DEM WAHNSINN EIN ENDE - WIE STEHT ES UM DEIN NEUROPROFIL?

by Frank Lewecke

Die vergangenen zwei Jahre haben stark an unseren Nerven gezerrt und auch die aktuelle Großwetterlage kann aufs Gemüt schlagen.

Dein Nervenkostüm ruiniert aber nicht nur deine Stimmung, sondern hat auch direkte Auswirkungen auf deine körperliche Gesundheit.

Darum sollten wir gerade aktuell nicht nur den Fernseher ausschalten, sondern uns auch aktiv um unser seelisch-neurologisches Wohlbefinden kümmern.

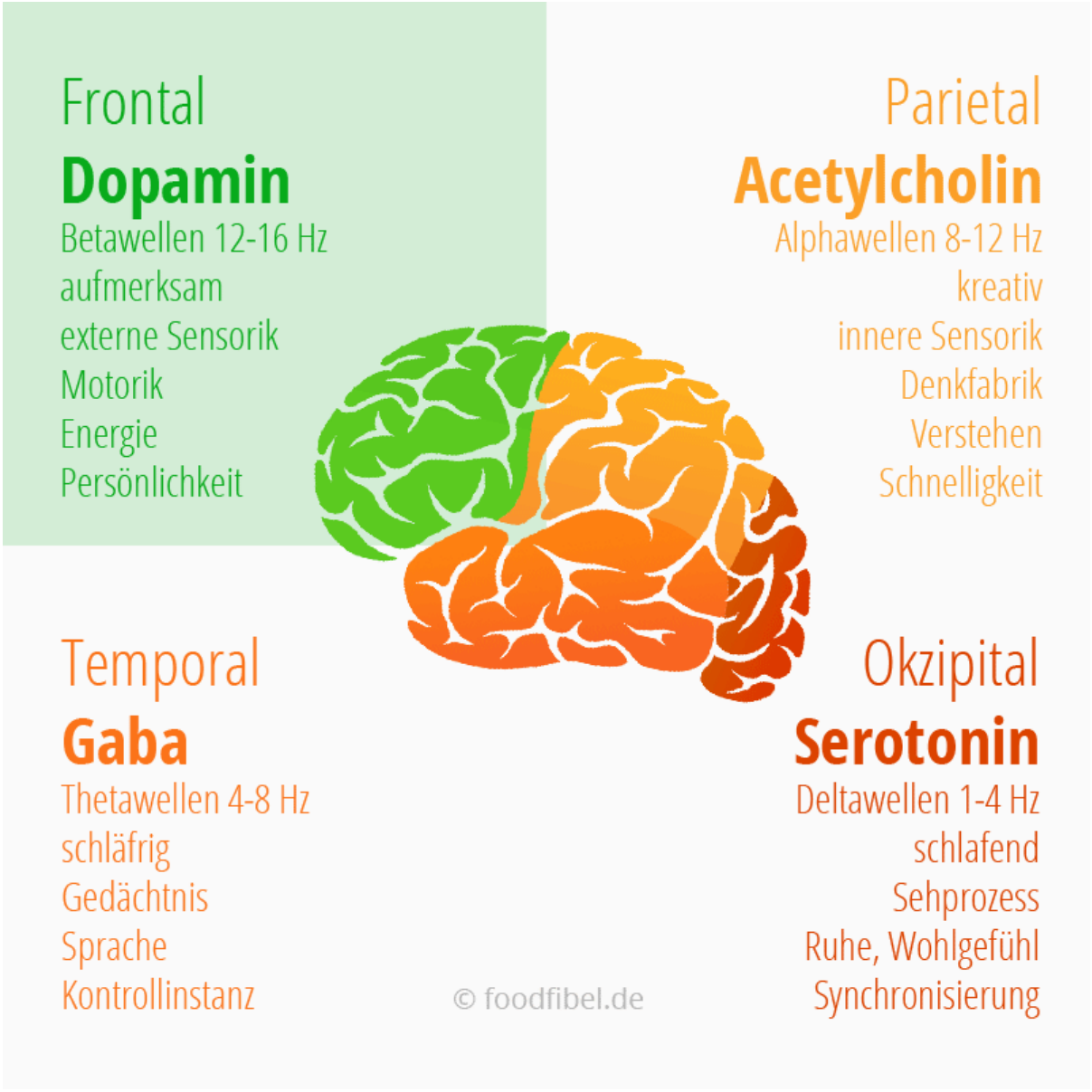
Um die Nerven, Neurotransmitter und damit auch die Hirnareale wieder in Harmonie und Gleichgewicht zu bringen, gibt es zahlreiche Mittel und Wege wie Lifestyle, Ernährung und Nahrungsergänzung.

