief haben wir Sie bereits darüber informiert, wie Sie Ihre Lunge natürlich unterstützen und stärken können. Hier nochmal der Link zu unserem Produkt „*Lungenkraft*“.

Früher erschienene Gesundheitsbriefe finden Sie in unserem [Archiv](#) unter www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheits-briefe/.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserer Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

Weitere Informationen unter Vitalstoff-Journal.de.

© 2019 Com Marketing AG. Alle Rechte vorbehalten.

Schallers Gesundheitsbriefe
Com Marketing AG, Flüelistraße 13, 6072 Schweiz