

Wandlungs- und anpassungsfähig: das Influenza-Virus

Tipps zur Vorbeugung und Bekämpfung | Jürgen Lueger

Die Grippe- oder Influenza-Erreger grasieren schon seit Jahrhunderten bei Menschen und Tieren; bei Tieren vor allem in Vögeln und Schweinen. Doch Grippe ist dabei nicht gleich Grippe. Forscher kennen verschiedenste Varianten dieses Virus, da es enorm anpassungsfähig ist und immer wieder neue Stämme hervorbringt. Meistens sind diese Erreger für uns eher harmlos. Von Zeit zu Zeit tauchen jedoch Viren auf, die das menschliche Immunsystem an seine Leistungsgrenzen bringen. Allein im 20. Jahrhundert verursachten solche Erreger drei Pandemien. Die schlimmste von ihnen forderte mehr als 50 Millionen Todesopfer: die Spanische Grippe von 1918.

Grippeviren zählen zu den wandlungsfähigsten Erregern, die die Menschheit kennt. Aufgrund unterschiedlicher molekularer und serologischer Eigenschaften werden die Influenza-Viren in die drei Typen A, B und C eingeteilt.

Influenza-A-Viren sind verantwortlich für die Mehrzahl der Grippe-Epidemien und Pandemien. Sie kommen nicht nur beim Menschen vor, sondern auch bei anderen Säugetieren wie unter anderem bei Vögeln, Schweinen, Pferden, Walen und Robben. Influenza-B-Viren infizieren nur den Menschen und rufen in Abständen von einigen Jahren Grippe-Epidemien hervor. Influenza-C-Viren infizieren Menschen und Schweine und führen zu regional begrenzten Ausbrüchen mit milden Erkrankungen. [1] Eine Grippe oder Influenza ist in ihrem Verlauf sehr unterschiedlich. Gerade zu Beginn der Erkrankung ist sie leicht mit einer Erkältung zu verwechseln. Der Unterschied zeigt sich dann relativ schnell im Verlauf und in der Schwere der Erkrankung. Die gefährlichsten und häufigsten Grippeviren sind die Erreger der Influenza Typ A.

Was ist Influenza?

Der Begriff Grippe leitet sich von dem französischen Wort „grippe“ ab und bedeutet „Grille“ oder „Laune“. Das ist wahrscheinlich darauf zurückzuführen, dass die Virusgrippe den Menschen plötzlich und launenhaft befällt.

Seit dem 18. Jahrhundert ist die gebräuchlichere Bezeichnung „Influenza“, was aus dem Italienischen kommt und „Beeinflussung“ oder „Einfluss“ bedeutet. Dabei ist der Einfluss der Sterne gemeint, da man früher glaubte, dass bestimmte Konstellationen der Sterne Seuchen und Krankheiten verursachen können.

Übrigens: Nicht alles, was im Volksmund als „Grippe“ bezeichnet wird, entsteht auch durch Grippeviren. Eine Magen-Darm-Grippe hat nichts mit einer Influenza zu tun wie die als Sommergrippe bezeichnete Erkältungskrankheit. Auch ein „grippaler Infekt“ ist keine Influenza, sondern eine Erkältung.

Die Grippe ist eine plötzlich auftretende, fieberhafte Viruserkrankung, die durch verschiedene Grippeviren ausgelöst wird. Sie tritt zeitlich und örtlich gehäuft auf. Ist das der Fall, dann spricht man von einer „Grippewelle“ oder „Epidemie“. Breitet sich die Krankheit länderübergreifend aus, dann spricht man von einer sogenannten Pandemie. Stark schwankend ist die jährliche Erkrankungs- und Sterberate.

Welche Symptome ruft das Virus beim Menschen hervor?

Ein typisches Anzeichen für eine Influenza ist das plötzliche Auftreten von hohem Fieber (mehr als 39 bis zu 41° C). Die hohen Temperaturen können tagelang anhalten, was zu einer deutlichen Schwächung des Erkrankten führen kann.

Zudem sind die Betroffenen abgeschlagen, abwechselnd gequält mit Schüttelfrost sowie Schweißausbrüchen und klagen über Hals- und Kopfschmerzen sowie Husten. Weitere Symptome sind die Muskel- und Gliederschmerzen sowie die Appetitlosigkeit.

Die starke Schwächung der Menschen führt dazu, dass Bakterien zusätzlich leichtes Spiel haben. Darum entwickeln sich öfters auch gleichzeitig bakterielle Infektionen, was das Allgemeinbefinden zusätzlich negativ beeinflusst. So kann es bei einer Influenza schnell auch zu einer Zweitinfektion wie beispielsweise einer Lungenentzündung oder einer Herzmuskel-Entzündung kommen.

