



Netzwerk-Akademie
Körper, Geist & Seele e.V.

Newsletter

02-21



Auf unsere innere Haltung kommt es an!

„Wenn der Wind der Veränderung weht, bauen die einen Mauern und die anderen Windmühlen.“

(Chinesische Weisheit)

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

der Wind weht oft in den letzten Wochen. Er ist Symbol für Veränderung und Loslassen. Lasst uns also gemeinsam loslassen und Windmühlen bauen.

Das Schwerpunktthema dieser Ausgabe ist daher der Zusammenarbeit gewidmet. Zusammen stärken wir uns gegenseitig und mehren unser Wissen durch Erfahrungsaustausch und Wissenstransfer. Der Beitrag von Dr. Anette Oberhauser beleuchtet das Thema Rechtsberatung durch Vereine und Netzwerke. Der Studie zur Wirksamkeit von Mikronährstoffen „Mikronährstoffe – für ein gutes Leben“, die im Juni an den Start ging, haben sich gleich mehrere Praxen in ganz Deutschland angeschlossen. Über den aktuellen Stand berichtet Dr. med. Claus Daumann.

Darüberhinaus gibt es Kurzfilme zu verschiedenen gesundheitlichen Themen, die an Patienten und Klienten weitergeleitet werden können. Eine weitere gute Nachricht ist unser Erfahrungsaustausch – online. Wie Geimpfte gut begleiten? Dazu gibt es einige Hinweise in dieser Ausgabe.

Viel Freude und Erkenntnis bei der Lektüre unserer neuen Ausgabe wünscht Euch und Ihnen

Ute K. Vieting

Themenübersicht



Forschungsprojekt „Mikronährstoffe für ein gutes Leben“ – Das sind die teilnehmenden Praxen, Dr. med. Claus Daumann, Oettingen



Wie kann ich mich auf einen Impftermin vorbereiten? Dr. med. Claus Daumann et al., Oettingen



Die Brennessel, Ute K. Vieting, Auhausen



Link-Empfehlungen unserer Mitglieder



Fachtagung der Netzwerk-Akademie in Auhausen



Für die Gesundheit – Bei Kopfschmerzen



Generalversammlung 2021



Netzwerk-Akademie
Körper, Geist & Seele e.V.



Monika Möller ist neue Beisitzerin



Die „hervorragendsten Impfstoffe“ aller Zeiten – eine Satire, Dr. med. Claus Daumann, Oettingen



Telegram-Gruppen eingerichtet: „ganz-gesund“ und „ganZgesund“



Terminhinweise

Forschungsprojekt „Mikronährstoffe für ein gutes Leben“

Dr. med. Claus Daumann

Ernährung ist einer der wichtigsten Faktoren der Gesundheit. Dabei ist nicht nur die Menge entscheidend – wir können an vollen Töpfen verhungern. Die Makronährstoffe – unsere Lebensmittel sind nicht nur Energieträger, sie bringen unserem Körper auch die Mikronährstoffe, ohne die ein Leben nicht möglich ist. Natürlich sind alle wichtig, manche aber sind besonders ins Blickfeld gekommen, weil ein Mangel daran weit verbreitet ist und schwerwiegende Folgen für die Gesundheit hat.

Oftmals liegt der Fokus der klassischen Medizin auf Cholesterin, Harnsäure und anderen Dingen und die grundlegenden Lebens Elemente werden überhaupt nicht beachtet.

Für die m.E. fünf wichtigsten habe ich zusammen mit der Netzwerk-Akademie für Körper, Geist & Seele ein Konzeptpaket entwickelt. Die 5 wichtigsten Laborwerte sind die 4 Mikronährstoffe Vitamin D und B12, Selen und Zink sowie das Homocystein, ein Risikofaktor für v.a. Schlaganfall und Herzinfarkt. Das heißt natürlich nicht, dass andere Vitamine, Mineralstoffe und vor allem auch die Fettsäuren (z.B. Omega 3) nicht wichtig sind! Die Auswahl stellt immer einen Kompromiss dar.

Zunächst erhalten die Patienten einen Anamnesebogen, den sie vorab ausfüllen. Die Blutabnahme kann nach Terminvereinbarung zu den üblichen Praxiszeiten erfolgen. Nach Erhalt der Ergebnisse der Blutuntersuchungen gehört eine 20 - minütige Beratung über die Konsequenzen daraus zum „Paket“. Dabei erfahren die Studienteilnehmer die Möglichkeiten, präventiv und therapeutisch mit Ernährung, Lebensstil und eventuell Nahrungsergänzung wichtige Veränderungen in ihr Leben zu bringen.





Nach einem Jahr erhalten Sie einen Folgebogen, den wir Sie bitten, auszufüllen. Der Folgebogen ist freiwillig und wird anonymisiert. Er unterstützt Sie dabei, den Erfolg der Therapie nachzuverfolgen und Sie unterstützen uns dadurch, das Forschungsprojekt „Mikronährstoffe für ein gesundes Leben“ voranzubringen. Die Teilnahme an diesem Projekt ist auch für Männer möglich, ebenso für Heranwachsende ab 14 Jahre. Es können auch Gutscheine an Verwandte und Freunde verschenkt werden.

Die folgenden Laborwerte werden im Rahmen des Projektes bestimmt:









Vitamin D: eine der wichtigsten Gaben der Natur und gleichzeitig das Vitamin, das am häufigsten im Mangel ist. Weder durch die Sonne (im Winterhalbjahr schon gar nicht) noch über die Ernährung (Gute Quellen sind: fetter Seefisch, Lebertran) bekommen wir vernünftige Spiegel. Das ist um so kritischer, weil Vitamin D eine Schlüsselrolle bei der Immunabwehr spielt. Infektionen mit Bakterien und Viren (gerade Corona!) werden damit vermieden oder gut überstanden. Aber auch beim Schutz vor Krebserkrankungen, Osteoporose, Depressionen, Demenz, Diabetes bis hin zu Früh- und Fehlgeburten spielt es eine herausragende Rolle. Wir berechnen Ihnen den benötigten optimalen Spiegel auf Ihr Gewicht bezogen und geben Tipps zu Einnahme



