



Leitlinien für die frühe Covid-19 Behandlung

Ein praktischer Ansatz für häusliche Pflege für gesunde Familien

Weltrat für Gesundheit - Stand: November 2022

Dieser neueste Leitfaden wurde geprüft von:

Dr. Naseeba Kathrada, MD

Dr. Pierre Kory M.D., M.P.A

Dr. Tess Lawrie, MD, PhD

Dr. Peter A. McCullough, MD, MPH

Inhalt

Inhalt	2
Über den Weltrat für Gesundheit	3
Über diesen Leitfaden	3
Für wen ist dieser Leitfaden gedacht?.....	4
Wenn Sie einen positiven Covid-Test oder leichte Covid-ähnliche Symptome haben:.....	4
1. Was sind die Symptome von Covid-19?.....	4
2. Was kann ich tun, um einen leichten Covid-19 zu Hause zu behandeln (während der viralen und entzündlichen Phase)?	5
a. Antivirale oder antimikrobielle Medikamente	8
b. Entzündungshemmende Behandlungen.....	9
c. Immununterstützende Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel.....	10
3. Wie verläuft die Krankheit?	15
4. Wann muss ich mit einer Covid-Infektion ins Krankenhaus gehen?.....	15

Über den Weltrat für Gesundheit

Der Weltgesundheitsrat (*World Council for Health*) ist eine Dachorganisation multinationaler Gruppen von Ärzten, Wissenschaftlern, Medizinjournalisten und anderen Mitgliedern der Zivilgesellschaft, die sich für das Recht auf Gesundheit einsetzen. Wir sorgen für Transparenz in der Gesundheitsversorgung durch Aufklärung und Lobbyarbeit mit gesundem Menschenverstand, indem wir unabhängig Erkenntnisse aus verschiedenen qualitativen und quantitativen Quellen zusammenführen.

Über diesen Leitfaden

Dies ist ein aktueller Leitfaden zur wirksamen Behandlung der Covid-19-Krankheit zu Hause. Covid sollte frühzeitig mit einer Kombination von Therapien und aggressiv behandelt werden, um die schwerwiegenden Folgen der Krankheit zu vermeiden, obwohl es sich bei den meisten Fällen inzwischen um milde Varianten wie Omicron zu handeln scheint, die je nach Alter, Immunreaktion und allgemeinem Gesundheitszustand zwischen erkältungs- und grippeähnlichen Symptomen schwanken.

Dieser Leitfaden stützt sich auf etablierte und neue medizinische Forschungsergebnisse sowie auf die klinischen Erfahrungen internationaler ärztlich geleiteter Gruppen; er wird weiterentwickelt, sobald sich neue Erkenntnisse ergeben.

Die in diesem Leitfaden enthaltenen sicheren, bewährten und patentfreien Arzneimittel und Nahrungsergänzungsmittel können weltweit unterschiedlich verfügbar sein. Aus diesem Grund wurde eine Vielzahl von Arzneimitteln aufgenommen.

Teure, neue Medikamente (z. B. monoklonale Antikörper) werden hier nicht berücksichtigt, obwohl sie in den USA und einigen anderen Ländern erhältlich sind.

Wir stellen uns eine Welt vor, in der Sie in der Lage sind, die Kontrolle über Ihre Gesundheit zu übernehmen. Diese Ressource ist ein lebendiger Leitfaden und wird sich ändern, wenn neue Erkenntnisse auftauchen. Sie stellt keine individuelle medizinische Beratung dar und verschreibt keine Behandlung.

Der Leitfaden soll Einzelpersonen und ihre Familien über die Möglichkeiten der Gesundheitsversorgung informieren, die für sie von Nutzen sein können.

Die Leserinnen und Leser sollten sich für eine individuelle medizinische Beurteilung und für auf ihre Bedürfnisse zugeschnittene Behandlungsempfehlungen an die medizinische(n) Fachkraft(en) ihrer Wahl wenden. Dieser Leitfaden wird mit dem Auftauchen neuer Informationen weiterentwickelt.

Bitte [melden Sie sich für E-Mail-Updates](#) an, um über die neuesten Entwicklungen auf dem Laufenden zu bleiben.

Für wen ist dieser Leitfaden gedacht?

Jeder kann sich mit Covid-19 infizieren, unabhängig davon, ob er eine Covid-19-Injektion erhalten hat oder nicht. Die gute Nachricht ist, dass die Krankheit leicht zu behandeln ist und die meisten Menschen sich innerhalb weniger Tage oder Wochen erholen. Wenn Sie Ihre Krankheit frühzeitig behandeln, tragen Sie dazu bei, die Covid-19-Pandemie zu beenden. Wenn Sie oder ein Familienmitglied positiv getestet wurden und Symptome aufweisen, die auf Covid-19 hindeuten, ist dies ein praktischer Leitfaden, der Ihnen helfen soll, sich schnell zu erholen. Der Leitfaden richtet sich an Personen, die im Allgemeinen gesund sind und keine anderen täglichen Medikamente einnehmen, um Ihnen zu helfen, Covid-19 zu besiegen und so schnell wie möglich wieder gesund zu werden. Dieses Dokument gilt nicht für schwangere Frauen, die hier nützliche Hinweise zu Covid-19 finden

[\(https://worldcouncilforhealth.org/resources/covid-19-and-pregnancy/\)](https://worldcouncilforhealth.org/resources/covid-19-and-pregnancy/).

In diesem Leitfaden werden wir diese Fragen beantworten:

1. [Was sind die Symptome von Covid-19?](#)
2. [Was kann ich tun, um ein leichtes Covid-19 zu Hause zu behandeln?](#)
3. [Wie verläuft die Krankheit?](#)
4. [Wann sollten Sie mit Covid-19 ins Krankenhaus gehen?](#)

Wenn Sie einen positiven Covid-Test oder leichte Covid-ähnliche Symptome haben:

Als Erstes sollten Sie Ihre Familie und Ihren Arzt informieren. Bleiben Sie zu Hause, ruhen Sie sich aus, trinken Sie viele antivirale und entzündungshemmende Aufgüsse mit frisch gehacktem Ingwer und zerkleinerten Zimtstangen mit ein wenig hochwertigem Honig und befolgen Sie die nachstehenden Ratschläge für zu Hause.