Und genauso wie bei typgerechter Ernährung gilt auch in puncto Neurologie, dass jeder von uns anders gestrickt ist, und dass jeder von Geburt an ein sehr individuelles Neuroprofil aufweist.

Dieses Neuroprofil lässt sich testen und bei Bedarf optimieren.

Hierzu verfügt die Foodfibel über das neue Feature "Neuroprofil".

- Kennst du dein Neuroprofil?
- Bist du ein Dopamin, Acetylcholin, Serotonin oder Gaba-Typ?
- Wie kann ich Ungleichgewichte erkennen und Störungen beheben?



Der Test bestimmt dein Neuroprofil basierend auf dem Verhältnis deiner zerebralen Neurotransmitter.

Dies erlaubt Rückschlüsse auf deine Persönlichkeitsstruktur, bestehende Ungleichgewichte, sowie die Optimierung deiner mentalen Verfassung und körperlichen Fitness.

Hier geht's direkt zum Test:

foodfibel.de/neuroprofil

Hinweis für Nutzer der Foodfibel-App:

Deine App hat soeben automatisch auf Version 2.6 aktualisiert. Dieses neue Update enthält bereits das Feature "Neuroprofil" mit weiteren Hinweisen zur Optimierung durch Nahrungsergänzung und Dosierung, zu finden wie folgt:

Foodfibel-App > Body-Reset > Neuroprofil

Geistig und körperlich dauerhaft fit

Was ist wichtiger für ein hohes Alter: gesättigte oder ungesättigte Fettsäuren?

Fettsäuren (FS) sind die Bausteine von Phospholipiden, und diese bilden die Lipidmembranen und Wände deiner Zellen. Zu diesen Phospholipiden zählt beispielsweise auch das Lecithin.

- Ungesättigte FS sorgen für fluide und bewegliche Zellmembranen.
- Gesättigte FS sind stabil und sehr widerstandsfähig gegen Zerstörung durch Oxidation.

Doch was ist nun wichtiger? Welche FS sind für deine Zellen eher von Vorteil? Immerhin gelten ja vor allem

die (mehrfach) ungesättigten FS als besonders gesund.

Die folgende Studie hat deshalb untersucht, ob und wie sich das FS-Profil von Hundertjährigen von den Profilen junger und alter Menschen unterscheidet. Schließlich sind Hundertjährige ein guter Hinweis darauf, dass da etwas sehr gut funktioniert.