-  Vitamin B 12: gerade bei älteren Menschen, aber auch bei Vegetariern und Veganern oft ein Mangelkandidat. Vitamin B 12 ist für viele Funktionen um Muskel und Nerven, Blutbildung und Immunfunktion immens wichtig. Symptome wie Schwindel, Schwäche, Nervenschmerzen, Blutarmut u.v.a. mehr können auf einem B 12 Mangel beruhen!
-  Homocystein ist ein eigenständiger Risikofaktor für eine Herz-Kreislaufkrankung wie Schlaganfall oder Herzinfarkt. Im Stoffwechsel der Eiweiße entsteht dieses Zwischenprodukt, das dringend weiterverarbeitet werden muss. Steigt der Blutspiegel, werden vor allem die Blutgefäße geschädigt, deshalb auch der Zusammenhang mit den oben genannten Erkrankungen.
-  Selen: Ein Spurenelement, das immens wichtig für die Entgiftung und das Immunsystem ist, eines der wichtigsten Antioxidantien und damit Zellschützer, unter anderem vor Krebs. Wichtige Enzyme für die Schilddrüse sind abhängig von Selen. Es ist wichtig im Entzündungsgeschehen und bei der Zellteilung. Die Böden in Deutschland sind arm an Selen und das erklärt, warum der durchschnittliche Bundesbürger weniger als die Hälfte des empfohlenen Bedarfes zu sich nimmt.
-  Zink: ohne Zink kein Immunsystem! Mehr als 300 Enzyme im Körper und damit noch mehr chemische Prozesse sind abhängig von Zink. Für Zellteilung und Abwehrfunktionen, von Sinnesorganfunktionen wie Hören, Sehen und Riechen, Schmecken bis zur Fortpflanzung, von der Wundheilung bis zur Entgiftung: ohne Zink geht es nicht.

Die Termine zur Besprechung werden nach Auswertung der Ergebnisse und Berechnung der Einnahmeempfehlungen möglichst zeitnah ausgemacht.

Da das Konzept als Forschungsprojekt „Mikronährstoffe für ein gesundes Leben“ angelegt ist, konnten wir mit dem Labor einen Paketpreis vereinbaren. Im Rahmen dieser Studie werden die folgenden Leistungen angeboten:



-  Information vor ab
-  Blutentnahme
-  Laborbestimmung
-  Besprechung der Ergebnisse
-  Individuelle Beratung / Einnahmeempfehlung und
-  Nachverfolgungsbogen.



Die Göttin, U. Vieting

Wenn Interesse an weiteren Untersuchungen oder an Infusionsanwendungen besteht, können diese das im Rahmen einer ganzheitlichen Sprechstunde individuell angeboten werden.

Die an der Studie beteiligten Praxen sind:

-  Praxis Dr. med. Claus Daumann, Oettingen
-  Monika Möller, Bad Laer



Margarete Eisenkolb-Sturm, Krozingen



Ingrid Thilo, Schweinfurth

Weitere Praxen sind herzlich willkommen.

Wie kann ich mich auf einen Impftermin vorbereiten?

Dr. med. Claus Daumann et al.

Sie haben sich entschlossen sich gegen Covid-19 impfen zu lassen?

In Zuarbeit von Ärzten und Heilpraktikern entstand dieses Merkblatt für unser Netzwerk, das helfen soll, verschiedene Aspekte des Risikoprofils einer Impfung zu beachten und begleitende Therapiemöglichkeiten aufzeigt. Die wichtigsten Aspekte aus der ganzheitlichen Betrachtungsweise, der Mikronährstoffmedizin, der Osteopathie und Homöopathie zu dieser Impfung wurden von verschiedenen erfahrenen Therapeuten zusammengetragen.



Lymphzirkulation aus der Sicht der Osteopathie

Die Lymphzirkulation sollte möglichst frei sein. Hinweise, dass ggf. die Lymphzirkulation eingeschränkt ist, können z.B. vermehrte Wassereinlagerungen in den Beinen, schmerzhafte Lymphknoten im Bereich der Leiste, Achseln oder Kopfbereich (unterhalb des Kinns, Nacken, Hals u.a.) sowie z.B. Schmerzen am Schambein oder an der Beininnenseite sein.



Gingo im
Morgentau, U.



Akute oder stille Entzündungen

Akute oder stille Entzündungen sollten möglichst nicht bestehen. Laborwerte, mit denen diese Prozesse überprüft werden können, sind z.B. CRP bzw. hsCRP (hochsensitives CRP zum möglichen Nachweis von stillen Entzündungen).



Versorgung mit Mikro-Nährstoffen

Gleichzeitig erscheint es sinnvoll, dass die Versorgung mit Mikro-Nährstoffen, die für die körpereigene Heilung von entzündlichen Prozessen wichtig sind, gut ist. U.a. sind dies Omega-3-Fettsäuren (z.B. in Leinöl, Krill Öl, Fisch Öl) Vitamin B3, Zink, Magnesium. Darüber hinaus erscheint eine gute Versorgung mit Vitamin D (gewichtszugedoseniert), Selen, Vitamin C und proteolytischen („eiweißverdauende“) Enzymen empfehlenswert.



Risiko für Thromosen

Ein mögliches Risiko für Thromosen sollte vermindert sein. Die Laborwerte Hämatokrit und Thrombozyten können Hinweis liefern, ob Blut ggf. „zu dick“ ist, wodurch ggf. ein mögliches Thromboserisiko erhöht werden könnte, da die Viskosität des Blutes beeinflusst wird.



Antioxidantien

Die Nährstoffversorgung – speziell mit Antioxidantien sowie Vitamin D u.a. – sollte gut im oberen Normbereich sein. Dies kann ggf. auch über entsprechende Laborparameter untersucht werden.



Stärkung des körpereigenen Immunsystems

Es erscheint auch sinnvoll zu beachten, dass eine Impfung – die darauf ausgerichtet ist gegen einen bestimmten Erreger zu wirken - nicht gleichbedeutend ist mit der Stärkung des körpereigenen Immunsystems, das Immunsystem kann vorübergehend geschwächt sein!