Eine frühzeitige Behandlung verhindert das Fortschreiten der Krankheit.

1. Was sind die Symptome von Covid-19?

Die Covid-19-Pandemie scheint auf ein Virus namens SARS CoV-2 zurückzuführen zu sein. Sie hat drei sich überschneidende Phasen:

- Die virale Phase (Tag 1-5)
- Die Entzündungsphase (Tag 1-10)
- Die Phase der Hyperinflammation (bis zu 30 Tage)

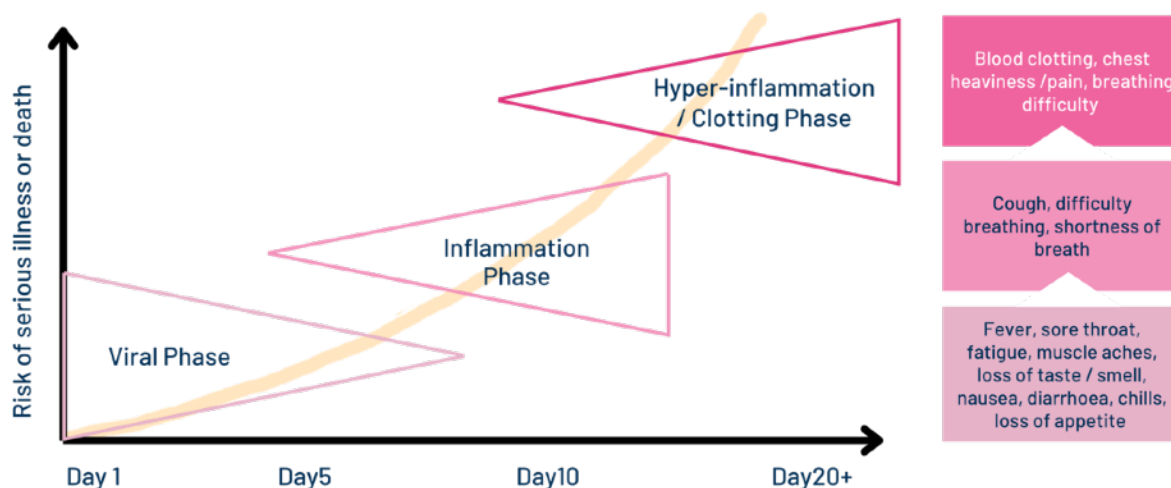


Abbildung 1: Virale und entzündliche Phasen

Frühe Symptome des Virus während der Virus- und Entzündungsphase können eine beliebige Kombination der folgenden Symptome sein:

- Fieber oder Schüttelfrost
- Halsweh
- Husten und Niesen
- Verstopfung oder laufende Nase
- Kurzatmigkeit oder Atembeschwerden
- Verengung oder Druck im Brustbereich
- Leichte bis extreme Müdigkeit
- Kopfschmerzen
- Verlust von Geschmack oder Geruch
- Übelkeit oder Erbrechen
- Durchfall

Quelle: CDC

2. Was kann ich tun, um einen leichten Covid-19 zu Hause zu behandeln (während der viralen und entzündlichen Phase)?

Die virale Phase (Tag 1 - 5)

In der viralen Phase der Erkrankung vermehrt sich das SARS-CoV-2-Virus im Körper schnell, wenn nicht schnell gehandelt wird, genau wie bei einer Erkältung oder Grippe oder anderen viralen Infektionen der Atemwege oder des Magens. Wer sich in der viralen Phase der Krankheit befindet, kann mit grippeähnlichen Symptomen wie Fieber, Gelenk- und Muskelschmerzen, Kopfschmerzen, Halsschmerzen, Appetitlosigkeit, Geschmacks- und Geruchsverlust, Übelkeit, Durchfall und Schwäche rechnen. Die Ansteckungsgefahr ist in der viralen Phase der Krankheit am größten, daher sollte der Kontakt mit Menschen in dieser Phase vermieden werden. Es ist wichtig zu wissen, dass asymptomatische Personen (d. h. Personen, die ohne Symptome positiv getestet werden) das Virus wahrscheinlich nicht übertragen.

Die Entzündungsphase (Tag 6 - 10)

In der Entzündungsphase hat sich das körpereigene Immunsystem darauf eingestellt, die Infektion zu bekämpfen, und es werden übermäßig viele Zytokine produziert, d. h. Signalmoleküle, Proteine, die vom Immunsystem zur Steuerung seiner Reaktion verwendet werden. Wenn zu viele Zytokine gebildet werden, kann dies das Gewebe und die Organe des Körpers schädigen, wie bei Entzündungs- und Autoimmunkrankheiten.

Bei einer Person, die sich in der Entzündungsphase von Covid-19 befindet, können weiterhin grippeähnliche Symptome auftreten, die sich bei einer bereits bestehenden Entzündung zu einer übermäßigen Entzündung der Lungenzellen ausweiten können, was zu Atemnot, Husten, Atembeschwerden und möglicherweise einer bakteriellen Sekundärinfektion wie einer Lungenentzündung führt. Wenn Sie offensichtlich Atembeschwerden haben, sollten Sie den Rat Ihres Arztes befolgen und ins Krankenhaus gehen, wenn er Sie nicht zu Hause behandeln kann.

Frühzeitige Behandlung zu Hause - das Wichtigste

Immununterstützende	Antivirale	Entzündungshemmenden	Gerinnungshemmende	Unterstützung bei Symptomen
Multivitamins	Ivermectin	Ibuprofen	Aspirin	Acetaminophen/ Paracetamol
Vitamins C und D	Mundspülungen und Nasenspülungen	N-acetyl cystein		Cough medicines/ inhalers
Zink				Antihistaminika
Quercetin				
Melatonin				

Abbildung 2: Überblick über die wichtigsten Behandlungsmethoden

Diese Grafik gibt einen allgemeinen Überblick über die wichtigsten Behandlungsmethoden und -kategorien. Die meisten wichtigen Arzneimittel und Therapien fallen in mehr als eine Kategorie. Eine frühzeitige Behandlung ist entscheidend - eine Kombination von Therapieansätzen ist ideal. Eine längere Liste der Optionen finden Sie in der Tabelle "Zusammenfassung der Arzneimittel" am Ende dieser PDF-Datei.

