

# Prophylaxe und Therapie gegen Covid19

Link Empfehlungen:

<https://vladimirzelenkomd.com> - <https://covid19criticalcare.com> - <https://swprs.org/zur-behandlung-von-covid-19/> - <https://www.informierdich.info/gesundheit/>

## TÄGLICH (vorbeugend / Prophylaxe):

- Vitamin C (1g= 1000mg täglich)
- Vitamin D3 (2000 – 5.000 Einheiten täglich)
- Vitamin K2 (60 – 100µg je nach Körpergewicht)
- Zink (50mg)
- Vitamin B - Komplex
- *Artemisia annua* (Extrakt oder Tee)
- Quercetin (Antioxidativ - 2 x täglich 250 mg)
- Zistrosen/Cistus (Extrakt oder Tee) **oder auch**
- Astaxanthin 6 mg, 1-2 tgl. (3-6 Monate lang),
- Mehrmals täglich in Lobpreis, Gottes Wort & Gebet baden! (*immer gut!*)  
z.B. mit Video „Gottes Medizin“ und Audio-Bibeln etc.

## THERAPIE bei leichten bis mäßige Symptomen:

- Vitamin D3 + K2 + Zink tägliche Dosis für 10 Tage verdoppeln!
- INHALIEREN – mehrmals täglich mit heißem Wasser + Pfefferminze, Kamille o. anderen ätherischen Ölen, die dir gut tun.
- GURGELN (Listerine oder [CDL](#)) mehrmals täglich
- Nasensprays (Algovir o. Pollival o. Emser o. Olynth)
- Ibuprofen 400mg (*bei Schmerzen und Fieber*) oder Paracetamol
- Ambroxol 75 mg Retardkps. (*bei Husten*)  
1x tgl. 10 Tage lang (gegen die Bindung von Spikes an die Zellen) in der Apotheke sind 20 Kapseln erhältlich.
- oder ACC akut 600 mg, 1x tgl. = morgens (*bei Husten als Schleimlöser*)  
oder auch [Sanuvit-NAC](#) = ACC 800 mg pro Kapsel

## THERAPIE bei stärkeren Symptomen !! Arzt konsultieren !!:

- Ivermectin (Rezeptpflichtig) 12mg tgl. für 4-6 Tage
- Antibiotikum (Rezeptpflichtig!) *Cefuroxim (500)* 2mal täglich für 7 Tage o. *Azithromycin (500mg)* oder Doxycyclin 100 mg
- Blutverdünner: Aspirin 100 oder ASS 100-Generika
- Cortison (Rezeptpflichtig!)
  - Budesonid inhalativ, Dos. 800µg inhal. 2xtgl. - Dauer: 7 bis 14 Tage oder
  - Dexamethason (2-4 mg) o. Predisolon (10mg) - 1mal täglich **morgens** für 7 Tage (danach Cortison langsam ausschleichen!!)