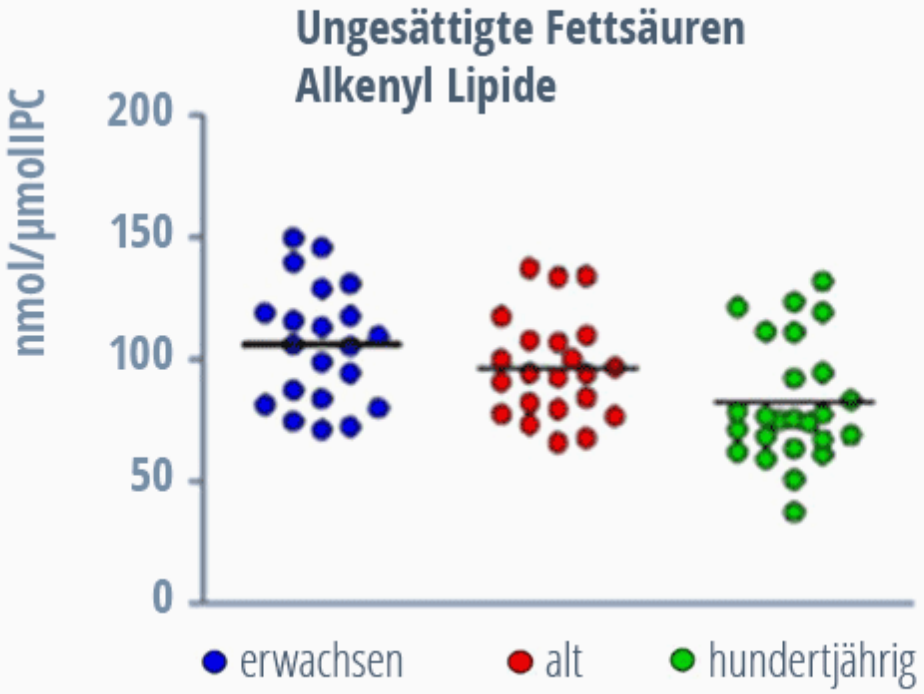
Das Ergebnis:

Hundertjährige haben deutlich weniger ungesättigte FS. Ihre Zellwände sind dadurch fester und wenig anfällig für Lipidoxidation.

Dies schützt die Membranfunktion, Signal- und Zellkommunikation, Versorgung mit Nährstoffen, sowie Im- und Export der Zelle.

Lipide und Langlebigkeit

Hundertjährige zeigen weniger ungesättigte Fettsäuren.



https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30711699/

pubmed.gov foodfibel.de

https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov

Mehr zu dem Thema Fettsäuren, Pflanzenöle und Gesundheit:

Fettsäuren und ihre biologische Bedeutung / Die Omega-6-Pandemie

Vitamin D und Epstein-Barr-Virus

Hattest du schon einmal Drüsenfieber? Oder zeigt dein Blutbild EBV-Antikörper?

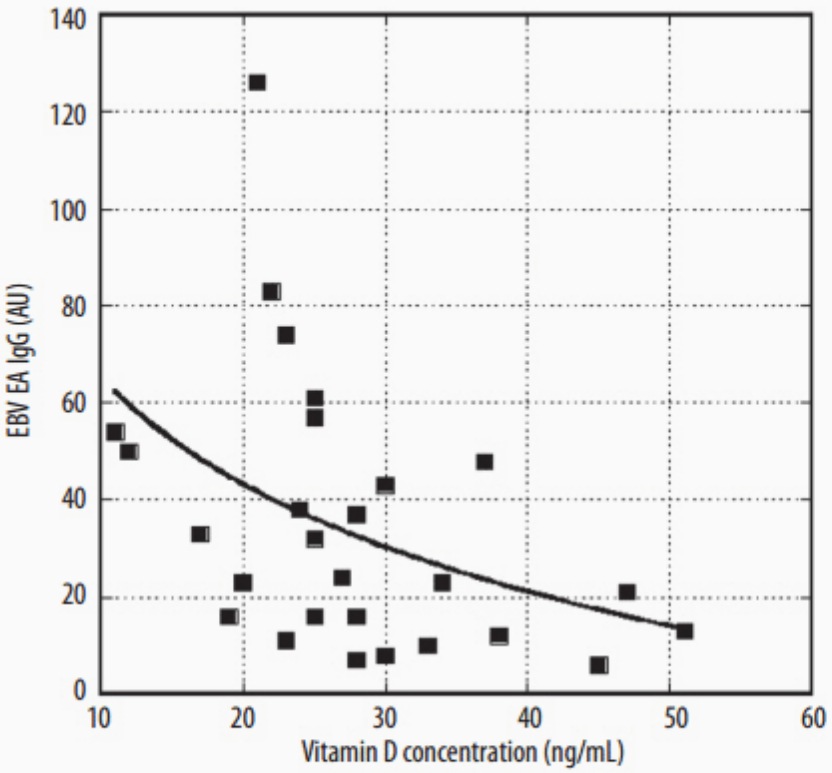
EBV verändert nämlich die Wirksamkeit von Vitamin-D und sollte bei der Dosierung von Vitamin-D berücksichtigt werden.