*Paracetamol sparsam verwenden, da es Glutathion, ein wichtiges Antioxidans, reduziert

Nützliche Ausrüstung

Es ist nützlich, ein **Thermometer** zu Hause zu haben, um zu überprüfen, ob Sie Fieber haben. Fieber über 37,5 °C, das Unwohlsein auslöst, kann mit Paracetamol behandelt werden, wenn das Fieber länger anhält, als es für die natürliche Beseitigung der Infektion durch das Immunsystem notwendig ist.

Ein **Vernebler** ist ein Gerät, das eine Lösung in einen Nebel verwandelt, der dann durch ein Mundstück inhaliert wird. Er kann nützlich sein, um Lösungen wie Kochsalzlösung zu verabreichen, die bei Schleim helfen. Einige internationale Ärzte empfehlen auch vernebeltes kolloidales Silber, das antivirale Eigenschaften hat, Jodverneblerlösungen, Jod mit Salzpfeifeninhalatoren, Ozonbehandlung, Natriumbikarbonatlösungen und Chlordioxidlösungen für Covid-19.

Ein **Dampfinhalator** ist ein handelsüblicher Trichter, der den Dampf aus dem mit heißem Wasser gefüllten Behälter in Nase und Mund leitet. In das Wasser können Sie einige Tropfen abschwellende und antivirale ätherische Öle wie Olbasöl, Eukalyptus, Teebaum, Oregano, Zedernholz, Thymian und Ingwer geben.

Ein **Pulsoximeter** ist ein kleines Gerät, das an den Finger geklemmt wird, um die Sauerstoffsättigung des Blutes zu messen. Es ist nicht invasiv und die Testergebnisse bestimmen, ob eine Person zusätzlichen Sauerstoff erhalten muss und deshalb zu Hause versorgt werden muss oder, falls eine Behandlung zu Hause nicht möglich ist, in ein Krankenhaus eingewiesen werden muss. Wenn Sie Zugang zu einem Pulsoximeter haben, bedeutet ein Wert von 94 % oder weniger, dass Sie nicht genügend Sauerstoff erhalten. Je nachdem, wo Sie wohnen und ob der Arzt Ihrer Wahl Ihnen eine Sauerstoffflasche verschreiben oder bestellen wird, können Sie eine Sauerstoffflasche für zu Hause bekommen.

Im Laufe des Coronavirus-Ausbruchs haben Ärzte und Wissenschaftler in aller Welt viel gelernt, und wir wissen jetzt, wie wir Covid-19 zu Hause behandeln können. Bei frühzeitiger Behandlung sinkt das Risiko einer schwereren Erkrankung drastisch, insbesondere bei den jüngsten Omicron-Varianten. **Es ist eine gute Idee, sich mit einfachen Medikamenten und Therapien in der Hausapotheke auf die Erkältungs- und Grippezeit vorzubereiten, bevor Sie oder Ihre Familienmitglieder krank werden.**

Das Spike-Protein ist ein Hauptbestandteil des Virus. Es ist toxisch und wirkt sich auf verschiedene Weise auf den Körper aus. Deshalb **ist es wichtig, eine Kombination von Therapien zur Bekämpfung der Covid-19-Krankheit einzusetzen.**

Infizierte Personen sollten eine Kombination von Therapien anwenden, die:

- a. Bekämpfung des Virus (Virostatika/Antimikroben)
- b. die Entzündung im Körper verringern (Entzündungshemmer)
- c. Unterstützung des Immunsystems
- d. das Risiko von Blutgerinnseln zu verringern (Antikoagulanzen)
- e. Linderung der Symptome bei Kopfschmerzen, Fieber, Husten usw.

Die meisten empfohlenen Therapien und Arzneimittel spielen mehr als eine dieser Rollen bei der Bekämpfung von Covid-19. Je nach Verfügbarkeit in Ihrer Region sollten Sie sich auf die Behandlung mit einem Mittel aus jeder dieser fünf Kategorien vorbereiten, um die Chancen auf eine rasche Genesung zu erhöhen.

a. Antivirale oder antimikrobielle Medikamente

Ivermectin hat antivirale, entzündungshemmende und das Immunsystem unterstützende Eigenschaften. Das bedeutet, dass Ivermectin in allen Phasen der COVID-Erkrankung eingesetzt werden kann, von einer frühen asymptomatischen Infektion bis hin zu einer schwereren Erkrankung, auch bei hospitalisierten Covid-19-Patienten.

Für die frühe Behandlung einer SARS-CoV-2-Infektion zu Hause beträgt die empfohlene Dosis 0,4 bis 0,6 mg pro Kilogramm Körpergewicht und Tag für fünf Tage. Die Dosierung hängt nicht nur vom Körpergewicht ab, sondern auch von der Schwere der Coronavirus-Infektion und der Virulenz der Variante.

Ivermectin

Ivermectin ist ein weit verbreitetes Antiparasitikum und als solches in vielen Ländern rezeptfrei erhältlich. Es ist in Tabletten zu 3 mg, 6 mg und 12 mg erhältlich. In einigen Ländern kann auch eine flüssige Suspension erhältlich sein.

Für nicht hospitalisierte Erwachsene mit durchschnittlichem Körpergewicht (zwischen 50 und 80 kg) beträgt die Dosis von Ivermectin zwei bis vier 12mg-Tabletten, täglich mit dem Essen fünf Tage lang einzunehmen. Eine längere Behandlung oder höhere Dosen können notwendig sein, sollten aber mit einem Arzt besprochen werden.

Zu den Nebenwirkungen gehören Übelkeit, Durchfall, Schwindel und Hautausschlag. Diese sind in der Regel leicht und verschwinden nach Absetzen der Behandlung. Ivermectin ist nicht für die Verwendung bei Kindern unter 5 Jahren oder schwangeren Frauen (insbesondere im ersten Trimester) ohne den Rat eines Arztes empfohlen.

Wenn Sie blutverdünnende Medikamente einnehmen, konsultieren Sie bitte vor der Einnahme von Ivermectin einen Arzt, da Ivermectin ebenfalls blutverdünnende Eigenschaften hat.

Doxycyclin

Da Doxycyclin auch starke antivirale Eigenschaften hat, verwenden viele Covid-Experten Doxycyclin (100 mg alle 12 Stunden für 7 Tage) und Ivermectin zusammen bei einer frühen Infektion.