Ansteckung und Inkubationszeit

Das Anstecken mit Grippe geht sehr schnell. Ganz einfach über das Berühren von Gegenständen, an denen Grippeviren haften. Berührt jemand eine verunreinigte Oberfläche mit der Hand und anschließend Mund, Auge oder Nase, dann schleusen wir quasi den Virus über die Schleimhäute in den Körper ein.

Ein weiterer Weg des Übertragens ist die sogenannte Tröpfcheninfektion, also durch Sprechen, Niesen oder Husten. Zu guter Letzt dann noch über den direkten Kontakt mit dem Infizierten durch Händeschütteln oder Küssen.

Die Zeit zwischen der Übertragung des Erregers (Infektion) und dem Ausbrechen der Erkrankung wird als Inkubationszeit bezeichnet. Auch hier ist die Grippe recht variabel, da die Krankheit bereits nach wenigen Stunden ausbrechen kann, allerdings auch erst nach bis zu drei Tagen.

Wie lange ist Grippe ansteckend?

Die Grippe ist schon während der Inkubationszeit ansteckend. Nach dem Ausbruch der Influenza besteht die Ansteckungsgefahr dann noch etwa drei bis fünf Tage weiter. Kinder können das Grippevirus sogar bis zu sieben Tage nach dem Auftreten der ersten Symptome weitergeben.

Die eindeutige Diagnose, ob eine Influenza vorliegt, ist durch eine Blutuntersuchung oder eine Speichelprobe möglich.

Wie lange dauert eine Grippe und wie verläuft sie?

Bei einer Grippe ist der Verlauf durchaus sehr unterschiedlich: Es sind milde und unkomplizierte, aber auch schwerwiegende Fälle von Virusgrippe mit tödlichem Ausgang möglich. Der Anteil der tödlich verlaufenden Grippefälle ist zwar eher gering, dennoch ist eine Grippe nie als harmlos anzusehen. Vor allem Kleinkinder, ältere Menschen und solche mit einer chronischen Lungenerkrankung oder Immunschwäche haben ein erhöhtes Risiko, eine schwere Influenza zu entwickeln.

Verhaltensregeln für Grippe-Erkrankte

Das gilt übrigens auch generell bei einer Erkältung!

Wenn man schon selbst erkrankt ist, so kann man dennoch verhindern, dass weitere Menschen mit dem Virus angesteckt werden. Dafür gilt es einige Verhaltensregeln stringent einzuhalten:

- Beim Niesen und Husten die Nase und den Mund bedecken.
- Nicht in die „nackte“ Hand niesen oder husten, sondern beispielsweise in die Armbeuge.
- Regelmäßig die Hände waschen.
- Keine Stofftaschentücher verwenden, sondern welche aus Papier.
- Einweg-Papiertaschentücher sofort nach dem Benutzen entsorgen.

Behandlung

Das wichtigste bei einer Grippe ist die Bettruhe und die Erholung. Auch nach der akuten Erkrankungsphase ist es wichtig, sich körperlich zu schonen und die Grippe vollständig auszukurieren bevor beispielsweise wieder Sport getrieben wird.

Bei einer leicht verlaufenden Grippe kann unter Umständen auf Medikamente verzichtet werden. Das ist individuell durch den Erkrankten oder den behandelnden Arzt zu entscheiden. Für den Organismus und die Immunabwehr ist es besser, nicht sofort und bei jeder Gelegenheit auf ein Medikament zurückzugreifen.

Das beste Beispiel ist das Fieber. Es ist ein körpereigenes Abwehrsystem, das versucht die Eindringlinge (Viren) durch das Erhöhen der Körpertemperatur zu vernichten. Dieser Prozess sollte nicht sofort, also beispielsweise bereits bei einer Körpertemperatur von 38,5 Grad, unterbunden werden. Entscheidend ist definitiv das Befinden des Erkrankten, wann der Fiebersenker (z. B. mit Acetylsalicylsäure) zum Einsatz kommt.

Alternativ können auch sogenannte „Wadenwickel“ gemacht werden. Dabei sollte das Wasser in den Wickeln kälter sein, als die Körpertemperatur. Das kühlt die Unterschenkel und entzieht dem Körper die Wärme beziehungsweise senkt das Fieber. Die Wickel sollte solange dran bleiben, bis sie die gleiche Temperatur haben wie der Körper, dann können sie entfernt beziehungsweise erneuert werden. Das ist in der Regel nach fünf bis zehn Minuten der Fall.