Dabei ist die Wirksamkeit von Steroidhormon Vitamin-D generell abhängig von 4 Faktoren:

1. **Verfügbare Menge Vitamin-D.** An einem sonnigen Badetag bildet deine Haut um die Mittagszeit rund 10.000 Einheiten Vitamin-D. Ohne Sonne kann Vitamin-D in relevanter Menge nur über die Nahrungsergänzung aufgenommen werden.
2. **Co-Faktor Magnesium.** Die Bildung und Umwandlung von Vitamin-D in seine aktiven Formen ist abhängig von ausreichend Magnesium als Co-Faktor der beteiligten Enzyme.
3. **Verfügbarkeit innerhalb der Zelle.** Die tatsächlich verfügbare Menge Vitamin-D ist abhängig von deinem Körpergewicht. Um einen Vitamin-D-Spiegel von 60 ng/ml zu halten, braucht eine Person mit 60 kg rund 4.100 Einheiten D3 täglich, mit 120 Kilo dagegen 8.300 Einheiten.
4. **Ausreichend Vitamin-D-Rezeptor VDR.** In der Zelle geht Vitamin-D an seinen Rezeptor und dieser Komplex bindet dann an die DNA und reguliert so über 900 Gene.

Vitamin-D gegen EBV

Epstein-Barr-Virus hemmt Vitamin-D.
Vitamin-D hemmt EBV.



Milde Verläufe, weniger EBV und Antikörper durch Vitamin-D
Mikirova et Hunninghake, 2014

ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4015650

pubmed.gov

foodfibel.de

Ohne VDR kein Effekt

Herpes-Viren wie Epstein-Barr-Virus hemmen deinen Vitamin-D-Rezeptor um den Faktor 4-5. Gleichzeitig besetzen sie die Bindungsstellen für Vitamin-D an der DNA und verhindern so die regulatorische Wirkung des Sonnenhormons.

Mit EBV Infizierte benötigen daher deutlich mehr Vitamin-D um EBV an der Bindungsstelle zu verdrängen.

Bei akutem Drüsenfieber aber auch MS werden daher Mega-Dosen von 150.000 Einheiten Vitamin-D verabreicht.

"Treatment of Infectious Mononucleosis with High Dose Vitamin D", Schwalfenberg 2021.

Auch nach der akuten Infektion haben Infizierte lebenslang einen hohen Vitamin-D-Bedarf, da das Virus wie bei Herpes latent im Hintergrund verbleibt.

Bei Nachweis von EBV-Antikörpern wäre die Anpassung und Erhöhung von Vitamin-D um den Faktor 2 daher durchaus sinnvoll.

Omikron. The Final Corona.

Omikron ist bekanntlich deutlich milder als die früheren Varianten Wuhan, Beta oder Delta. Und so ist es eine gute Nachricht, dass Omikron die Delta-Variante mittlerweile weltweit verdrängt.

Die zweite gute Nachricht: Omikron zeigt eine Kreuzimmunität gegen Delta. Das heißt, sollte man sich doch noch mit Delta infizieren, hat man bereits eine Immunität und erspart sich eine ernsthafte Erkrankung.

"Omicron infection enhances neutralising immunity against Delta", Khan et al. 2021.

Delta hat übrigens keine Kreuzimmunität gegen Omikron.