Hydroxychloroquin & Zink

Hydroxychloroquin ist ein weit verbreitetes Medikament gegen Malaria. Seine antiviralen Eigenschaften machen es zu einer nützlichen Alternative zu Ivermectin bei der Frühbehandlung von Covid-19 in Standarddosen (200 mg alle 12 Stunden über 7 Tage). In Gebieten mit virulenteren Covid-Stämmen (z. B. Brasilien) verwenden Experten für Covid-Behandlung manchmal Hydroxychloroquin und Ivermectin zusammen mit Zink und einem Makrolid-Antibiotikum wie Azithromycin.

Antibiotika (bei Symptomen im Zusammenhang mit der Lunge und bakteriellen Sekundärinfektionen)

Wenn Sie Brustsymptome entwickeln, muss Ihnen Ihr Arzt möglicherweise ein Antibiotikum zur Vorbeugung oder Behandlung einer vermuteten Lungenentzündung verschreiben, z. B. Azithromycin mit Zink.

Mundspülungen und Nasenspülungen

Da sich so viele Viren in den Mund- und Nasengängen befinden, ist es sinnvoll, diese mehrmals täglich mit einer Natriumbikarbonatmischung oder einer Kochsalzlösung aus warmem Wasser und Meersalz zu spülen. Regelmäßiges Gurgeln mit Propolis-Extrakt in warmem Wasser oder das Auftragen auf den hinteren Teil des Rachens ist ebenfalls sehr wirksam, um die Vermehrung der Viren zu verhindern. Das Spülen kann auch die Symptome bei übermäßigem Schleim und Schleimbildung unterstützen.

Mundwasser zu Hause herstellen:

- 1 Teelöffel natürliches Meersalz in einem Glas warmem Wasser auflösen und gurgeln, oder
- 1 Teelöffel natürliches Meersalz plus 1 Teelöffel Bikarbonat, und gurgeln
- Option: einige Tropfen Propolis* oder ein ätherisches Öl wie Pfefferminze für mehr Frische hinzufügen

** löst sich nicht in kaltem Wasser auf*

b. Entzündungshemmende Behandlungen

Zu den entzündungshemmenden Medikamenten gehören verschreibungspflichtige Steroide (z. B. Budesonid, Prednison, Dexamethason, Methylprednisolon), nicht-steroidale Entzündungshemmer (z. B. Ibuprofen und Aspirin) und bestimmte andere bewährte Arzneimittel (z. B. Colchicin und Ivermectin).

Ibuprofen

Ibuprofen ist ein nichtsteroidales entzündungshemmendes Arzneimittel, das zur Behandlung von Schmerzen eingesetzt wird, indem es Entzündungen im Körper reduziert. Es ist in den meisten Ländern für den allgemeinen Gebrauch erhältlich und hilft, die mit Covid-19 und anderen Virusinfektionen verbundenen Entzündungen und Gelenkschmerzen zu lindern.

Antihistaminika

Antihistaminika werden normalerweise zur Behandlung von Allergien eingesetzt. Sie blockieren die Wirkung von Histamin, einem chemischen Stoff, der bei einer allergischen Reaktion freigesetzt wird. Orale Antihistaminika wie Loratadin und Cetirizin, häufig verwendete rezeptfreie Arzneimittel gegen Heuschnupfen und Hautausschlag, können helfen, eine allergische Immunreaktion (Mastzellenaktivierung) auf das Spike-Protein zu verhindern.

N-Acetylcystein und Glutathion

Glutathion ist ein starkes natürliches Antioxidans, das in den meisten Zellen des Körpers vorkommt. Seine Aufgabe ist es, die Zellen zu schützen, indem es Giftstoffe neutralisiert. In Krankheitszeiten wird Glutathion häufig abgebaut.

N-Acetylcystein ist ein Arzneimittel, das toxische Substanzen abbaut, indem es das Glutathion wieder auffüllt. N-Acetylcystein hilft auch, den zähen Schleim in der Entzündungsphase der Covid-Krankheit zu lösen. Beide sind als Nahrungsergänzungsmittel erhältlich.

Curcumin, Astragalus, Ashwagandha, Heiliges Basilikum, Süßholz, Rosmarin, Uña de Gato (uncaria tomentosa)

Es gibt viele verschiedene Kräuter und Nahrungsergänzungsmittel, deren entzündungshemmende Wirkung wissenschaftlich erwiesen ist. Wenn Sie ein Lieblingkraut aus Ihrem Teil der Welt haben oder bereits davon gehört haben, zögern Sie nicht, es als Kraut, Tinktur, Nahrungsergänzungsmittel oder in einer anderen Form in Ihre Ernährung aufzunehmen.

c. Immununterstützende Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel

Viele Nahrungsergänzungsmittel wie Vitamin D, Vitamin C, Zink, Quercetin, Melatonin, Glutathion und N-Acetylcystein haben starke entzündungshemmende, antioxidative und immunstärkende Eigenschaften. Diese Therapien sind einfach, im Allgemeinen sicher und für die Behandlung zu Hause zugänglich, und sie sind nicht verschreibungspflichtig.

Vitamin D

Vitamin D spielt eine wichtige Rolle für die Immunität. Ein Mangel an Vitamin D wurde mit schwereren Covid-19-Erkrankungen in Verbindung gebracht. Viele Menschen haben aufgrund ihres Alters oder ihrer Lebensweise einen Mangel an diesem wichtigen Vitamin. Die Aufrechterhaltung eines guten Vitaminspiegels ist für die Vorbeugung und Behandlung von Covid-19 entscheidend. Vitamin-D-Kapseln oder -Tropfen auf Ölbasis sind der Tablettenform vorzuziehen, aber Sie können alles verwenden, was verfügbar und erschwinglich ist. In vielen Ländern verschreiben Ärzte Vitamin D in klinischen Dosen, wenn ein Bluttest einen niedrigen Wert ergibt, da es für die Immunreaktion entscheidend ist. Vitamin D wird am besten mit einer Mahlzeit aufgenommen.

Vitamin D kann auch von der Haut produziert werden, wenn sie dem Sonnenlicht ausgesetzt ist, je nach Alter, Hautfarbe und Breitengrad. Tägliche Sonneneinstrahlung ist sowohl für die Vorbeugung als auch für die Behandlung von Covid-19 unerlässlich.