Für die Stärkung des Immunsystems sind folgende Faktoren beachtenswert: Gute Versorgung mit Nährstoffen wie Vitamin C, Selen, Zink sowie Vitamin D, regelmäßige Bewegung, ausreichende Trinkmenge. Im nachfolgenden Patientenratgeber können Sie dazu einige Informationen finden

Corona, Influenza & Co – Wie stärke ich mein Immunsystem



Homöopathie

Homöopathie ist eine Behandlung, die sehr individuell auf die jeweilige Person angepasst wird. Idealerweise wird für die Auswahl der Arznei, die im Einzelfall typische Symptomatik, das psychische Befinden und der Typ Mensch mit seiner Genetik einbezogen.

Die bestmögliche, homöopathische Unterstützung würde eine Kontaktaufnahme mehrere Wochen oder Monate vor einer Impfung mit einem Homöopathen (Heilpraktiker, Arzt) voraussetzen. Grundlage ist eine ausführliche, erste Fallaufnahme. Der Therapeut kann Sie über Ihre Risiken aufklären und versuchen Ihr Immunsystem zu stärken. Damit wird versucht in bestmöglicher Verfassung zu sein um sowohl zeitnah zur Injektion als auch in den Monaten danach, möglichst wenige Nebenwirkungen der Impfung zu entwickeln. Liegt Ihnen daran nur die Injektion homöopathisch zu begleiten, geht es darum Sofortreaktionen zeitnah zur Impfung entgegenzuwirken.

Erste Wahl für eine derartige Begleitung bietet Ihnen ein homöopathisch erfahrener Therapeut, der Ihnen einen Begleitplan erstellt.

Vielleicht wollen Sie aber auch nur ohne therapeutische Hilfe in Eigenregie gängige Impfbegleitungsarzneien nützen. Genügt Ihnen eine relativ unspezifische, etwas pseudohomöopathische Begleitung so können diese Arzneien eingesetzt werden. Mitunter lässt sich die Wirkungsdauer dieser Homöopathika nur schwer abschätzen, weswegen die Eigendosierung sehr ungenau ist. Insbesondere Ledum, Thuja oder Silicea gehören zu den vielfach eingesetzten Arzneien.

Parallel kann die Unterstützung des Lymphabflusses durch Lymphdrainagemittel erfolgen wie z.B. Lymphomyosot Heel oder Lymphaden Hevert.

Haben Sie sich für die Impfung entschlossen, sollten Sie also außer der Homöopathie alle weiter hier genannten Möglichkeiten nutzen, um die Verträglichkeit zu verbessern.



Weitere Aspekte

Einige Faktoren der neu entwickelten Impfstoffe können wahrscheinlich erst in einigen Jahren bewertet werden:



RNA und DNA Impfstoffe enthalten Nanopartikel.



Es gibt Hinweise, dass sich Nanopartikel in Hirn, Leber, Lunge und Nieren einlagern und diese ggf. langfristig Schäden oder entzündliche Prozesse begünstigen könnten. Eine Therapie, um Nanopartikel zu entfernen, ist derzeit nicht bekannt.

Ärztezeitung

<https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Wie-gefaehrlich-sind-Nanopartikel-315240.html>

Bundesministerium für Bildung und Forschung

<https://www.bmbf.de/de/nanopartikel---eine-gefahr-fuer-unser-gehirn-8798.html>

Spiegel

<https://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/gesundheitsrisiko-umweltbundesamt-warnt-vor-nanotechnologie-a-656362.html>

Focus

https://www.focus.de/gesundheit/diverses/gesundheits-sind-nanopartikel-schaedlich-fuer-das-nervensystem_id_7690155.html

Übersichtsarbeit

<https://www.bmbf.de/de/nanopartikel---eine-gefahr-fuer-unser-gehirn-8798.html>



Wie wurden die Impfstoffe getestet

Im Rahmen der Zulassung dieser Impfstoffe wurden (Stand Anfang 2021) diese scheinbar nicht an Menschen mit schweren Vorerkrankungen, Allergien, Krebs, Autoimmunerkrankungen, chronischen Entzündungserkrankungen, Multi-Medikation u.ä. getestet.

Zudem waren die meisten Probanden in den pharmazeutischen Studien – die scheinbar Anfang 2021 noch nicht abgeschlossen waren – unter 50 Jahren.

Auch an Babys und Kindern wurde der Impfstoff bisher nicht getestet.

Somit kann hier aktuell ein mögliches mittel- oder langfristiges Risiko noch kaum abschließend bewertet werden.

Die in den Impfstoffen enthaltene RNA bzw. DNA ist nicht die Original RNA / DNA des Virus, sondern wird für den Impfstoff künstlich nachgebildet.

Diese RNA / DNA-Kopie wird mit Hilfe von Nanopartikeln in Zellen des Geimpften transportiert.

Ob durch diese „Kopie“ mögliche Risiken für „unerwünschte Nebenwirkungen“ mittel- oder langfristig begünstigt werden können, kann wahrscheinlich erst in einigen Jahren abschließend bewertet werden.

Aktuell scheint noch immer nicht sicher geklärt zu sein, wie lange ein möglicher Impfschutz besteht und in welchen Zeitrahmen ggf. „Auffrischungsimpfungen“ notwendig sind.

In der Diskussion scheinen Zeiträume von drei bis 12 Monaten zu stehen.

Die Häufigkeit der zukünftigen Impfung könnte ggf. Einfluss auch mittel- oder langfristige Nebenwirkungen haben in Bezug auf Nanopartikel, Zusatzstoffen u.a. Faktoren.

In wie weit ggf. enthaltene Zusatzstoffe der Impfmittel mittel- oder langfristig mögliche „unerwünschte Wirkungen“ begünstigen können ist aktuell nur schwer absehbar.

In vielen Fällen können sogenannte „unerwünschte Nebenwirkungen“ sowie auch die angestrebte Wirkung von Medikamenten erst nach einigen Jahren bewertet werden. Dies führte in der Vergangenheit schon öfters dazu, dass Medikamente wieder vom Markt genommen werden mussten, obwohl diese im Rahmen der pharmazeutischen Zulassung vorher als „unbedenklich“ und „wirksam“ eingestuft waren.