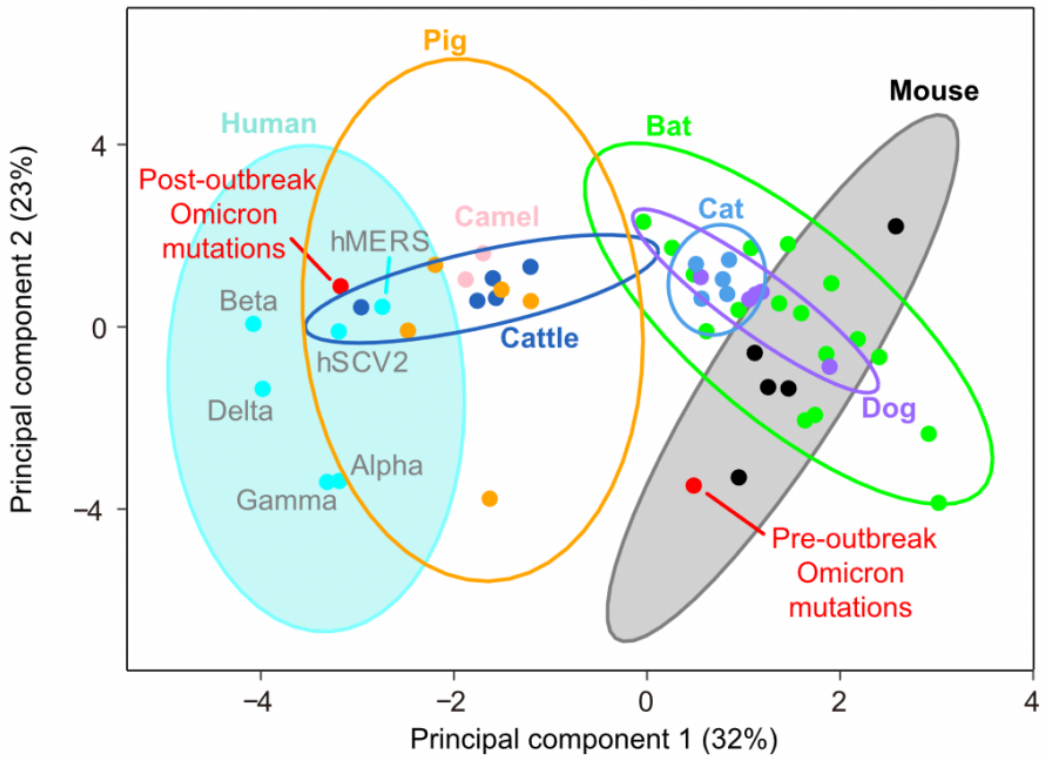
Doch warum ist Omikron so ein Game-Changer? Warum kann Omikron die Pandemie beenden?

1. Omikron zeigt sehr milde Verläufe in Form einer milden Erkältung mit Halskratzen und Abgeschlagenheit.
2. Besser als jede Impfung stimuliert Omikron Antikörper und Zellabwehr gegen sämtliche Virusbestandteile. Spike und Kapselhülle mit Nukleokapsid. Während die Impfstoffe den Körper bekanntlich nur dem Spike-Protein in Kontakt bringen.
3. Dieser Effekt sorgt für einen Folgeschutz gegen kommende Virusvarianten, denn nun kann das Virus nicht mehr so leicht ausweichen. Nun muss es an vielen Stellen gleichzeitig mutieren, um unter dem Immun-Radar zu bleiben. Bei den Impfungen reichte es ja bereits, das Spike etwas zu ändern und schon war die Immunabwehr ratlos.

Warum zeigt Omikron überhaupt so milde Verläufe?

Omikron ist ein direkter Abkömmling von der Wuhan-Variante. Der aber auch sehr viele Übereinstimmungen mit dem Maus-Corona aufweist.