Vitamin C und Zink

Auch Vitamin C und Zink haben antivirale, entzündungshemmende und antioxidative Eigenschaften und werden bei verschiedenen Viruserkrankungen, einschließlich Covid-19, eingesetzt. Vitamin C ist in vielen Obst- und Gemüsesorten enthalten, insbesondere in Zitrusfrüchten. Zink ist in Lebensmitteln wie Rindfleisch, Huhn und Fisch enthalten, aber im Zusammenhang mit einer Covid-Infektion sollten Sie beide Stoffe zusätzlich einnehmen, um sicherzustellen, dass ein angemessener Spiegel erreicht wird. Bitten Sie Ihren Arzt um Rat zur Dosierung, da beide Stoffe im Falle einer Infektion drastisch abnehmen und für Ihre Immunreaktion unerlässlich sind.

Quercetin

Quercetin ist ein Pflanzenpigment oder Flavonoid, das in Obst und Gemüse weit verbreitet ist, insbesondere in Petersilie, Beeren, roten Zwiebeln, Äpfeln und Zitrusfrüchten. Quercetin kann als Ergänzungsmittel eingenommen werden, um das Immunsystem während einer Infektion zusammen mit Zink zu unterstützen. Wie Hydroxychloroquin transportiert auch Quercetin Zink in die Zellen und blockiert so die Virusreplikation.

Melatonin

Melatonin ist ein Hormon, das in der Zirbeldrüse des Gehirns gebildet wird und den Schlafzyklus am Abend einleitet. Es ist ein starkes Antioxidans. Studien zeigen, dass Melatonin Zytokine (Proteine, die mit Entzündungen in Verbindung stehen) reduziert und die Schlafqualität verbessert, was während einer Viruserkrankung von entscheidender Bedeutung ist. In Form von Nahrungsergänzungsmitteln wird Melatonin am besten vor dem Schlafengehen eingenommen.

Nigella Sativa

Nigella sativa, oder Schwarzkümmel, ist ein natürlicher Ersatz für Ivermectin, wenn dieses nicht verfügbar ist. Dieser Pflanzenextrakt hemmt die Virusreplikation durch Bindung an ACE2-Rezeptoren, wirkt der mRNA-Expression entgegen und ist entzündungshemmend und schmerzlindernd. Vorsicht bei der Einnahme von blutgerinnungshemmenden Medikamenten, da es sich ebenfalls um ein Antikoagulans handelt.

d. Gerinnungshemmende Medikamente

Ein gefährliches Merkmal von schwerem Covid-19 ist die Blutgerinnung. Gerinnungshemmende Medikamente werden eingesetzt, um die Bildung von Blutgerinnseln in den Beinen, der Lunge, dem Herzen und anderen Teilen des Körpers zu verhindern.

Aspirin

Als preiswertes und weithin verfügbares Medikament wird tägliches Aspirin bei einer frühzeitigen Covid-19-Infektion empfohlen, um das Auftreten dieser ernstesten Komplikation zu verhindern. Aspirin wird seit langem zur Behandlung verschiedener Erkrankungen eingesetzt und ist als rezeptfreies Medikament erhältlich. In Covid-19 hemmt es die Verklumpung der Blutplättchen, was das Risiko der Blutgerinnung verringert. Außerdem wirkt es entzündungshemmend und hilft bei Kopfschmerzen und Schmerzen.

Enoxaparin, Rivaroxaban und Heparin

Enoxaparin wird zur Vorbeugung von tiefen Venenthrombosen und Lungenembolien eingesetzt. Aufgrund seiner Wirkung bei der Vorbeugung von Blutgerinnseln kann es helfen, eine Verschlechterung von Covid-19 zu behandeln. Enoxaparin und Heparin werden per Injektion verabreicht. Rivaroxaban ist ein orales Medikament zur Verhinderung von Blutgerinnseln, das Ihr Arzt für die häusliche Anwendung verschreiben kann. Heparin ist in der Regel für die Anwendung im Krankenhaus reserviert.

Ivermectin

Wie bereits erwähnt, ist Ivermectin ein Blutverdünner.

Kräuter und Lebensmittel

Es ist wichtig zu wissen, dass viele Lebensmittel aufgrund ihrer starken gerinnungshemmenden Wirkung von Ärzten bei der Einnahme von gerinnungshemmenden Medikamenten empfohlen werden! Dazu gehören Cayennepfeffer, Kurkuma, Zimt, Ingwer, Knoblauch, Ginkgo Biloba, Vitamin E und Fischöle. Nehmen Sie während einer Infektion reichlich davon zu sich, und wenn Sie keinen Appetit haben, machen Sie Aufgüsse oder Suppen mit Knochenbrühe, Gewürzen und Kräutern, um Ihr Immunsystem zu stärken.

e. Unterstützung bei Symptomen

Viele frei verkäufliche Medikamente und Hausmittel können die Symptome lindern und das Wohlbefinden steigern. Dazu gehören Hustenmittel, Antihistaminika, Paracetamol (Tylenol), Nasensprays, Mundspülungen und andere schleimlösende Mittel.

Kochsalz- oder Natriumbikarbonatlösungen sind wirksam und einfach zuzubereiten. Um den Schleim in der Lunge loszuwerden, können Sie alternativ versuchen, mit einem Geschirrtuch über dem Kopf und ätherischen Ölen wie Olbas- oder Eukalyptusöl Dampf zu inhalieren. Zimt, Ingwer und Honig können helfen, den Husten zu lindern - versuchen Sie einen Zimt-Ingwer-Aufguss mit heißem Wasser, Zimt und frisch gehacktem Ingwer.

Dies ist eine gute Gelegenheit, ein hochwertiges Multivitamin- und Mineralstoffpräparat zur Unterstützung des Immunsystems sowie einige der oben genannten Nahrungsergänzungsmittel einzunehmen oder sich von einem Kräuteralter zu beraten zu lassen.

