

Corona- Impfungen natürlich begleiten

Sei es, weil man sich selbst und andere schützen möchte, sei es, weil der soziale Druck inzwischen zu groß wird: Immer mehr Menschen entscheiden sich für eine Corona-Schutzimpfung. Der folgende Artikel stellt die Wirkungsweise der verschiedenen Vakzinen dar, klärt über mögliche Nebenwirkungen auf und gibt Hinweise zur Behandlung und Vorbeugung von Impf-Nebenwirkungen mit der Anthroposophischen Medizin.

VON FRANK MEYER UND JOHANNES WILKENS

Seit Jahresbeginn wird auch hierzulande gegen die Covid-19-Erkrankungen geimpft. Covid-19 ist etwas Neues, das wir erst nach und nach zu verstehen beginnen, und in ähnlicher Weise gilt das auch für die Impfstoffe, die auf ganz neuartigen Technologien basieren. Ihre Wirkung beruht überwiegend darauf, dass genetische Informationen in die Zellen eingeschleust werden, welche den Organismus veranlassen, Viruseiweiße zu bilden. Erst diese vom Körper erzeugten Substanzen rufen eine Abwehrreaktion hervor mit dem Ziel, Immunität gegen das Virus zu erzeugen. Der „eigentliche“ Impfstoff wird also vom Körper selbst gebildet. Es handelt sich dabei um das sogenannte Spike-Protein, das für den Eintritt der Coronaviren in die Wirtszellen zuständig ist. Dieses Prinzip gilt für beide derzeit in Deutschland gängigen Impfstofftypen. Bei den mRNA-Impfungen, auch genetische



Heilmittel aus der anthroposophischen und homöopathischen Medizin



Dr. med. Frank Meyer, Dr. med. Johannes Wilkens
Corona natürlich behandeln
 Covid-19 ganzheitlich verstehen, vorbeugen, heilen
 216 Seiten, Gebunden
 € 20,00 Art. Nr.: 5107

Die Corona-Pandemie ängstigt viele Menschen und führt zu schweren Einschränkungen im gesellschaftlichen Leben. Beständig wird wiederholt, dass nur eine Impfung das Problem Corona lösen kann. Politik, Medien und auch die Medizin - besonders die Virologen - sehen nur darin eine Heilungsmöglichkeit.

Was aber, wenn es auch andere Möglichkeiten der Therapie gäbe?

Die Autoren haben die Corona-Pandemie mit ihren Folgen medizinisch begleitet, haben die Kranken und auch die Toten, die das Virus gefordert hat, gesehen. Sie konnten erkennen und erleben, dass es Heilmittel gegen diese Erkrankung gibt, die aktuell nicht wahrgenommen werden. In diesem Buch stellen sie die wichtigsten Heilmittel aus dem Bereich der anthroposophischen und homöopathischen Medizin vor und machen es möglich, eigene Wege aus der Coronakrise zu finden.

Bequem im Shop bestellen: www.info3.de

Info3-Abonnent:innen in Deutschland zahlen keine Versandkosten, Abonnent:innen aus dem Ausland zahlen nur einen Portoanteil von € 4,-.

Vakzinen genannt, sind die aus dem Botenstoff mRNA bestehenden Genschnipsel von Lipid-Nanopartikeln, von wasserunlöslichen Teilchen umhüllt, die durch die Zellwand in das Zellinnere (Zytoplasma) eindringen. Bei den sogenannten vektorbasierten Impfungen (Vektorvakzinen) hingegen wird die Information mittels eines manipulierten Virus in den Zellkern eingeschleust. Beides scheint ziemlich gut zu funktionieren und den Geimpften (zumindest kurzfristig) einen verlässlichen Schutz, das heißt Immunität gegen die gefürchteten Viren zu verleihen. Dieser Schutz geht aber mit Impfreaktionen und Komplikationen einher, wie wir sie zum Teil bei herkömmlichen Impfungen noch nicht beobachtet haben.