Insofern geht man heute davon aus, dass der Wuhan-Typus bereits frühzeitig in Südafrika auf die Mäusepopulation übergesprungen ist, und sich dort weiterentwickelt und an den neuen Wirt angepasst hat. Insbesondere das Spike hat sich an den Mäuse-ACE2-Rezeptor angepasst.



"Evidence for a mouse origin of the SARS-CoV-2 Omicron variant", Wei et al. 2021.

Ende 2021 kehrte dieser Mäusestamm dann als Omikron zurück zum Menschen. Allerdings passte das Spike nun nicht mehr auf den menschlichen ACE2-Rezeptor, über den Corona in die Zellen gelangt. Der Omikron-Schlüssel passt nicht mehr.

Zwar kann das Virus über Umwege und Verschmelzung immer noch in die Zellen gelangen. Doch mit einer sehr geringen Effizienz, so dass der Körper mit der Infektion sehr gut und schnell umgehen kann.

Ein weiterer Vorteil: Omikron infiziert weniger die Lunge, sondern eher die Bronchien. Lungenentzündungen und Probleme mit Atmung und Blutsauerstoff sind daher nicht mehr zu erwarten.

Insofern ist Omikron das Ende der Pandemie. Zumindest wenn es um eine echte medizinische Bedrohung geht.

Solange die Pandemie jedoch an den sogenannten Infektionszahlen hängt, werden wir natürlich bis immer und ewig so weitermachen, denn das Virus und seine Abkömmlinge werden weiter mit PCR und molekularen Testsystemen nachweisbar bleiben.

Und diese Testsysteme werden immer wichtiger, denn die meisten Menschen werden von der Infektion nichts mehr bemerken.

Dies nennt man dann eine Laborpandemie. Infektionszahlen durch Tests simulieren eine virtuelle Pandemie, die medizinisch gar nicht mehr existiert.

Ein Jahr Corona-Impfung. Was wissen wir heute?

Die neuen Wirkstoffe gelten als sicher. Bei Sportlern und in sozialen Medien häufen sich jedoch die Berichte über teils schwere Nebenwirkungen. Wie passt das zusammen?

Ein Team von Analysten hat die Datenbank der US-Meldestelle VAERS ausgewertet und die Anzahl schwerer Nebenwirkungen in Abhängigkeit von der Chargen-Nummer der Hersteller betrachtet.

Was sind Chargen?

Bei Chargen handelt es sich um Produktionsserien, die an einem bestimmten Tag, an einem bestimmten Standort, oder mit bestimmten Zutaten von diesem oder jenem Hersteller gefertigt wurden.

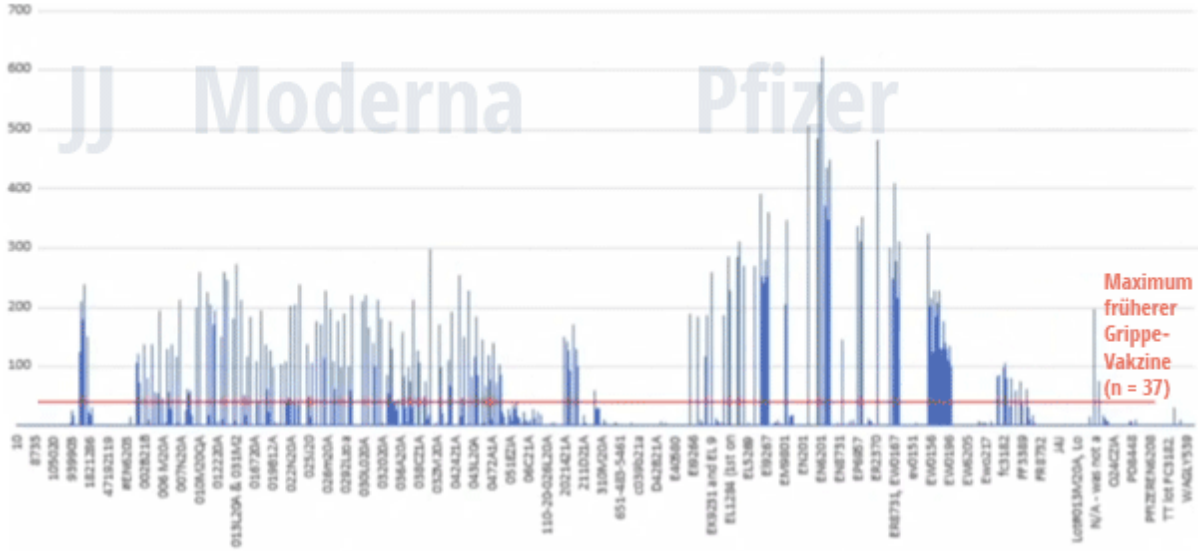
So gibt es die bekannten "Montagsautos", wie auch die Rückrufe bestimmter Produkte, wenn Glas- oder Metallsplitter in einer Produktionsserie gefunden wurden.