Wenn Sie sich schlecht fühlen und keine Lust zum Essen haben, trinken Sie reichlich entzündungshemmende Kräutertees, wie oben beschrieben, und bitten Sie ein Familienmitglied oder einen Freund, nach alter Tradition eine nahrhafte Hühnerbrühe oder -suppe zu kochen, voll mit den Mineralien und dem Kollagen des Huhns und den Mineralien, Vitaminen und anderen heilenden Substanzen des Gemüses, der Kräuter und Gewürze. Dies wird Ihr Immunsystem, Ihre Atemwege und Ihr Verdauungssystem unterstützen und den Heilungsprozess beschleunigen.

Dosierungstabelle für Erwachsene für die Heimbehandlung von Covid-19

Weltgesundheitsrat - Stand Januar 2023

Behandlung	Dosierung
Unterstützung des Immunsystems	
Vitamin D Vitamin C Zink Quercetin Melatonin	10.000 IE für 2-3 Wochen, dann 4.000 IE/pro Tag 2-5g, dann 0,5-1g /Stunde 50mg/Tag 1 Kapsel/2 x täglich 5-10mg/Tag
Antivirale Mittel	
Ivermectin Mundspülungen/Nasenspülungen	0,4-0,6 mg pro kg Gewicht/für 5 Tage 3 x pro Tag
Entzündungshemmende Mittel	
Ibuprofen N-Acetylcystein Antihistaminika	400mg/bis zu 3 x pro Tag 1-2 Kapseln pro Tag für 7 Tage Bitte beachten Sie die Anweisungen auf der Verpackung
Gerinnungshemmende Mittel	
Aspirin	300-325mg/ Tag (1 Tablette)
Linderung der Symptome	
Paracetamol / Acetaminophen Hustenmittel	Bitte beachten Sie die Anweisungen auf der Verpackung Bitte beachten Sie die Anweisungen auf der Verpackung

Kinder-Dosierungstabelle für die Heimbehandlung von Covid-19

Behandlung	Dosierung
Prävention	
Vitamin D Vitamin C Zink Holunder/Sirup zum Kauen Melatonin	1000IU/Tag pro 15kg Körpergewicht 1000mg/Tag 20mg/Tag 100-150mg/Tag 1mg/Tag
Behandlung	
Vitamin D Vitamin C Zink Holunder/Sirup zum Kauen Melatonin N-Acetylcystein Azithromycin Schwarzkümmelöl <i>Wählen Sie eine aus:</i> Quercetin Hydroxychloroquin Ivermectin	1000IU/Tag pro 15kg Körpergewicht 1000mg/Tag 20mg/Tag 100-150mg/Tag 1mg/Tag 500mg/Tag 10mg pro kg Körpergewicht 40-80mg pro kg Körpergewicht 250-500mg/2 x täglich 100mg/1 x pro Tag 0,2 mg pro kg Körpergewicht

Weltgesundheitsrat - Stand Januar 2023

NB: Bei einer schwereren Infektion kann Ihr Arzt Steroide verschreiben.

Denken Sie daran, dass die überwiegende Mehrheit der Menschen sich von Covid-19 erholt. Behandeln Sie frühzeitig und gönnen Sie sich viel Ruhe, Sonnenschein und frische Luft, um die Dauer und Schwere Ihrer Erkrankung zu verringern. Der Körper führt die Reparaturprozesse in der Ruhephase durch. Haben Sie es nicht eilig, Ihre gewohnten körperlichen Aktivitäten und sozialen Verpflichtungen wieder aufzunehmen - dies könnte Ihre Genesung zurückwerfen. Geben Sie sich lieber zwei Wochen Zeit, um sich zu erholen. Wenden Sie sich an Ihren Arzt, wenn Sie Fragen oder Bedenken haben.

Und schließlich sollten Sie sich oft ausruhen.

Denken Sie daran, dass die überwiegende Mehrheit der Menschen sich von Covid-19 erholt. Behandeln Sie frühzeitig und gönnen Sie sich viel Ruhe, Sonnenschein und frische Luft, um die Dauer und Schwere Ihrer Erkrankung zu verringern. Der Körper führt die Reparaturprozesse in der Ruhephase durch. Haben Sie es nicht eilig, Ihre gewohnten körperlichen Aktivitäten und sozialen Verpflichtungen wieder aufzunehmen - dies könnte Ihre Genesung zurückwerfen. Geben Sie sich lieber zwei Wochen Zeit, um sich zu erholen. Wenden Sie sich an Ihren Arzt, wenn Sie Fragen oder Bedenken haben.

3. Wie verläuft die Krankheit?

SARS-CoV-2-Infektionen sind unterschiedlich schwerwiegend. Bei manchen Menschen treten keine Symptome auf, andere haben leichte Symptome, und bei Menschen mit Vorerkrankungen können schwerere Symptome auftreten, die einen Krankenhausaufenthalt erfordern. Unabhängig davon, ob Sie eine bestätigte Covid-19-Infektion haben oder nicht, sollten Sie nicht zögern, einen Arzt aufzusuchen. Eine frühzeitige Behandlung ist entscheidend, um schwere Covid-19-Infektionen zu verhindern.

Als Faustregel gilt, dass Covid-Infektionen nicht über das Stadium der Erkältung und Grippe hinausgehen. Bei einigen Menschen kann die Infektion zu einem längeren Krankheitsstadium führen, das über einen Monat hinausgeht und jetzt als "langer Covid" bezeichnet wird. Bei den Betroffenen dieser Kategorie kann es zu einer Reihe von Nebenwirkungen kommen, wie z. B. allgemeine arbeitsunfähige oder teilarbeitsunfähige Müdigkeit, anhaltende Schmerzen, anhaltender Geschmacks- und Geruchsverlust, Kopfschmerzen, Schmerzen in der Brust, Kurzatmigkeit, Gehirnebel, Haarausfall, Verdauungsbeschwerden usw.

Es ist möglich, dass diese Menschen bereits diagnostizierte oder nicht diagnostizierte entzündliche Grunderkrankungen haben, so dass die zusätzliche Entzündung durch das Covid-Virus sie in einen Bereich treibt, in dem ihr Immunsystem überlastet ist und sich nicht schnell erholen kann. Dazu können häufige Entzündungskrankheiten wie Diabetes, rheumatoide und Osteoarthritis, Bluthochdruck, Arteriosklerose usw. gehören.