Bevor dieses jedoch Anwendung findet, sollte man sich zu diesem Thema intensiver informieren. Das ist wichtig, da das Fieber auch nicht zu schnell wieder gesenkt werden sollte, da es sich sonst auf das Herz-Kreislauf-System negativ auswirken kann. Es gibt noch mehr Hausmittel, die die Beschwerden lindern können. Gut für die Atemwege ist das Inhalieren mit Kamille, während sich Mundspülungen mit Kokosöl gut gegen Entzündungen im Mund- und Rachenraum eignen. Generell verliert der Körper während einer Grippe viel Flüssigkeit. Darum ist es bei Fieber wichtig, dass ausreichend getrunken wird. Das heißt, mindestens zwei bis drei Liter Wasser und/oder Früchtetee. Auf keinen Fall allerdings Alkohol, Kaffee oder schwarzen Tee.

Hochdosierte Gabe von Hochleistungs-Mikronährstoffen

Es gibt 47 essenzielle Mikronährstoffe, die lebenswichtig für den menschlichen Organismus sind. Viele Menschen weisen einen Mangel an diesen Nährstoffen auf. Bei einer auftretenden Grippe oder einem gripalen Infekt ist es sinnvoll einige Vitamine beziehungsweise Mineralstoffe kurzfristig hochdosiert zuzuführen. Am wichtigsten sind hierbei Vitamin C, Zink und alle acht essenziellen Aminosäuren. Damit wird das Immunsystem maximal bei dem Bekämpfen der Erreger unterstützt.

Zudem kann der Zustand mit bioenergetischer Frequenztherapie verbessert werden. Diese Frequenzen helfen dem Körper dabei, die Erreger erfolgreich zu bekämpfen. Überlagert man einen Krankheitserreger mit seiner Eigenfrequenz, dann wird er unschädlich gemacht beziehungsweise harmonisiert. Nebenwirkungen können nicht auftreten, allerdings zeigen sogenannte Erstverschlimmerungen, ähnlich wie in der Homöopathie, die Wirksamkeit der begonnenen Therapie an.

Diese Therapieform ist schmerzfrei, gut verträglich und für alle Patientengruppen geeignet. In unseren energitherapeutischen Instituten werden Geräte ohne Fremdstrom eingesetzt, das heißt, sie funktionieren rein mit Körperenergie!

Fazit

Grippeviren können uns immer und überall begegnen. Einen 100 prozentigen Schutz vor der Infektion gibt es nicht. Aber mit gezielter Prävention können wir den Körper

für den „Kampf“ gegen die Influenza fit machen und natürlich auch für alle anderen viralen oder bakteriellen Erreger.

Die beste Idee ist das Erhöhen des Gesamteiweißes im Körper. Je höher der Wert, desto besser die Immunabwehr. Der Wert ist in einer Blutuntersuchung messbar; in der Regel ist das eine Leistung der gesetzlichen Krankenkasse. Empfehlenswert ist ein Wert von über 7,70 g/dl [2]. Liegt der Wert darunter, dann kann dieser einfach mit Hochleistungs-Mikronährstoffen erhöht werden. Am besten mit Symbio-Aminomap mit allen acht essenziellen Aminosäuren in schnell verwertbarer Bioqualität. ■



Foto: Markus Berger

Jürgen Lueger

Der österreichische Therapeut, Bioenergetiker und Buchautor. Jürgen Lueger ist Entwickler der „Symbioceuticals“ Nahrungsergänzungen und der Symbioceuticals-Biofeld-Methode (SBM) für ganzheitliche Gesundheit. Als Therapeut für Humanenergetik und Holopath unterrichtet er an der Paracelsusschule in Freilassing. Seit 2009 praktiziert er in seiner Naturheilpraxis für Bioenergetik in Salzburg. Jürgen Lueger gründete 2014 die Symbioceuticals Harmonizer GmbH, bei der er als Geschäftsführer tätig ist.

Kontakt:

BIOENERGETIC Jürgen Lueger
Otto-Holzbauer-Straße 1–3
5020 Salzburg, Österreich
j.lueger@symbio-harmonizer.com
www.bioenergetic.cc
www.symbio-supplements.com

Literaturhinweis

- [1] Lexikon der Biologie, www.spektrum.de
[2] Dr. med. Ulrich Strunz, *Strategien der Selbstheilung*, Heyne Verlag
[3] Dr. med. Ulrich Strunz, *Andreas Jopp, Geheimnis Eiweiß*, Heyne Verlag
[4] www.wissenschaft.de
[5] www.scinexx.de