Und genauso findet sich auch bei den Corona-Impfstoffen eine starke Häufung von Nebenwirkungen bei bestimmten Chargen. Während andere Chargen gar keine oder nur sehr wenige Nebenwirkungen zeigen:

Chargen und Nebenwirkungen

Unterschiedliche Chargen zeigen unterschiedliche Profile an Gegenanzeigen.

Anzahl SAE-Berichte nach Chargen-Nummer* alphabetisch sortiert.
(SAE: Severe Adverse Events, schwere Gegenanzeigen)



* nur Chargen mit SAE-Berichten sind gelistet.

VAERS by Lot, Team Enigma, presented by M. Yeadon, corona-ausschuss.de, 07.01.22

vaers.hhs.gov

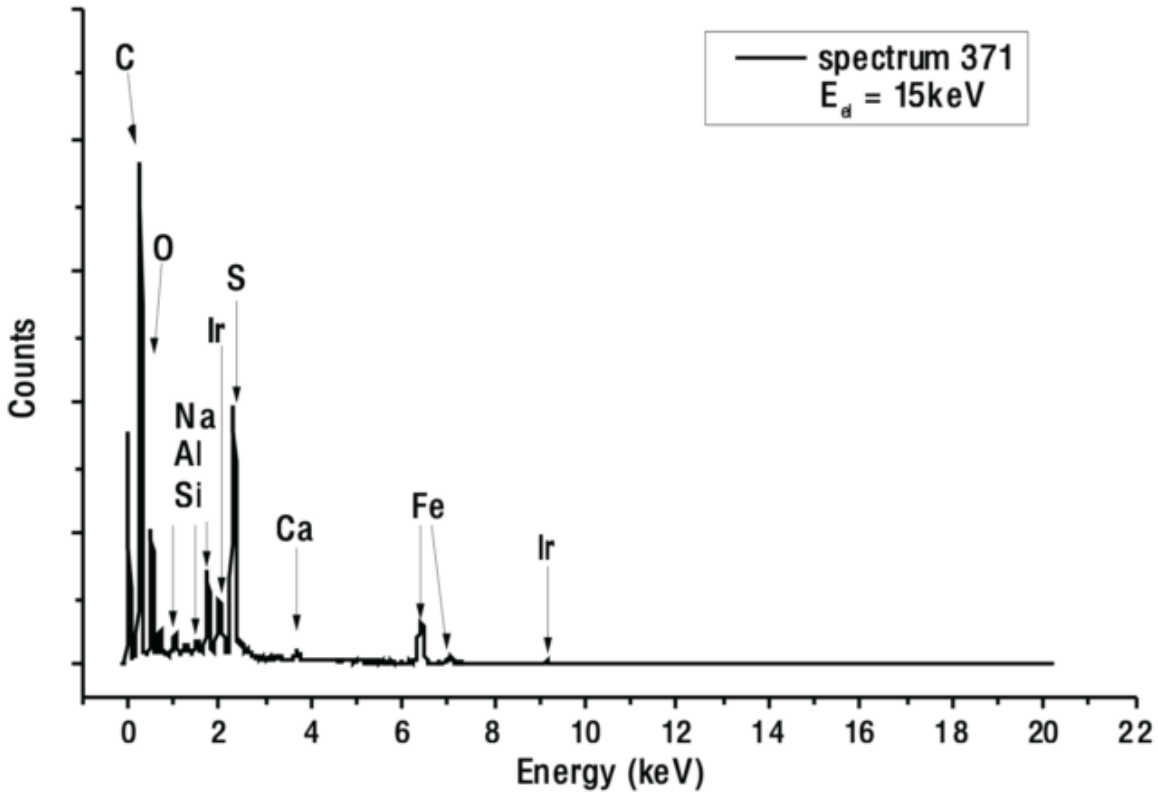
foodfibel.de

Neue Untersuchungen haben versucht herauszufinden, woran das liegen könnte.

Zum einen stehen die mRNA-Wirkstoffe in der Kritik, weil deren Spike-Produktion im Körper teils schwere Probleme verursachen kann. Siehe hierzu die Aussage des Pathologen Prof. Dr. Arne Burkhardt im Corona-Ausschuss, ab Zeit-Code Stunde 1:41, https://www.gettr.com/streaming/pzesg90f6a

Zum anderen finden sich in Präparaten von Pfizer und Moderna Partikel, deren metallische Zusammensetzung und Herkunft zumindest Fragen aufwirft:

https://2020news.de



Metallische Partikel enthalten Übergangsmetalle wie Kobalt (Co), Eisen (Fe), Chrom (Cr), Titan (Ti), weiter Seltenerdmetalle wie Cerium (Ce) und Gadolinium (Gd), zudem Barium (Ba), Cäsium (Cs), Aluminium (Al), Silizium (Si), Schwefel (S), Kalium (K) und Kalzium (Ca). Die Größe der Partikel variiert von unter 1µm bis 100µm.