Nebenwirkungen und „Covid light“

Die neuen Impfstoffe stellen den Organismus vor Herausforderungen, die zum Teil ähnlich sind wie jene von normalen Impfstoffen und sich etwa in Form leichter Schmerzen, da wo die Spritze gesetzt wurde, leichtem Krankheitsgefühl oder Kopfschmerzen bemerkbar machen. Zu einem großen Teil gehen sie aber auch deutlich darüber hinaus. Letzteres gilt vor allem für jüngere Menschen, bei denen Impfungen generell eine drastischere Immunantwort hervorrufen. Wir beobachten mehr und heftigere Nebenwirkungen als beispielsweise bei der Impfung gegen Grippe oder Wundstarrkrampf. Das ist nicht verwunderlich, denn im Laufe der Evolution mussten sich Organismen bislang weder mit freier Erbinformation (mRNA), Lipid-Nanopartikeln, wie sie bei den mRNA-Impfungen als „Verpackung“ verwendet werden oder genmanipulierten Viren wie bei den Vektorimpfstoffen auseinandersetzen. Sehr seltene, aber schwere bis schwerste Nebenwirkungen, zum Beispiel Sinusthrombosen des Gehirns, also Blutgerinnsel, die zu einem lebensbedrohlichen Blutstau im Kopf führen (vor allem bei jüngeren Frauen), haben Schlagzeilen gemacht und sind inzwischen weit hin bekannt. Viele Menschen sind sich dessen bewusst und versuchen, an einen Impfstoff heranzukommen, von dem sie meinen, dass er noch nicht in Verruf geraten ist. Ansonsten setzen sie darauf, dass „es sie schon nicht erwischen“ wird.

Von den weniger spektakulären, aber dafür weit verbreiteten Impfreaktionen und Nebenwirkungen, die wir bei unseren Patient:innen beobachten, hört und liest man eher wenig. Diese häufig zu beobachtenden Reaktionen können allerdings recht unangenehm und belastend sein und führen vielfach zu Arbeitsunfähigkeit und Einschränkungen im Alltag, in einem Maße, wie wir das bislang bei konventionellen Impfungen nicht gesehen haben. Viele Geimpfte machen eine Art „Covid-light“ durch, manchmal auch mit länger anhaltenden Beschwerden, wie wir das von der Covid-19-Erkrankung kennen („Long-Covid“). Schließlich gibt es offene Fragen nach den noch unbekanntem mittel- und langfristigen Auswirkungen der neuen Impfstofftypen, zumal zu erwarten ist, dass es nicht bei einer einmaligen Grundimmunisierung bleibt, sondern regelmäßige Auffrischungsimpfungen stattfinden werden.

Nebenwirkungen melden

Gerade über die Frage der Langzeitwirkungen wird viel spekuliert, vor allem aus impf-kritischer Sicht. Im Lager der Impf-Gegner wurden hier viele Überlegungen und Argumente zusammengetragen, die uns vor Augen führen können, wie wenig wir noch über die neuen Impfstoffe wissen. Vielfach geschieht das, ohne dass Hilfestellungen

gegeben werden – bis auf die, auf die Impfung zu verzichten, was jedoch für viele Menschen aus unterschiedlichen Gründen nicht infrage kommt. Wir wollen daher hier einige praktische Tipps geben, wie man unangenehme Impfreaktionen und -Komplikationen vorbeugen kann. Dabei ist zu beachten, dass Impfnutzen, vor allem bei den neuen Impfstoffen, die zunächst über eine Art „Notzulassung“ direkt in die Massenproduktion gekommen sind, ärztlich behandelt, erfasst und gemeldet werden müssen. Unsere Tipps widmen sich daher vor allem der Vorbeugung und weniger der Therapie von meldepflichtigen Nebenwirkungen, die in der Regel individueller ärztlicher Behandlung bedürfen. Wer als Betroffener Nebenwirkungen selbst melden will, kann das beispielsweise beim Paul-Ehrlich-Institut tun. Dort steht unter <https://nebenwirkungen.bund.de/> ein spezielles Meldeformular zur Verfügung.

Vergleich der Vakzinen

Wir möchten uns zunächst den weit verbreiteten und in allen Altersgruppen verimpften genetischen Vakzinen (mRNA-Impfungen) widmen, die aktuell von den Firmen BioNtech/Pfizer (mit dem Markennamen Cormirnaty) und Moderna (COVID-19 Vaccine Moderna) angeboten werden. Dabei schöpfen wir in erster Linie aus eigenen Erfahrungen in unseren Praxen.