Die oben vorgeschlagenen Behandlungsmöglichkeiten und, unter der Anleitung eines Arztes Ihrer Wahl, mit einer nachhaltigeren und gezielteren Anwendung gängiger Mittel wie Vitamin D, C, Ivermectin, Quercetin, Zink, Propolis, Nigella Sativa, N-Acetylcystein, Aspirin und anderen Mitteln, können Ihnen ebenfalls helfen, aus diesem langwierigen Entzündungsstadium der Krankheit herauszukommen.

4. Wann muss ich mit einer Covid-Infektion ins Krankenhaus gehen?

Wenn Sie Atembeschwerden, Kurzatmigkeit, Schweregefühl in der Brust oder eine plötzliche Verschlechterung Ihrer Symptome haben, einschließlich Taubheitsgefühl oder Kribbeln irgendwo im Körper, unerklärliche Schwellungen oder Ausschläge, Ohnmacht, Verwirrung oder Desorientierung oder akute Schmerzen, gehen Sie ins Krankenhaus.

Erwachsene sollten ein Krankenhaus aufsuchen, wenn sie:

- kurzatmig sind
- Schwindelgefühle (dies kann ein Zeichen für einen verminderten Sauerstoffgehalt im Blut sein)
- Schwierigkeiten beim Atmen haben
- ein Schweregefühl oder Schmerzen in der Brust haben
- bläuliche Lippen haben
- Anhaltendes Fieber oder andere Symptome für mehr als 7 Tage seit Beginn der Krankheit

Kinder sollten ins Krankenhaus gebracht werden, wenn sie:

- kein Interesse am Essen oder Stillen haben

- haben eine blaue Färbung auf den Lippen
- sind verwirrt
- Kurzatmigkeit oder Atembeschwerden haben

Seien Sie vorbereitet und halten Sie zu Hause einen Vorrat an grundlegenden Medikamenten und Therapien für Ihre Familie bereit

Die Coronavirus-Pandemie hat enorme Auswirkungen auf die körperliche und geistige Gesundheit in der ganzen Welt gehabt. Doch je mehr wir über die Krankheit erfahren, desto besser können wir sie behandeln und kontrollieren, so dass schwere Erkrankungen immer seltener werden. Das Wichtigste, was Sie tun können, ist, vorbereitet zu sein, auf Ihr Immunsystem zu achten und die Krankheit frühzeitig mit einer Kombination von Therapien zu behandeln, die Covid von verschiedenen Seiten angreifen.

Quelle: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/media-resources/science-in-5/episode-36-safe-care-at-home>

Liste der zur Behandlung von Covid-19 verwendeten Arzneimittel zur Vorlage bei Ihrem Arzt

Diese Liste umfasst rezeptfreie und verschreibungspflichtige Medikamente, die Sie Ihrem Arzt mitteilen können.

Lesen Sie unbedingt die Packungsbeilage, bevor Sie ein rezeptfreies Arzneimittel einnehmen, um zu prüfen, ob es für Sie geeignet ist, insbesondere wenn Sie schwanger sind.

Aspirin und Ibuprofen sind für Schwangere nicht geeignet, insbesondere nicht im letzten Schwangerschaftsdrittel. Wenn Ihre Symptome länger als 7 Tage anhalten, Sie das Gefühl haben, dass sich Ihr Zustand verschlimmert, sich Ihr Zustand plötzlich verschlechtert oder wenn Sie kurzatmig sind, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder suchen Sie die Notaufnahme auf.

Vergessen Sie das nicht:

Ziel ist es, eine Behandlung aus den folgenden Kategorien zu wählen: antivirale, entzündungshemmende und gerinnungshemmende Medikamente (Aspirin). Aspirin ist das einzige gerinnungshemmende Mittel, das sicher zu Hause angewendet werden kann. Wählen Sie außerdem mehrere einfache immununterstützende Therapien und andere Medikamente, die Ihnen die Infektion erleichtern.

Welche Medikamente und Therapien Sie wählen, hängt von der Verfügbarkeit in Ihrer Region ab. Nehmen Sie das, was für Sie erschwinglich und verfügbar ist. Sie müssen nicht alle Medikamente einnehmen!

Trinken Sie viel Wasser, ruhen Sie sich aus, essen Sie viel Obst und Gemüse, und tanken Sie täglich Sonne. Gönnen Sie sich eine Erholungszeit von mindestens zwei Wochen ohne anstrengende Aktivitäten. Erwarten Sie frühestens nach zwei Wochen, dass Sie Ihr gewohntes Sportprogramm und Ihre sozialen Verpflichtungen wieder aufnehmen können. Eine positive Einstellung ist wichtig!

Medikamente zur Unterstützung des Immunsystems

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Multivitamin	1 Tablette ein- oder zweimal täglich
Vitamin D3	10.000 IE für 2-3 Wochen, dann 4.000 IE täglich (2-fache Dosis: Pflegeheimbewohner und Menschen mit stark melanisierter Haut)
Vitamin C (Ascorbinsäure)	2-5g, dann 0,5-1g pro Stunde
Zink	50mg einmal oder zweimal täglich
Omega-3-Fettsäuren	2-4g täglich
Vitamin A	1 Tablette täglich
Vitamin-B-Komplex	1 Tablette täglich
Quercetin	1 Tablette zweimal täglich
Melatonin	5-10mg täglich
Lactoferrin	200mg zweimal täglich
Schwarzkümmel (Nigella sativa)	1 Kapsel täglich
Neem	1 Kapsel ein- oder zweimal täglich, nicht in Kombination mit B-Komplex-Präparaten verwenden
Kurkumin	1 Kapsel ein- oder zweimal täglich
Lugolsches Jod	25mg täglich als Lösung oder Tabletten
L-Lysin	1000mg pro Tag

Antiviral / antimikrobiell

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Antimikrobielle Mundspülung	Verschiedene OTC-Präparate, siehe unten.
Antimikrobielles Nasenspray/-spülung	Verschiedene OTC-Präparate, siehe unten.
Azythromycin*	500mg täglich für 5 Tage
Kolloidales Silber	5 ml täglich vernebelt
Doxycyclin*	100mg Tablette zweimal täglich für 7 Tage
Hydroxychloroquin*	200mg Tablette zweimal täglich für 5 bis 7 Tage
Ivermectin*	0,4-0,6mg/kg Körpergewicht für 5 Tage
Nitoxoxid	500mg 2x täglich nach einer Mahlzeit für 5 Tage oder bis zur Genesung
Lugolsches Jod 15%	Ein paar Tropfen Vernebler mit einem Inhalator oder mit einem Salzpfeifeninhalator