Vor diesem Hintergrund ist die Pflicht zu einer Impfung nicht nur bei Juristen, sondern auch in wissenschaftlichen Fachkreisen sehr umstritten. Zumal die derzeitigen Impfstoffe weder eine Immunität noch Fremdschutz gewährleisten können.

Wie siehst du die Sache? Wie würdest du in dieser Frage abstimmen?

Mit der Democracy App kannst du selber abstimmen und den Bürgerwillen kundtun.

Democracy-App öffnen

(Aufgrund einer hohen Beteiligung sind die Server zeitweise überlastet).

Endlich ein Ende

Die Schweden haben uns gezeigt, wie man am besten durch eine Pandemie kommen kann. Und die Dänen haben eindrucksvoll gezeigt, wie man dem Ganzen ein Ende macht:

Dänemark hat Anfang Februar, mitten in der "Welle", alle restriktiven Corona-Maßnahmen aufgehoben. Mit der Folge, dass seither die Zahlen rapide abnehmen.

> *Solange das Virus nicht gefährlich ist für die Gesundheit, kommt es nicht darauf an, ob ich infiziert bin oder nicht."*
>
> *Ignazio Cassis, 2022, Bundespräsident der Schweiz*

Der Schweizer Bundespräsident Ignazio Cassis ist ein gelernter Arzt und äußert sich zum Thema Corona. Bedächtig, ruhig, vernünftig, ohne Alarmismus: Man braucht sich nur diesen kurzen Auftritt ansehen um zu verstehen, wie hysterisch und absurd die Position von Lauterbach und seinem Corona-Kult mittlerweile ist. Traurig für Deutschland.

> *"Wer Lockerungen will macht Gymnastik.*
>
> *Alle anderen hätten gern ihre Freiheit zurück."*

In diesem Sinne, ein herzlicher Gruß ;-)