Am häufigsten treten lokale Nebenwirkungen an der Einstichstelle auf, die zum Teil deutlich schwerer sind als die bei Impfungen im Allgemeinen vorübergehenden, milden Schmerzen. So haben wir bei einigen Patient:innen über mehrere Tage anhaltende, überwärmte, flächige Hautrötungen festgestellt, mit Schwellung der Umgebung, Schmerzen und Bewegungseinschränkungen des Armes. Die Lymphknoten in der Achselhöhle können angeschwollen und schmerzhaft sein. Manchmal erinnern die Hautreaktionen an Insektenstiche, zum Beispiel durch eine Biene. Sie können ab dem Folgetag und bis zu circa zehn Tage nach der Impfung auftreten, kommen häufiger bei Frauen vor und sind anscheinend unabhängig vom Alter. Noch am Tag der Impfung finden sich öfters ein ausgeprägtes Schwächegefühl und Kopfschmerzen hinter den Augen und im Bereich der Stirn; manche Betroffene fühlen sich müde, schwach und hohl, sie klagen über eine „Matschbirne“ oder fühlen sich „wie mit dem Hammer auf den Kopf“ geschlagen worden zu sein. Eine leichte Desorientierung, auch leichte Koordinations- und Sprachstörungen können mit dabei sein, manchmal nur für Minuten. In der Regel sind diese Phänomene ab dem dritten Tag nach der Impfung wieder verschwunden, oft schon früher. Das gilt auch für Allgemeinreaktionen wie Kopf-, Glieder- und Rückenschmerzen sowie Schüttelfrost.

In den ersten Tagen nach der Impfung scheint eine Abwehrschwäche vorzuliegen. Darauf weist auch die Beobachtung von Erkrankungen an Gürtelrose (Herpes zoster) unmittelbar nach der Impfung hin, einer Virus-erkrankung, die sich häufig bei abwehrgeschwächten Menschen findet. Die Gürtelrose zeigt sich als ein recht



Corona-Impfungen natürlich begleiten

Webinar zum Thema mit Frank Meyer und Johannes Wilkens

23. Juni 2021, 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr statt.

Informationen und Anmeldung unter www.natura-naturans.de/veranstaltung/corona-impfungen-natuerlich-begleiten-online-vortrag-2021-06-23/

schmerzhafter, streifenförmiger, auf eine Körperhälfte beschränkter Hautausschlag mit Bläschenbildung, der umgehend ärztlich behandelt werden sollte.

Sehr selten kommen schwere allergische Reaktionen vom „Soforttyp“ auf COVID-19 Vaccine Moderna und Cormirnaty (BioNtech/Pfizer) vor, bis hin zum lebensbedrohlichen sogenannten anaphylaktischen Schock. Ursächlich wird als auslösendes Allergen Polyethylenglycol (Macrogol, PEG) benannt, das in diesen Impfstoffen als Wirkstoffträger enthalten ist. Menschen mit bekannter Allergie auf Polyethylenglycol und allgemein schweren Allergien in der Vorgeschichte raten wir grundsätzlich, für die Impfung ein Impfzentrum aufzusuchen, wo in der Regel Notfallmediziner und Rettungssanitäter vor Ort sind und bei bekannter allergischer Vorgeschichte eine engmaschige Überwachung gewährleisten und Notfallmaßnahmen bereithalten.

Vorsicht ist auch bei Patient:innen geboten, die unter einer schweren Autoimmunerkrankung leiden oder bei denen eine schwere Herzerkrankung besteht sowie bei Menschen, die erst vor wenigen Tagen eine fieberhafte Erkrankung oder Entzündung durchgemacht haben. Wir konnten schon öfter nach der Impfung eine Reaktivierung einer Grunderkrankung (schwere Darmentzündung oder Rheuma) erleben. Eine Herzmuskelentzündung scheint der Impfstoff von BioNtec/Pfizer besonders bei jungen Männern auslösen zu können.

„Diese Hinweise gelten sowohl zur Vorbeugung der leichten bis mittelschweren Nebenwirkungen der Impfungen gegen Covid-19 als auch der seltenen schweren Nebenwirkungen.“

Bei den Vektorimpfstoffen, die wegen der seltenen schweren Komplikationen (Sinusthrombosen) bei jüngeren Frauen in der Regel nur noch bei über 60-Jährigen verabreicht werden, beschränken sich unsere Erfahrungen bislang auf den Impfstoff von AstraZeneca, der ein genmanipuliertes, abgeschwächtes, nicht vermehrungsfähiges Adenovirus des Schimpansen enthält. Er ist aufgrund des eingesetzten Materials mit einer Lebendimpfung, wie sie zum Beispiel gegen Kinderkrankheiten gegeben wird, vergleichbar und führt unserer Erfahrung nach in vielen Fällen zu einer deutlichen Allgemeinreaktion mit typischen grippalen Symptomen wie Schüttelfrost, Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen. Das Fieber misst manchmal mehr als 40 Grad, was ein für Erwachsene sonst eher seltenes Ereignis ist. Gliederschmerzen und Missempfindungen bis in die Fingerspitzen und Zehen können zum Teil wochenlang anhalten. Das gilt auch für ein Schwäche- und Erschöpfungsgefühl.