Auch bei Impfstoffen hat es dies scheinbar in der Vergangenheit bereits aus verschiedenen Gründen gegeben (z.B. RotaShield, HecaVac, Preflucel, Prevenar, ActHIB, Ticovac).



Dass es im Rahmen von möglichen Risikobewertungen für Impfstoffe ggf. Interessenkonflikte geben sein können – sowohl im Hinblick darauf Risiken unter- oder über zu bewerten - wurde in der Publikation „Conflicts of Interest in Vaccine Safety Research“ beschrieben.
https://www.researchgate.net/profile/Gayle-Delong/publication/221871714_Conflicts_of_Interest_in_Vaccine_Safety_Research/links/559064f408ae47a3490ecbd3/Conflicts-of-Interest-in-Vaccine-Safety-Research.pdf

Für Rückfragen stellvertretend für das Autoren-Team: Dr. med. Claus Daumann, Praxis für Ganzheitliche Medizin, Gg.-Fr.-Steinmeyerstr.1, 86732 Oettingen, Mail: drdaumann@posteo.de, Homepage: www.drdaumann.com

Die Brennnessel

Zusammengestellt von Ute K. Vieting

„Ich liebe die Spinnen und Brennnesseln, weil man sie hasst, verachtet als unnütze kriechende Wesen, als Untier und Unkraut. Aber sie flüstern: Liebe“ (Victor Hugo)

Urtica ist abgeleitet vom lat. urere = brennen und weist auf die recht unangenehme Eigenschaft der Pflanze hin, bei Berührung auf der Haut Brennen und Pusteln zu verursachen. *Urtica dioica* (die große Brennnessel) ist zweihäusig, *Urtica urens* (die kleine B.) hingegen einhäusig. Brennnesseln sind Wirtspflanzen für über 50 Schmetterlings- und Käferarten wie Kleinen Fuchs, Admiral, Landkärtchen oder Tagpfauenauge! Im 1.

Weltkrieg wurden Textilfasern (= Nessel) daraus gewonnen, Chlorophyll aus dem Blattgrün und sogar Klebstoff hergestellt. Auch als Geflügelfutter ist dieses Wildgemüse geerntet.

Inhaltsstoffe der *Urticae herba*: Mineralien und Spurenelemente, Silicate, Magnesium, Mangan u.a., Flavonoide (bis 0,6%), u.a. Quercetin, Rutin, Astragaline; organische Säuren, u.a. Kaffeesäure, Acetylcholin, Histamin und Serotonin in den Brennhaaren; äther. Öl, Gerbsäure, Sekretin, Nesselgift in den Brennhaaren; Vitamin A, B-Komplex und C, Chlorophyll, viel K- und Ca-nitrat, Kieselsäure, Fe, Carotinoide, Stereoiden, Triterpene und Proteine.

*Brennnessel, verkanntes Kräutlein, Dich muß ich preisen,
Dein herrlich Grün in bester Form baut Eisen,
Kalk, Kali, Phosphor, alle hohen Werte,
Entspießend aus dem Schoß der Mutter Erde,
Nach ihnen nur brauchst Du Dich hinzubücken,
Die Sprossen für des Leibes Wohl zu pflücken,
Als Saft, Gemüse oder Tee sie zu genießen,
Das, was umsonst gedeiht in Wald, auf Pfad und Wiesen,
Selbst in noch dürft'ger Großstadt nahe Dir am
Wegesrande,
Nimm hin, was rein und unverfälscht die gütige Natur
Dir heilsam liebend schenkt auf ihrer Segensspur!*

Dr. Heinrich Hoffmann (1809-1894), Psychiater, Lyriker und Kinderbuchautor (Der Struwwelpeter)



Anwendung: Das Brennesselsekretin hat positive Wirkung auf Magen und Bauchspeicheldrüse. Außerdem hilft Urtica bei Nesselfieber und überempfindlicher Haut sowie bei Gicht, Rheuma, Entzündungen der Harnorgane, Vorbeugung und Behandlung von Nieren- und Blasensteinen. Fördert die Harnsäureausscheidung, ist harntreibend und regt den Stoffwechsel an. Naturheilkundlich ist ihre Wirksamkeit zusätzlich bei Milchmangel der Wöchnerinnen und Blutarmut, Unterstützung von Entschlackungskuren, sowie bei Arthritis, Podagra, Diabetes, Hämorrhagien, Verschleimung der Brust und Lunge, Ödemen sowie äußerlich zur Wundbehandlung, zur Blutstillung, bei Fisteln und Furunkeln, Asthma und Rippenfellentzündung bekannt. Hildegard von Bingen empfiehlt bei Venenleiden und Entzündungen einen Umschlag aus Brennesselsud. Als Haarspiritus sagt man der Brennnessel gute Wirksamkeit bei fettiger Kopfhaut und Schuppen nach.

Verwendete Teile: Blätter ab Ende des Winters, Samen: ab September (früher bereits als Naschgut oder in den Salat), Wurzel: ab Oktober.

Verwendung: Verwendet werden meist die frischen jungen Blätter und Sprosse im Frühjahr als Salat, Gemüse oder in Suppen und Smoothies. Für die homöopathische Urtinktur wird die ganze blühende Pflanze verwendet; D 6 und bei Nesselfieber D 2 bis D 6. Tee: 3 Teel. frisch oder getrocknet in 2 Gläsern Wasser aufbrühen, 10 Min. ziehen lassen, abseihen und tagsüber schluckweise trinken. Als erkaltete Brühe hilft Brennnessel bei Pflanzen gegen Blattläuse und Milben. Legt man einige Brennnesselblätter in die Pflanzlöcher als Beigabe, dann erhalten die Pflänzchen eine ganz natürliche Düngergabe mit auf ihren Lebensweg. Da Brennnessel ist ein Nährstoffzeiger. Das heißt sie wächst mit Vorliebe auf nährstoffreichen, gedüngten Standorten.

