

Inhaltsverzeichnis

<u>VORWORT</u>	10
ALLGEMEINE HINWEISE	14
<u>GRUNDLAGEN: CORONA FÜR ANFÄNGER UND FORTGESCHRITTENE</u>	15
DAS VIRUS: SARS-CoV-2	20
WAS IST EIN VIRUS?	20
CORONAVIREN UND SARS-CoV-2.....	22
WUHAN – WO ALLES BEGANN	28
DAS KRANKHEITSBILD: COVID-19	31
SYMPTOME EINER AKUTEN ERKRANKUNG	31
LONG COVID: WENN CORONA BLEIBT	35
SCHWERER VERLAUF UND KOMPLIZIERTER VERLAUF.....	38
DER PCR-TEST: EIN GOLDSTANDARD?	47
DIE ZAHLEN: EPIDEMIOLOGISCHE EINORDNUNG	65
EPIDEMIOLOGISCHE GRUNDBEGRIFFE.....	66
DIE ZAHLEN UND WOHER SIE KOMMEN	70
DIE EPIDEMIOLOGISCHE NOTLAGE NATIONALER TRAGWEITE FÄLLT AUS	80
GAB ES 2020 EINE ÜBERSTERBLICHKEIT IN DEUTSCHLAND – UND FALLS JA, WARUM?.....	82
GAB ES 2020 MEHR ATEMWEGSINFEKTIONEN IN DEUTSCHLAND?	88
FLATTEN THE CURVE: WAREN ODER SIND DIE INTENSIVSTATIONEN IN DEUTSCHLAND ÜBERLASTET?	91
DER ELEFANT IM RAUM: DIE ASYMPTOMATISCHE ÜBERTRAGUNG.....	96
DER LOCKDOWN: ALTERNATIVLOS?	99
DER LOCKDOWN: DIE KOSTEN DER ANGST.....	119
WIR BRAUCHEN MEHR ANGST UND SCHOCK.....	128

INFEKTION UND IMMUNITÄT 136

DAS IMMUNSYSTEM – EINE KURZE EINFÜHRUNG 137
ABLAUF EINER IMMUNREAKTION 139
GRANULOZYTEN: UNERLÄSSLICHE HELFER, ABER NICHT OHNE RISIKEN 145
MAKROPHAGEN: WO GEHOBELT WIRD, DA FALLEN SPÄNE 148
NATÜRLICHE KILLERZELLEN: EIN FREUND IN DER NOT 151
ZYTOTOXISCHE ZELLEN: DIE KAVALLERIE KOMMT 154
PLASMAZELLEN UND ANTIKÖRPER: EHER ZWEITE WAHL? 157
ZYTOKINE: DIE SPRACHE DES IMMUNSYSTEMS 163
DER IMMUNITÄTSNACHWEIS: GEWUSST WIE 165

RISIKOFAKTOREN UND PRÄVENTION: GEFAHREN ERKENNEN UND REDUZIEREN 173

ALTER: KEINE ENTSCHULDIGUNG, ABER EINE GUTE ERKLÄRUNG 176
RELEVANTE VORERKRANKUNGEN: HINTERGRÜNDE UND MÖGLICHE GEGENMAßNAHMEN 180
IMMUNOLOGISCHE RISIKOFAKTOREN: DER TEUFEL STECKT IM DETAIL 187
CHRONISCHE ENTZÜNDUNGEN: EINE VOLKSKRANKHEIT 187
NK-AKTIVITÄT: EXTREM WICHTIG – UND HÄUFIG VERGESSEN 198
FREIE RADIKALE UND OXIDATIVER STRESS 202
GRUNDLAGEN: RADIKALE, ELEKTRONEN UND ANTIOXIDANTIEN 204
ENTZÜNDUNG UND RADIKALE 213
DER THIOL-STATUS: SCHWEFEL, SCHWEFEL UND NOCHMALS SCHWEFEL 214
STICKOXIDE: DAS KÖRPEREIGENE KAMPFGAS 221
VITAMIN C: DER KLASSIKER 226
MELATONIN: DAS WUNDERMOLEKÜL AUS DER ZIRBELDRÜSE 230
VITAMIN D: MODERNE MYTHEN UND UNBEQUEME WAHRHEITEN 236
DER VITAMIN-D-STATUS 240
VITAMIN D UND DAS IMMUNSYSTEM 243
VITAMIN-D-REZEPTORBLOCKADE 245
EINNAHME VON VITAMIN D 247
KONTAKTDATEN: THERAPEUTEN UND LABORE 252