Ansätze zur Vorbeugung

Die nun folgenden Hinweise gelten sowohl zur Vorbeugung der aufgeführten leichten bis mittelschweren Nebenwirkungen der Schutzimpfungen gegen Covid-19, als auch der seltenen schweren Nebenwirkungen wie beispielsweise Lähmungen und Thrombosen, die wir hier nicht aufgeführt haben, die aber allgemein bekannt sind, vor allem aus den Medien.

Zunächst einmal muss jeder Impfung ein ärztliches Gespräch sowie, wenn nötig, eine kurze Untersuchung vorangehen. Keinesfalls sollte man in einer Situation von Erschöpfung oder akuter Erkrankung, etwa an einem Infekt, impfen. Bei bekannten Allergien sind entsprechende Vorkehrungen zu treffen (siehe oben). In den auf die Impfung folgenden zwei bis drei Tagen sollte die Möglichkeit bestehen, sich dem Alltagsstress zu entziehen und Ruhepausen einzulegen, falls die Impfreaktionen das erforderlich machen. Wie bei einer Infektion muss sich der Organismus hier mit einem fremdartigen Agens auseinandersetzen und wir kön-

nen ihn am besten unterstützen, indem wir ihn nicht überfordern, sondern in seiner Abwehrreaktion fördern. Dazu gehört es, ausreichend zu trinken und nicht bei den ersten Symptomen wie Kopfschmerzen oder Temperaturerhöhung nach den beliebten schmerzlindernden (und immunschwächenden) Mitteln wie Ibuprofen zu greifen, sondern Hausmittel wie Umschläge und Wadenwickel sowie Naturheilmittel zu bevorzugen. Die folgenden Vorschläge für eine allgemein vorbeugende und gezielt an den Reaktionen ausgerichtete Medikation beruht auf unseren eigenen Erfahrungen mit gegen Covid-19-Geimpften und der jahrzehntelangen Expertise der Anthroposophischen Medizin in der Vorbeugung und Behandlung von Impfnebenwirkungen. Sie orientiert sich einerseits an den Symptomen, die wir nach den Impfungen beobachtet haben, und andererseits an den Arzneimittelbildern der eingesetzten Substanzen.

Konkrete Mittel

Zur allgemeinen Vorbeugung sowohl bei vektorbasierten Impfungen als auch bei mRNA-Impfungen (gilt für die erste Impfung und die Wiederholungsimpfung):

Apis/Arnica Globuli velati

Dosierung: vom Tag vor der Impfung bis zum dritten Tag nach der Impfung ein- bis viermal täglich fünf bis zehn Globuli einnehmen.

Ergänzend kann Apis/Arnica Injektionslösung durch eine anthroposophische Ärztin oder einen Arzt gespritzt werden. **Begründung:** Arnika, Bergwohlverleih, hat sich überall da bewährt, wo die Ich-Organisation, die den Zusammenhalt des Organismus gewährleistet, durch ein Trauma geschwächt wird. Das scheint bei den Covid-19-Impfungen in besonderem Maße der Fall zu sein. Apis, eine Zubereitung aus der Honigbiene, unterstützt Arnika dabei, das erschütterte Gefüge neu zu ordnen und wirkt zudem anti-entzündlich.

Lokale Behandlung von Nebenwirkungen an der Einstichstelle wie oben beschrieben:

Arnika-Salbe 30 Prozent (Weleda) auftragen oder ein **Arnika-Wundtuch (WALA)** auflegen.

Bei Kopfschmerzen, Müdigkeit und Erschöpfungssyndromen vor allem nach mRNA-Impfungen:

Meteoreisen-Globuli velati

Dosierung: drei- bis viermal täglich fünf bis zehn Globuli einnehmen bis zum Abklingen der Kopfschmerzen. Ergänzend kann Meteoreisen-Inject durch eine anthroposophische Ärztin oder einen Arzt gespritzt werden. **Begründung:** Meteoreisen in dieser Komposition hilft ebenfalls, die geschwächte Ich-Organisation zu stärken, die Integration des gestörten Zusammenhaltes im Organismus zu fördern und ist ein ausgezeichnetes Kopfschmerzmittel.

Achtung: Bei schweren anhaltenden Kopfschmerzen, insbesondere mit anderen unklaren Beschwerden wie Nackensteifigkeit, Sehstörungen, Erbrechen ist umgehend ärztliche Hilfe zu suchen.

