

Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Ein Antivirales-Konzept mit antiviralen naturheilkundlichen Mitteln



Dr. Annette Pitzer
Ruhwiesenstraße 16a
35690 Dillenburg

Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Wichtig zu wissen

Was als erstes gesagt werden muss, Angst erzeugt zellulären Stress und vermindert so die Kraft Deines Immunsystems. Daher, wer über das Wissen verfügt sein Immunsystem zu stärken, fühlt sich in jedem Fall weniger ängstlich.



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Antivirale naturheilkundliche Mittel

Nutzen was die Natur bietet!

Ein starkes Immunsystem ist der beste Schutz
gegen Infektionserkrankungen! Ergreife daher
jede Massnahme die Dein Immunsystem stärkt!



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Bio-Ingwer

Ingwer gibt es in jedem Supermarkt zu kaufen und Ingwer stärkt Dein Immunsystem. Ingwer kann leicht angewendet werden. Schneide eine Scheibe Ingwer auf und gib diese Stückchen in eine Tasse, die man abdecken kann. Dann mit heißem Wasser übergießen und fünf Minuten abgedeckt ziehen lassen. Das Abdecken ist wichtig, da die Wirkstoffe ansonsten den Raum zum Duften bringen, Dir aber nicht mehr im Ingwerwasser zur Verfügung stehen.



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Erhöhe Deinen körpereigenen Schwefelspiegel

Organischer Schwefel als MSM spielt eine essentielle Rolle bei der Immunabwehr. Es hilft bei der Herstellung von Antikörpern. Allerdings muss MSM täglich über längere Zeit eingenommen werden.

Knoblauch

Knoblauch ist eines der stärksten antiviralen Gewächse. Das ist seinen ätherischen Ölen und dem enthaltenen Schwefel geschuldet. Es hält also nicht nur Vampire ab.



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Pelargoniumwurzel-Extrakt

Extrakte aus den Wurzelstöcken von *Pelargonium sidoides* werden bei der Behandlung von Atemwegsinfektionen eingesetzt. Die aus Südafrika stammende Pflanze wurde unter dem Namen „Umckaloabo“ in Europa eingeführt. Der Extrakt wirkt antibakteriell und antiviral. Außerdem stimuliert er die unspezifische Immunabwehr. Darüber hinaus gibt es auch Hinweise auf ein drittes Wirkprinzip. So scheint der Extrakt aufgrund seines hohen Gerbstoffgehaltes die Anheftung von Bakterien oder Viren an der Oberfläche von Wirtszellen zu verhindern, und so den Infektionszyklus zu unterbrechen. Extrakte findest Du in jeder Apotheke.



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Süßholz *Glycyrrhiza glabra*

Süßholz Glycyrrhizinsäure ist eines der stärksten antiviralen Mittel aus der Natur. Sie hemmt DNA- und RNA-Viren und wirkt auswurfördernd und schleimbewegend. Bei Langzeiteinnahme oder hohen Dosen kann es zu einem gedunsenen Gesicht kommen, deshalb sollte nach 3 Wochen Einnahme eine Pause von mindestens einer Woche eingelegt werden. Wird die Süßholzwurzel mit anderen Heilpflanzen gemischt, kommt es nur in seltenen Fällen zu Beschwerden. Weitere Nebenwirkungen bei Langzeiteinnahme sind Kalium-, Natriumverlust, Ödeme, Herzbeschwerden, Pseudoaldosteronismus. Tipp: viele Bananen oder getrocknete Marillen in der Einnahmezeit essen.



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Sternanis *Illicium verum*

Aus den Inhaltsstoffen des Sternanis wurde das heutige
Grippemedikament Tamiflu entwickelt. Sternanis wirkt
antiviral, fiebersenkend, entzündungshemmend,
schleimlösend, krampflösend und beruhigend



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Zitronenmelisse

Die antivirale Wirkung der Zitronenmelisse ist dokumentiert. Vielleicht wächst sie ja auch in Deinem Garten. Als Tee kann sie Dich bei Virusinfektionen unterstützen. Da die Inkubationszeit von Viren lang sein kann, kann der Zitronenmelisse Tee auch sehr gut vorbeugend getrunken werden.



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Zistrose

Zistrose wirkt gegen Viren und stärkt das Immunsystem. In der Zistrose stecken ganz spezielle Flavonoide, die eine antivirale und antibakterielle Wirkung haben. Diese Flavonoide verhindern, dass Viren an die Körperzellen andocken können, so dass die Vermehrung der Viren unterbunden wird. Denn Viren, die in eine Körperzelle eindringen, programmieren die Zelle so um, dass sie nicht mehr ihren Aufgaben nachkommt, sondern stattdessen das Virus reproduziert. Können die Viren jedoch nicht mehr an der potenziellen Wirtszelle andocken, sind sie harmlos. Gerade aus diesem Grund wird der Zistrose, insbesondere dem Cistus-Tee, eine vorbeugende Wirkung gegen Viruserkrankungen zugeschrieben.



Dr. Annette Pitzer, Heilpraktikerin, Höhenstraße 5,
35713 Eschenburg. Tel. Nr. 02771-833434

Dieser Ratgeber ersetzt keinen Arzt!

Alle Information zu Kräutern und deren Wirkung
beziehen sich auf althergebrachtes Wissen, Erfahrungen
und Literatur.

Bei ernsthaften Erkrankungen, nicht erklärlichen
Beschwerden und Unsicherheit solltest Du dringend
einen Arzt aufsuchen oder einen Apotheker zu Rate
ziehen! Auch gebe ich kein Heilversprechen ab.

Ich zähle auf den gesunden Menschenverstand des
Lesers!

**Die Anwendung der genannten Kräuter erfolgt auf
eigene Gefahren. Jeder muss für sich entscheiden
was und ob er es zu sich nimmt!**

**Ich kenne weder eure Unverträglichkeiten und
Allergien!**

Somit sei gesagt, immer Rückversichern! Nie
leichtsinnig handeln!

!Ich übernehmen keine Haftung!