Weiter wertvolle Hinweise zur Verwendung finden sich auf Seite 57 -60 in: Heimische Heil- und Genusspflanzen, Carola Helene Kamp, 1. Auflage Juni 2016

Zu schade, dass dieses Multitalent so einen schlechten Ruf hat und allerorten bekämpft wird. In unserem Garten hat sie drei Plätze, wo sie gedeihen darf und ich freue mich von Herzen daran. Sie ist ein Segen.

Verwendete Quellen: Lexikon der Arzneimittelpflanzen und Drogen, area Verlag GmbH, 2005; Heimische Heil- und Genusspflanzen, Carola Helene Kamp, 1. Auflage Juni 2016; Kraft der Heilpflanzen, Dr. med. Martin Furlenmeier, Ex Libris Verla., 3. Auflage 1980 und eigene Erkenntnisse. Gedicht unter:
https://www.wunderkraeuter.de/kraeutergarten/b_pflanzen_und_kraeuter/brennnessel/gedichte/

Link-Empfehlungen unserer Mitglieder



Prof. Harald Walach Studie zur Risiko-Nutzen-Analyse der COVID-19 Impfstoffe ist erschienen. Unter [harald-walach.de](https://www.harald-walach.de) findet sich im Newsletter (vom 28.06.2021) mit dem Titel „Erlöser in Spritzen?“ eine gute Zusammenfassung der Studie nebst Quellen und Literatur. Walach schreibt darin u.a. „Mir scheint, der Impfenthusiasmus ist geboren aus einer Mischung aus Angst und der Unfähigkeit, die Zerbrechlichkeit des Lebens auszuhalten. Früher waren dafür die Religionen zuständig. Heute flüchten wir in die Medizin.“



Impfungen - Segen oder Fluch? - Univ.-Doz.(Wien) Dr. med. Gerd Reuther auf den GGB-Gesundheitstagen <https://www.youtube.com/watch?v=pVxGyEMmj38>



Für viele Menschen lautet die entscheidende Frage: Können Impfungen der Schlüssel für ein Ende der Corona-"Pandemie" und aller damit verbundenen Maßnahmen sein? Wenn man sich die Berichterstattung der meisten Medien anschaut, lautet die Antwort "Ja - sie sind der einzige Weg." Sogar mit bitter aufstoßenden Parolen wie "Impfen = Freiheit" wird geworben.

Doch haben Impfungen wirklich das Potential, uns sicher und effektiv vor Infektionskrankheiten zu schützen? In seinem Vortrag "Impfungen - Segen oder Fluch?" vom 27.03.2021 auf den Online-Gesundheitstagen der GGB wirft Dr. med. Gerd Reuther einen Blick in die Vergangenheit und analysiert die Impfgeschichte von ihren ersten Gehversuchen über ihren Status als vermeintliche Rettung vor den schwersten Seuchen der letzten Jahrhunderte bis hin zu ihrer heutigen Stellung im "Kampf gegen Corona". Wir danken ihm für seinen mutigen, fundierten und hervorragend recherchierten Beitrag zu einer Diskussion, die in unbeschreiblicher Weise davon profitieren könnte, sich anstelle von Emotion, Anschuldigungen, Hass und Diskriminierung wieder auf Daten, Fakten und wissenschaftlichen Austausch zu konzentrieren.



Was steckt hinter Long-Covid? Spitzen-Gespräch mit Prof. Dr. med. Jörg Spitz & Dr. med. Dirk Wiechert (ca. 30 Min.): <https://www.youtube.com/watch?v=wwx1ppXiyU0>

Fachtagung der Netzwerk-Akademie in Auhausen

Zusammengefasst von Ute Vieting

Das Ganze ist mehr als die Summe der Einzelteile

Die erste Fachtagung mit Vorträgen aus den Reihen der Mitglieder war klein aber fein und eine Bereicherung für Körper, Geist und Seele.

Dr. med. Claus Daumann berichtete über die wohl 5 wichtigsten Mikronährstoffe „The big five!“ und ihre Bedeutung für die Gesundheit. So ist die Funktion des Immunsystems untrennbar mit Vitamin D, Zink und Selen verbunden. Alle drei haben daneben noch vielfältige weitere Aufgaben.

In einer im Sommer dieses Jahres gestarteten Studie des Netzwerkes soll belegt werden, inwiefern eine gute Mikronährstoffversorgung verbunden mit einer Lebensstilberatung und Begleitung über einen Zeitraum von einem Jahr zur Verbesserung des Wohlbefindens der Patienten beitragen kann. Patienten/innen, die Interesse haben, sich an dieser Studie zu beteiligen, können sich an die Netzwerk-Akademie wenden.

Im Anschluss zeigte Ingrid Sikora aus dem nahen Baden-Württemberg auf, welche Möglichkeiten sich bieten, durch den Einsatz von Effektiven Mikroorganismen (EM) Heilungsprozesse zu unterstützen. EM hat vielerlei Einsatzbereiche. Haushalt, Garten und Nutz- und Haustiere, gehören ebenso dazu wie Kläranlagen und Zahnkeramik.

Werner Zenker, Ernährungsberater aus Schwangau, führte aus, welche Auswirkungen eine ausgewogene Versorgung mit Omega 3 Fettsäuren im Verhältnis zu Omega 6 Fettsäuren haben. Liegt es bei unter 1:4, wird das als optimal angesehen. In der sogenannten „Western Diet“, also der Ernährungsform mit Fastfood und anderen ungünstigen Lebensmitteln, kann das Verhältnis auch 1:30 und mehr betragen. Folge davon sind Entzündungen, die z.B. die Blutgefäße schädigen und im schlimmsten Falle zu Herzinfarkt und Schlaganfall führen können.

Die Vorträge wurden im Anschluss an die Tagung den Mitgliedern digital zur Verfügung gestellt.



Besonders lebendig wurde es am Ende der Veranstaltung, wo das Fallbeispiel einer Patientin aus der Schweiz aus den verschiedenen heilkundigen Perspektiven der Anwesenden beleuchtet wurde. Die Mitglieder trugen im Dialog-Verfahren ihren Wissens- und Erfahrungsschatz bei und schlugen einen Bogen, um am Ende wieder dorthin zu gelangen, wo der Ausgangspunkt war und immer sein sollte, auf den Punkt, um den es im Gesundheitswesen geht: der Mensch, der erkrankt ist und Heilung sucht, in seiner Ganzheit.