Auch bei Kopfschmerzen kann das Auflegen einer Arnika-Salbenkompressen oder eines Arnika-Wundtuchs in kurzer Zeit für Entlastung sorgen.

Bei anhaltenden „grippalen“ Beschwerden (wie oben dargestellt, zum Beispiel Gliederschmerzen und Missempfindungen) vor allem nach vektorbasierten Impfungen (Astra-Zeneca):

Gripp-Heel-Tabletten

Dosierung: drei- bis viermal täglich eine Tablette, bei Bedarf bis zu zwölfmal täglich eine Tablette einnehmen.

Begründung: Gripp-Heel ist eine homöopathische Arzneimittelkomposition, die sich bei Grippe und grippalen Infekten bewährt hat. Die Kombination von pflanzlichen Wirksubstanzen mit Phosphor und dem Gift der in Mittel- und Südamerika heimischen Buschmeister-Schlange (Lachesis) passt genau zu den von uns beobachteten Reaktionen nach der Astra-Zeneca-Impfung und hat sich hier auch bei schon wochenlang bestehenden Beschwerden bewährt.

Hilfe durch die Natur

Natürliche Arzneimittel und Allgemeinmaßnahmen sind geeignet, die Verträglichkeit von Impfungen gegen Covid-19 zu verbessern. Was von Seiten der Patient:innen wissens- und beachtenswert ist, haben wir in diesem Artikel zusammengetragen. Hinzu kommen auf ärztlicher Seite die gute Beobachtung der Patient:innen und das Erfassen der aktuellen Situation, wie das am besten auf der Grundlage einer schon länger bestehenden Arzt-Patient:innen-Beziehung gelingt. Impfzentren bieten den Vorteil, dass hier für Risikopatienten (wie Allergiker) die notärztliche Bereitschaft und Versorgung routinierter sein dürfte als in den meisten Praxen.

Wir sind überzeugt, dass neben den von uns genannten noch eine ganze Reihe weiterer Arzneimittel zur natürlichen Begleitung von Corona-Impfungen geeignet sind. Nicht nur die Erkrankung Covid-19 selbst, sondern auch die Impfungen stellen uns vor völlig neuartigen Situationen und wir lernen jeden Tag dazu. Die Corona-Pandemie mit ihrer gesellschaftlichen Dramatik sollte uns nicht davon abhalten, den individuellen gesundheitlichen Herausforderungen mit Neugier und Achtsamkeit zu begegnen. Gerade in „Corona-Zeiten“ darf die Selbstfürsorge nicht zu kurz kommen. Wir dürfen niemals aufgeben, stets aufs Neue nach den heilsamen Kräften in der Natur, aber auch in uns zu suchen. Nur mit einer solchen Einstellung kann es gelingen, den Herausforderungen, wie sie die neuartigen Impfstoffe mitbringen, zu begegnen und nach Möglichkeit beschwerdefrei durch die Corona-Impfung zu gehen. ///

JOHANNES WILKENS und FRANK MEYER sind anthroposophische Ärzte und Gesundheitsautoren. Zusammen haben sie zuletzt das Buch geschrieben *Corona natürlich behandeln – Covid-19 ganzheitlich verstehen, vorbeugen, heilen*, AT Verlag 2021, € 20, auch im Info3-Buchshop erhältlich, für Abonnent:innen portofrei.

Der Merkurstab

Zeitschrift für Anthroposophische Medizin
Journal of Anthroposophic Medicine

Integrativ Aufschlussreich Zeitgemäß



- Grundlegende Darstellungen zu Krankheitsbildern und Indikationen
- Fallberichte aus der ärztlichen und therapeutischen Praxis
- Psychotherapie, Eurythmietherapie, Kunst- und Sprachtherapie
- Anthroposophische Pflege
- Anthroposophische Arzneitherapie

6 Hefte im Jahr
Print und Online
Zugriff auf über 7.000 Artikel

Stöbern Sie im Merkurstab Online unter www.anthromedics.org/merkurstab-online

Bestellen Sie das Merkurstab-Probepaket 3 Printausgaben für 20 €

Abonnieren Sie den Merkurstab Abo Standard, Print + Online 120 € (Normalpreis), 45 € (Studierende)

Der Merkurstab

Aboservice
Kladower Damm 221, 14089 Berlin
T +49 (0)30 208 982 68-0
F +49 (0)30 208 982 68-9
service@merkurstab.de

www.merkurstab.de
www.anthromedics.org