THERAPIE: DER FALL DER FÄLLE 254

EINE STEILE LERNKURVE 254
**ALLGEMEINE STRATEGIE: CORONA MUSS PHASENSPEZIFISCH BEHANDELT
WERDEN..... 256**
ANTIVIRALE WIRKSTOFFE 257
HYDROXYCHLOROQUIN, LOPINAVIR UND REMDESIVIR..... 257
ZINK: GEWUSST WIE..... 259
IVERMECTIN: DER NEWCOMER 262
CHLORDIOXID: MMS & CDL 267
WAS TUN BEI VERDACHT AUF ANSTECKUNG ODER INFEKTION? 270
MILDE UND MODERATE VERLÄUFE: NICHT ZUWARTEN – HANDELN 271
SCHWERER VERLAUF: DIE LAGE IST ERNST, ABER NICHT HOFFNUNGSLOS .. 276
AUSBlick ZU KOMPLIZIERTEN VERLÄUFEN 278
EIN WORT ZU LONG COVID..... 281

CORONA UND KINDER..... 283

EPIDEMIOLOGIE: KRANKHEITSLAST BEI KINDERN 286
MORTALITÄT BEI KINDERN 286
ERKRANKUNGSZAHLEN BEI KINDERN 287
KLINISCHES BILD UND KRANKHEITSVERLAUF BEI KINDERN..... 290
KINDER ALS INFEKTIONSQUELLE 294
KOMPLIKATIONSRISEN BEI KINDERN 299
VORSORGE BEI KINDERN..... 302

DIE IMPFUNG: EINE BESTANDSAUFNAHME 306

GRUNDLAGEN: KLEINE EINFÜHRUNG IN DAS THEMA IMPFEN 309
DAS KONZEPT DER IMPFUNG 309
WELCHE IMPFTECHNIKEN GIBT ES, UND WIE FUNKTIONIEREN SIE? 311
WIE EINE IMPFUNG IN DIE WELT KOMMT 314
DIE GRÖßTE KLINISCHE STUDIE ALLER ZEITEN HAT BEGONNEN..... 316
GENETISCHE IMPFSTOFFE: IDEE UND UMSETZUNG 327

HERSTELLUNG DER IMPF-RNA UND -DNA: OHNE GENMANIPULATION GEHT ES NICHT	328
WARUM BENÖTIGEN WIR CARRIER?	330
NANOPARTIKEL: DIE RNA-SCHROTFLINTE	331
VEKTORVIREN: DIE DNA-IMPfung	336
DIE CORONA-IMPfstOFFE: WAS UNS DIE STUDIEN (NICHT) SAGEN	340
BIONTECH/PFIZER: ZUKUNFT – MADE IN GERMANY	341
ERFAHRUNGEN MIT mRNA-VAKZINEN IN DEN USA UND ISRAEL	351
ASTRAZENECA: QUALITÄTSSIEGEL OXFORD	360
ALTERNATIVEN, STRATEGIE UND AUSBLICK	368
DER PRAKTISCHE EINSATZ: BISHERIGE ERFAHRUNGEN ZU mRNA- UND VEKTORIMPfstOFFEN GEGEN SARS-CoV-2	368
DIE IMPfung FÜR KINDER	380
THROMBOSEN, WARNER IN DER WÜSTE UND GASLIGHTING	383
ALLE JAHRE WIEDER KOMMT DIE MUTANTE	390
DER AUSNAHMEZUSTAND WIRD ZUR GEWOHNHEIT	391
JENSEITS VON BIONTECH UND ASTRAZENECA	394
<u>IM ZEICHEN DER MASKE</u>	<u>402</u>
KLEINE MASKENKUNDE	410
MASKENTYPEN	410
TRÖPFCHEN UND AEROSOLE	411
BETRIEBSANLEITUNGEN FÜR MASKEN	415
DIE SACHE MIT DER ATMUNG	419
VORLÄUFIGES FAZIT UND DIE FRAGE NACH DEM ATTEST	421
<u>LEITFADEN FÜR MEDIZINER</u>	<u>427</u>
BASISVERSORGUNG: GRUNDLAGEN SCHAFFEN	430
INITIALE DIAGNOSTIK DER RISIKOFAKTOREN	431
PRÄVENTIVE INTERVENTIONEN FÜR SPEZIFISCHE RISIKOFAKTOREN	433
OXIDOSE	433
INFLAMMATION	435
VITAMIN-D-STATUS	436

KOMPROMITTIERTER IMMUNSTATUS	437
VORGEHEN BEI VERDACHT AUF INFEKTION.....	440
VORGEHEN BEI MILDEN BIS MODERATEN BESCHWERDEN	441
VORGEHEN BEI SCHWERER AUSPRÄGUNG.....	442
<u>SCHLUSSWORT</u>	<u>444</u>
<u>ANHANG.....</u>	<u>451</u>
ÜBERSICHT ÜBER DIE TIPPS	451
ABBILDUNGSVERZEICHNIS	452
TABELLENVERZEICHNIS	458
LITERATURVERZEICHNIS	460
STICHWORTVERZEICHNIS	521