Entzündungshemmend

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Aspirin	300-325mg (1 Tablette) bis zu 4 Mal täglich
Budesonid-Inhalator*	800mcg - 1200mcg zweimal täglich
Cetirizin*	10mg (1 Tablette) täglich
Colchicin*	500mcg zweimal täglich für 7 bis 14 Tage
Kortikosteroide*	Methylprednisolon, Prednison, Prednisolon, Dexamethason, Betamethason; wie verordnet
Cyproheptadin	4-8mg 3 bis 4 Mal täglich, oder wie verschrieben
Famotidin*	20mg täglich, oder wie verschrieben
Ibuprofen	400 mg bis zu 3 Mal täglich
Loratadin	10mg (1 Tablette) täglich
Montelukast*	10mg täglich für 14 Tage, oder wie verschrieben
Naproxen*	220mg (1 Tablette) zweimal täglich
Promethazin*	10mg zweimal oder dreimal täglich
Kurkumin	Hochdosiertes Konzentrat in einer Kapsel, 500 mg 2 x täglich, zu den Mahlzeiten und Fetten
N-Acetylcystein (NAC) oder Glutathion	600-1200 mg zweimal täglich oral einnehmen, mindestens 2 l Wasser pro Tag trinken
Melatonin	5-10mg vor dem Schlafengehen (verursacht Schläfrigkeit)

Gerinnungshemmende Mittel

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Aspirin	300-325mg (1 Tablette) täglich
Rivaroxaban*	Wie vorgeschrieben
Enoxaparin/Niedermolekulares Heparin*	Wie vorgeschrieben
Heparin*	Wie vorgeschrieben

Symptomhilfe für Schleim

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Vernebelte Lösungen	Verschiedene, z. B. Natriumbikarbonat, kolloidales Silber Vernebelung für 30 Minuten 4 x täglich
Bromhexin	8mg dreimal täglich
N-Acetylcystein	1 Tablette (600 mg) ein- oder zweimal täglich

Symptomunterstützung bei Fieber

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Acetaminophen (Paracetamol, Tylenol)	500mg bis zu viermal täglich (NB Fieber ist eine natürliche Immunreaktion, um Infektionserreger abzutöten - es sollte nur behandelt werden, wenn es zu hoch ist oder zu lange anhält)

Symptomunterstützung bei Husten

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Salbutamol-Sirup*	1 Teelöffel bis zu drei Mal am Tag

Symptomunterstützung bei Wehwechen

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Ibuprofen und Aspirin	Siehe Ibuprofen und Aspirin oben (entzündungshemmende Medikamente)

Andere verschreibungspflichtige Arzneimittel

Arzneimittel/Medikamente	Dosierung / Hinweise
Atorvastatin*	40mg täglich
Fluvoxamin*	50mg täglich oder zweimal täglich
Finasterid*	5mg täglich
Fenofibrat*	160mg täglich
Budesonid*	Wie vorgeschrieben
Decadron*	Wie vorgeschrieben

Ausrüstung

**In den meisten Ländern NUR auf Rezept erhältlich.*

Zweck	Ausrüstung	Hinweis
Zur Überwachung der Sauerstoffsättigung	Pulsoximeter	Wenn weniger als 94 %, ins Krankenhaus gehen.
So überprüfen Sie die Körpertemperatur	Thermometer	6 bis 8 Stunden pro Tag oder nach Bedarf
Zur Linderung von Brustbeschwerden	Vernebler	Viermal täglich mit Lösungen wie oben
Zur Linderung von Brustbeschwerden	Sauerstoff-Konzentrator	Bei Kurzatmigkeit

Ivermectin wirkt ebenfalls entzündungshemmend und immunstärkend. In ähnlicher Weise haben mehrere der unter "Immununterstützung" aufgeführten Mittel ebenfalls entzündungshemmende und/oder antivirale Eigenschaften, z. B. Neem und Lugol's Jod.

Mund- und Nasenhygienelösungen sind rezeptfrei erhältlich, aber eine einfache Lösung aus Natriumbicarbonat, Salz und gereinigtem Wasser kann auch zu Hause hergestellt werden.

Die neuesten Informationen über Covid-19 oder mehr über frühzeitige Behandlungsmöglichkeiten finden Sie auf den Websites der WCH-Mitglieder:

- BiRD-Gruppe - bird-group.org/protocols
- FLCCC - covid19criticalcare.com/covid-19-protocols/i-mask-plus-protocol
- CCCA - www.canadiancovidcarealliance.org/treatment-protocols
- Zelenko - vladimirzelenkomd.com/behandlungsprotokoll
- TFH-Stiftung - truthforhealth.org/Patientenleitfaden
- Experten für die frühe Covid-Pflege - earlycovidcare.org

Abonnieren Sie den Newsletter des World Council for Health, um über die neuesten Veröffentlichungen auf dem Laufenden zu bleiben.

worldcouncilforhealth.org/subscribe

Aktuelle Informationen finden Sie im Internet:

Worldcouncilforhealth.org

Die WCH-Behandlungsrichtlinien für frühes Covid-19 und die Dosierungstabellen wurden zuletzt im Januar 2023 aktualisiert.



Haftungsausschluss:

Diese Broschüre zum Herunterladen ist nicht als Ersatz für eine individuelle medizinische Beratung gedacht. Sie kann nicht zur Diagnose von Krankheiten oder für den Zugang zu Behandlungen für Internetnutzer verwendet werden. Einzelpersonen können die vom World Council for Health zur Verfügung gestellten Materialien nutzen, um die Betreuung durch qualifizierte, vertrauenswürdige medizinische Fachkräfte zu ergänzen. Alle vom World Council for Health oder in Verbindung mit seiner Website bereitgestellten Informationen werden angeboten, um Einzelpersonen und ihre geschulten Gesundheitsdienstleister zu ermutigen, verschiedene evidenzbasierte Präventions- und Behandlungsmöglichkeiten in Betracht zu ziehen. Die Informationen auf dieser Website und in dieser Broschüre dienen allgemeinen Informationszwecken und sind kein Ersatz für medizinische Beratung. Es kann zu Fehlern und Auslassungen kommen.