Diese Fallbesprechungen sollen fortgeführt werden. In Präsenz und online soll es künftig solche Dialog-Runden geben, denn das Ganze ist mehr als die Summe der Einzelteile.

Ines Meierhuber vom Kirchenführer-Team Auhausen, gab im Anschluss an die Fachtagung eine profunde und begeisternde Führung in der Klosterkirche zu Auhausen. Diese Kirche ist eine Besonderheit, vereint sie doch verschiedenste Baustile: klösterliche, katholische, evangelische, marktgräfliche und neuzeitliche Bau- und Kunststile, Gotik, Renaissance, Neuzeit miteinander. Und sie zeigt deutliche Spuren des 30 Jahre andauernden Bauernkrieges. Immer wieder fand die Kirchenführerin in ihren Erläuterungen Verbindungen zum Thema Gesundheit.

Die Klosterkirche mit ihrer Vielfalt ist gleichsam eine Metapher zur Netzwerk-Akademie. Auch hier sind unterschiedlichste Fachrichtungen miteinander vereint.

Für die Gesundheit – bei Kopfschmerzen

Dr. med. vet. Andreas Becker, HP, und Monika Möller

Mit Wasser können Kopfschmerzen behandelt werden, sagte Andrea Becker bei der Fachtagung im September 21. Es muss mindestens 15 Kochen und dann sollen davon zwei Tassen so heiß wie

möglich getrunken werden. Monika hat es ausprobiert. „Vor knapp zwei Wochen hatte ich „endlich“ richtige Kopfschmerzen und habe den Hinweis befolgt. Fantastisch! So schnell und dauerhaft schafft das kein Analgetikum!“

Durch Abkochen verändert das Wasser seine Struktur. Die Molekül-Cluster werden beim Abkochen aufgebrochen und kürzer. Durch diese veränderte Struktur können wasserlösliche Schadstoffe aus dem Körper abtransportiert werden, was zur Entgiftung des Körpers beiträgt und nicht nur bei Kopfscherzen hilft.



<https://www.ayurveda-badems.de/warum-heisses-wasser-wunder-wirkt/>

Generalversammlung 2021

Ute Vieting

Im September 2021 fand die Generalversammlung der Netzwerk-Akademie für Körper, Geist & Seele



Netzwerk-Akademie
Körper, Geist & Seele e.V.

e.V. in Auhausen statt.

Wahre Heilung kommt von innen und wir Ärzte oder allgemein Heilkundigen sollten den „inneren Heiler / Heilerin“ befähigen, uns wieder gesund werden zu lassen, konstatierte Dr. Claus Daumann in seiner Begrüßung. Es gibt vielfältige Ansätze zur Stärkung der Selbstheilungskräfte und zur Prävention sowie zur Unterstützung des menschlichen Organismus. Vernetzung, Erfahrungsaustausch und Forschungstätigkeit ganzheitlich denkender Ärzten/innen, Heilpraktiker/innen, Osteopathen/innen, Hebammen/Geburtshelfer, Therapeuten/innen, Apotheker/innen und anderer Heilkundigen sollen dazu beitragen, den Blick auf eine ganzheitliche Gesundheit zu erweitern.

Der Vorstand wurde einstimmig für weitere 2 Jahre gewählt. Erster Vorsitzender Dr. med. Claus Daumann, Oettingen, war sichtlich erfreut über die gute Zusammenarbeit von Vorstand und Mitgliedern. Für den ausscheidenden Beisitzer Dr. Dr. Erwin Häringer, München, wurde Monika Möller, Fachärztin für Unfallchirurgie und Orthopädie aus Niedersachsen einstimmig gewählt (siehe hierzu gesonderten Beitrag).

Monika Möller ist neue Beisitzerin

Das Interview führte Ute Vieting



Monika Möller ist Unfallchirurgin und Orthopädin und kommt gebürtig aus Bad Laer, südlich von Osnabrück in Niedersachsen). Durch ihren niederländischen Mann Barend und ihren gemeinsamen Jungs im Alter von sechs, drei und einem Jahr, die Schule und Kindergarten in Enschede besuchen, besteht eine enge Verbindung zu den Niederlanden.

Moni, wie bist Du auf die Netzwerk-Akademie gestoßen? Und was ist Dein erster Eindruck?

Was hat Dich dazu bewogen, Mitglied zu werden?

Im November vergangenen Jahres habe ich Dr. med. vet. Michaela Gambs kennengelernt und über sie den Weg zur Netzwerk-Akademie gefunden.

Mich begeistert, die Vielfalt der Mitglieder, die aus verschiedenen Berufsgruppen kommend, das gleiche Ziel verfolgen. In der Netzwerk-Akademie ist der Umgang

miteinander respektvoll, kollegial und konstruktiv.

Sehr begeistert hat mich zudem die Vitamin D-Fortbildung von Dr. Claus Daumann im Juni. Daraus schöpfe ich nun ein großes Wissen, dass ich tagtäglich zum Wohl der Patienten/innen in meine Arbeit integriere.

Seit der Generalversammlung im September bist Du Beisitzerin im Vorstand. Was möchtest Du in dieser Funktion für unser und mit unserem Netzwerk voranbringen?

Wir haben auf der Mitgliederversammlung einen Fall besprochen. Dabei hatte sich jeder eingebracht, was zu einem großen Pool an Möglichkeiten geführt hat.

Mich hat das sehr beeindruckt und ich möchte regelmäßige Fallbesprechungen, Fortbildungen oder



Treffen - auch online - anregen, dass wir in regem Austausch miteinander sind.
Gern möchte ich weitere Mitglieder gewinnen.

Du hast Weiterbildungen in Akupunktur, Manueller Medizin bei Erwachsenen und Kindern, Naturheilverfahren, Ernährungsmedizin und Homöopathie absolviert resp. begonnen. Vor Deinem Medizinstudium hast Du zwei Jahre in der Schweiz als Krankenschwester gearbeitet. Worin liegen Deine persönlichen Stärken, Deine Talente auf dem Gebiet der ganzheitlichen Gesundheit?

Den Patienten und Patientinnen begegne ich auf Augenhöhe und höre ihnen aktiv zu. Mit dem Wissen, dass ich mitbringe, finden sich Wege zur Gesundung, die in den Alltag und das Leben der Betroffenen integriert werden können und sie in Gänze einbeziehen.

Die „hervorragendsten Impfstoffe“ aller Zeiten – eine Satire

Dr. med. Claus Daumann



Da sich noch immer viele Impfskeptiker oder noch schlimmer, Impfgegner unter den Bürgern unseres Landes finden, möchte ich diesen allesamt hervorragenden Substanzen eine Lanze brechen und ihnen den Stellenwert geben, den sie besitzen. Es werden im Folgenden viele Superlative nötig sein, um auch nur ansatzweise die Wirkungen der Substanzen, deren Namen ich als bekannt voraussetzen darf, zu preisen. Rekord über Rekord, ein eigenes Guinnessbuch der „Impferfolge“ wäre mit Sicherheit dicker als die derzeitige Auflage.

Fangen wir mit dem ersten Rekord an: in der Rekordzeit von einigen wenigen Monaten wurden weltweit unter der großzügigen finanziellen Unterstützung durch Bill Gates mehrere „Impfstoffe“ zur Serienreife gebracht und milliardenfach in der ganzen Welt verabreicht. Sonst dauert es im Schnitt 10 Jahre – erstaunlich, was Geld alles bewegen kann.

Und weiter geht es: rekordverdächtig auch, dass es meines Wissens kein Medikament gibt, das so lange mit einer Notzulassung verabreicht wurde und wird. Ja selbst die Verabreichung an Kinder, Schwangere und Stillende wird noch immer im Rahmen einer Notzulassung, wenn auch zunehmend mit Stikoempfehlungen, durchgeführt.

Auch ein Rekord: Milliarden Impfdosen, ohne dass wegen Nebenwirkungen Regresse zu fürchten sind, weil die Konzerne die Haftung (wegen der fehlenden Prüfungen!) in den mit den Regierungen abgeschlossenen Verträgen ausnehmen ließen. Das ist einer der Gründe für den Höhenflug der Aktien an den Börsen. Allein Biontech wird dieses Jahr wohl 17 Milliarden \$ erzielen, nur mit dem Impfstoff Corminaty.

Und das ist ebenfalls Rekord: eine Impfung für jeden Menschen angedacht ohne einen einzigen erfolgreichen Tierversuch – das gab es einfach noch nie. Die m-RNA Technologie hatte im Tierversuch katastrophale Ergebnisse mit teilweise 100% Tod der Versuchstiere (die



Ausrufung des Katastrophenfalles in Bayern hat aber andere Gründe!). Da freut sich die Laborratte über die neuen Testpraktiken direkt am Menschen = aktiver Tierschutz. Einsame Rekorde der Kandidaten in Bezug auf die Zahl und Schwere der Nebenwirkungen. Das Paul-Ehrlich-Institut (PEI) wacht über die Impfstoffsicherheit – vielleicht sollte es lieber die Sicherheit der Bürger im Auge haben, die mit ihren Steuergeldern das Institut finanzieren. Bis zum 30.9.21 sind 172.000 Nebenwirkungen, 21.000 schwere Nebenwirkungen (mit bleibenden Schäden wie Lähmungen, Herzinsuffizienz, Blindheit, Taubheit usw.) und mehr als 1800 Tote gemeldet. Dunkelziffer bis zu 90%! Statt einer Warnung des PEI kommt von der Regierung die Devise: „Jetzt erst recht“ und es wird mit allen Tricks, von der Bratwurst bis zum Cocktail in der Disco u.v.a. mehr dafür geworben. Und ein Prof. Karl Lauterbach redet (wie immer wirr) von nebenwirkungsfreien Impfungen! Ein weiterer Rekord ist, dass eindeutig rechtswidrig gegen das Heilmittelwerbegesetz tagtäglich in allen Medien verstoßen wird. Nicht einmal der bekannte Spruch. „Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“, der sonst bei jedem Abführtee oder jeder Pickelcreme zwingend ist, kommt zur Anwendung, geschweige denn wird eine fundierte Aufklärung beachtet.

Sehr erstaunlich ist auch, dass ein Impftoter in Folge von Coronaimpfung erst anerkannt wird, wenn der Patient 14 Tage nach der Impfung verstorben ist. Damit lässt sich hervorragend Statistik machen, die früh auftretenden Thrombosen und Infarkte werden ausgeklammert und die Pandemie der Ungeimpften muss dafür herhalten.

Die Impfstoffe müssen auch hervorragend sein, wenn Kinder und Jugendliche geimpft werden sollen, die per se eine verschwindend geringe Wahrscheinlichkeit haben, an Corona schwer zu erkranken bzw. zu sterben (oder wie es ein Münchner Kardiologe ausdrückte: „die Wahrscheinlichkeit als Kind vom Blitz getroffen zu werden ist größer, als mit einer Coviderkrankung auf der Intensivstation zu landen“.

Rekordverdächtig auch die Einnahmen der Impfarzte, die Stundenlöhne von 150€ und mehr bekommen. Und das ohne Personalkosten oder Mieten u.v.a. mehr! Da machen doch einige gerne mal die Praxis ein paar Tage zu oder bessern Ihre Rente am Wochenende als Impfarzt gewaltig auf.

Das gibt es auch nur bei hervorragend wirkenden Impfungen: die Versager, die hier lieber verharmlosend Impfdurchbrüche genannt werden, mittlerweile über 150.000. Die Impfung ist so nachhaltig, dass weltweit die dritte und in Israel die vierte Impfung, jetzt auch als Booster verkauft (klingt wie Sahnehäubchen), „nötig“ ist. Das ist auch einsamer Rekord: die meisten Impfungen müssen nie (Masern, Röteln usw) oder alle 10 oder 15 Jahre (Hepatitis, Tollwut) aufgefrischt werden, Coronaimpfungen wohl alle 3 – 6 Monate

Ich lasse jetzt Sarkasmus und Ironie hinter mir und möchte zum Abschluss zum gleichen Thema einen Netzfund anschließen. Wahre Worte eines Apothekerkollegen. Und da dürfen zurecht Zweifel aufkommen, ob mit diesem Impfmanagement, das auf einen Impfwang hinausläuft, wirklich nur auf die Gesundheit fokussiert wird oder noch ganz andere Interessen transportiert werden (bedenke auch: 90% der Verschwörungstheorien sind mittlerweile gelebte und erlebte Realität!)



Ein Apotheker wird zitiert:

„Von allen Impfstoffen, die ich in meinem Leben gekannt habe (Keuchhusten, Diphtherie, Tetanus, Pocken, Masern, Röteln, Mumps, Hepatitis, Meningitis und Tuberkulose), habe ich noch nie einen Impfstoff gesehen, bei dem Sie eine Maske tragen und Abstand halten müssen, auch wenn Sie vollständig geimpft sind.

Ich habe noch nie von einem Impfstoff gehört, der dazu führt, dass sich das Virus auch nach der Impfung ausbreitet. Vorher haben wir noch nie von Belohnungen, Rabatten, Anreizen gehört, um einen Impfstoff zu erhalten. Es gab keine Diskriminierung, wenn Sie nicht geimpft waren, hat niemand versucht, Ihnen das Gefühl zu geben, ein schlechter oder egoistischer Mensch zu sein. Ich habe noch nie einen Impfstoff gesehen, der die Beziehung zwischen Familien, Kollegen und Freunden bedroht.

Ich habe noch nie einen Impfstoff gesehen, der den Lebensunterhalt, die Arbeit und die Schule bedroht. Nach all den Impfstoffen, die ich oben aufgelistet habe, habe ich noch nie einen Impfstoff wie diesen gesehen, der eine Gesellschaft wie heute diskriminiert, spaltet und verurteilt und das soziale Gewebe zerfällt - während wir uns bekämpfen... Es ist ein starker Impfstoff! Er tut all die Dinge, die ich erwähnt habe, und doch nicht, für das er entwickelt wurde...

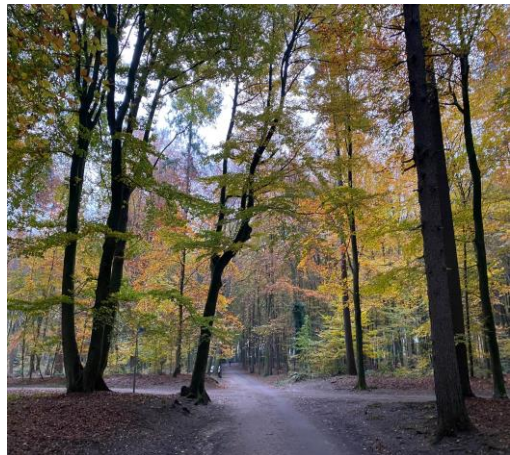


Foto: Monica Deleeuw

Ich wünsche allen Netzwerkern einen Winter ohne große Einschränkungen. Bleibt gesund – mit und ohne Impfung. Haltet Euer Immunsystem stark – Ihr wisst, wie es geht!

Euer Claus Daumann

Telegram-Gruppen eingerichtet „ganz-gesund“ und „ganZgesund“

Seit einigen Monaten gibt es für Mitglieder die Telegram-Gruppe „**ganz-gesund**“ in der wir Informationen und Veranstaltungshinweise austauschen. Wer Mitglied ist und in die Gruppe aufgenommen werden möchte, kann sich mit der Geschäftsstelle in Verbindung setzen. Die Gruppe „**ganZgesund**“ dient dem Erfahrungsaustausch und Wissenstransfer via Online-Treffen. Hier werden über ZOOM Vorträge, Fortbildungen, Fallbeispiele im Dialog gemacht. Letzteres läuft in Kooperation mit der Telegram-Gruppe „Rücken stärken“ von Michaela Gambs für Menschen in heilenden Berufen.

Die Präsentation zur Fortbildung: **Wie hilft ein gutes Immunsystem bei Corona, Influenza und Co.?** von Dr. med. C. Daumann erhalten unsere Mitglieder als add on zum Newsletter.



Terminhinweise

15. November 2021, Mo., 4 Abende In der Ruhe liegt die Kraft - Meditation für Einsteiger, 19.45 Uhr Praxis Dr. Daumann, 1. OG, Georg-Friedr.-Steinmeyer-Str. 1, Oettingen, Leitung: Ute Vieting, Einstieg jederzeit möglich.
17. November 2021, Mi. Webinar Homöopathische Behandlung von Coivid, Long-Covid und Impfn Nebenwirkungen, Dr. Resie Moonen, Veranstalter: Berliner Verein homöopathischer Ärzte e.V. , www.bvhae.de
- 06.-21. November 2021 Internationaler Online Kongress – Davinci – zu Covid 19 und Vitamin D
<https://spitzen-praevention.com/2021/11/04/davinci-auftaktkonferenz-zum-thema-vitamin-d-und-covid-19/>
19. November 2021, Jahreskurs Entfalte deine femininen Kräfte und gehe mit Leichtigkeit und Freude kraftvoll und wirksam deinen Weg; für dich, die Menschen und das Große Ganze; Einführung am Freitag, den 19.11.21 um 9.30 Uhr. Leitung: Ute Vieting. Weitere Informationen unter info@ganz-gesund.biz
- 01.12. Dezember, Mi Aufstellungs-Werkstatt für Menschen in heilenden Berufen, Bergstr. 3, Auhausen, -VIETING Es geht auch anders- 19.30 Uhr, Anmeldung erforderlich! info@ganz-gesund.biz
- 10.-12. Juni 2022 Einfach ganz Gesund & PENeM®Selbstheilung, Dr. Claus Daumann und Elmar Herrmann; Hesselberg, Info-Flyer siehe Homepage
- 31.10. -06.11.2022 Heilfasten, für alle Menschen, die bereit sind, etwas für sich zu tun! Elmar Herrmann, Dr. Claus Daumann, Christine Vogel, Margarete Riedel, Ute Vieting; Hesselberg, Info-Flyer siehe Homepage