

HEYNE <

DR. MED. MICHAEL NEHLS

Das Corona Syndrom

Wie das Virus unsere
Schwächen offenlegt –
und wie wir uns nachhaltig
schützen können

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Bildnachweis:

Alle Grafiken stammen von Privatarchiv Michael Nehls, mit Ausnahme von:
Moga, Veronika unter Verwendung von Shutterstock.com: S.104 (Pyty); Privat-
archiv Michael Nehls unter Verwendung von Shutterstock.com: S. 49, S. 50 u.
S. 54 (Giado), S. 132 (StudioMolekuul); Shutterstock.com: S. 21 (creativeneko).

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich
geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und

Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor.

Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

Wir haben uns bemüht, alle Rechteinhaber ausfindig zu machen,
verlagsüblich zu nennen und zu honorieren. Sollte uns dies im Einzelfall
aufgrund der Quellenlage bedauerlicherweise einmal nicht möglich gewesen
sein, werden wir begründete Ansprüche selbstverständlich erfüllen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

3. Auflage

Originalausgabe 06/2021

Copyright © 2021 by Wilhelm Heyne Verlag, München,

in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,

Neumarkter Straße 28, 81673 München

Redaktion: Sophie Dahmen

Umschlaggestaltung: Hauptmann & Kompanie Werbeagentur, Zürich

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN: 978-3-453-60611-1

www.heyne.de

Für John Bentley
Buddha auf vier Pfoten

Inhalt

Einleitung	11
Kapitel 1	
Die Todesangst geht viral	19
Pandemie angemessener Angst?	19
Wie tödlich ist eine Corona-Infektion wirklich?	24
Kapitel 2	
COVID-19 – Symptom oder Syndrom?	35
Die Suche nach dem gemeinsamen Nenner	35
Pandemie der immunologischen Selbst- zerstörung	37
Kapitel 3	
Leichte Brise, Sturm oder Hurrikan?	43
Das Yin und Yang biologischer Systeme	43
Chronische Entzündung: zu wenig Yin und zu viel Yang	53
Selbsttötung statt Selbstverteidigung	56
Einsicht ist der erste Schritt zur Selbst- verteidigung	58

Kapitel 4

Die Gesetze des Minimums und des

Optimums	67
Von Pflanzen und Menschen	67
Warum die pascalsche Wette gilt	73
Einzelmaßnahme schützt nicht vor multikausaler Krankheit	77

Kapitel 5

Göttlicher Cocktail	83
Zutaten eines individualisierten Cocktails	83
I. Vitamin D	88
II. Aquatische Omega-3-Fettsäuren	102
III. Selen	106
IV. Lithium	109
Die Vielfalt essenzieller Vitalstoffe	110
Unendliche Komplexität der Natur am Beispiel Zink	114

Kapitel 6

Teuflischer Giftbecher	119
Der süße Weg in den Sturm	119
Das amerikanische Paradox	125
Der Mythos um die gefährlichen gesättigten Fettsäuren	129
Transfettsäuren	132
Omega-6-Fettsäuren und Eisen	137
Pestizide	139

Kapitel 7

COVID-X – Symptom einer kranken

Gesellschaft?	141
Corona – »Allergie« eines Superorganismus?	141
Globale Folgen eines überreagierenden Super- organismus	155
Nationale Folgen eines überreagierenden Systems	160
Die Warum-Fragen	170
Technik versus Natur – Natur gewinnt	176
 Schlusswort	 179
 Danksagung	 182
Anmerkungen	183
Buchtipps	204
Sachwortverzeichnis	205

Einleitung

*Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum.
In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl
unserer Reaktion. In unserer Reaktion liegen
unsere Entwicklung und unsere Freiheit.*

zugeschrieben Viktor Frankl (1905–1997),
österreichischer Neurologe und Psychiater

»Schauen Sie nicht nach oben!« Wer wendet da nicht instinktiv den Blick nach oben? Wir haben einen geradezu unwiderstehlichen Drang, solchen Aufforderungen zuwiderzuhandeln. Denn wenn wir irgendwo nicht hinsehen sollen, dann könnte schließlich genau dort etwas Interessantes zu sehen sein. In etwa so ging es mir, als ich im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie ein Interview mit Roland Imhoff, Professor für Sozial- und Rechtspsychologie, in *Spektrum der Wissenschaft* las.¹ Darin richtet er den Appell an uns, dass wir lernen müssen, »bestimmten Quellen auch zu vertrauen«. Dies mit der Begründung: »Schließlich wird sich jetzt niemand zu Hause ein eigenes Labor aufbauen und das Coronavirus selbst untersuchen – irgendeiner Quelle müssen wir glauben.« Diese Aussage veranlasste mich direkt dazu, »nach oben zu schauen«, auch, weil die Aufforderung ein Widerspruch in sich selbst ist, denn Glaube und Wissenschaft stehen sich diametral gegenüber und sind *de facto* unvereinbar:

Entweder ich weiß etwas, oder ich glaube es einfach nur. Wenn ich als Wissenschaftler etwas einfach glauben und nicht kritisch hinterfragen soll, mache ich reflexhaft genau Letzteres. Zumal mir bewusst ist, dass es eine Wissenschaft, die nur dem reinen »Schaffen von Wissen« verpflichtet ist, leider kaum noch gibt (falls es sie je in reiner Form gegeben hat). Es ist schließlich bekannt, dass die Energie-, Lebensmittel-, Agrar-, Genuss- und Pharmaindustrie aufgrund wirtschaftlicher Interessen über gezielte Investitionen, sogenannte Drittmittel, auf die vermeintlich freie akademische Forschung sehr viel Einfluss nimmt.² Mit diesem Wissen kann man versuchen, sich als Wissenschaftler mit entsprechender Um- und Voraussicht seinen Weg durch eine möglicherweise interessengeleitete oder nicht ganz vollständige Datenwelt zu bahnen. Aber auch jedem Laien würde ich empfehlen, sich mit wissenschaftlichen Erkenntnissen, vor allem wenn sie sein Leben direkt beeinflussen, kritisch zu beschäftigen. Natürlich wird ein Nichtfachmann keine fachspezifische, wissenschaftliche Primärliteratur lesen oder interpretieren, aber dennoch gibt es Fakten, die leicht zu verstehen sind. So muss man beispielsweise kein Klimawissenschaftler sein, um den Treibhauseffekt durch Methan- und Kohlendioxidfreisetzung nachvollziehen zu können. Man kann (und meines Erachtens sollte) auch gegen Atomkraft sein, weil ein GAU (größter anzunehmender Unfall), egal wie klein die Wissenschaft das Restrisiko beurteilt, katastrophale Auswirkungen nicht zu akzeptierenden Ausmaßes hat. Dazu muss man weder Statistiker noch Atomphysiker oder Hobbybastler von Kernreaktoren sein. Das Wissen um die Höhe des Restrisikos ist keine Glaubensfrage. Auch bei der Corona-Pandemie gibt

es mittlerweile – 1,5 Jahre nach deren Ausbruch – auch für Laien gut nachvollziehbare Erkenntnisse, die es ihnen erlauben, sich ihre eigenen Gedanken zu machen.

Was mich beim Ausbruch der COVID-19-Pandemie (steht für die **Corona Virus Disease** [Erkrankung], die erstmals 2019 auftrat) verwunderte, waren die Ergebnisse nationaler und internationaler Studien, nach denen eine Ansteckung mit dem neuen Virus bei über 99,7 Prozent der Infizierten, also bei den meisten, völlig harmlos verläuft oder zumindest nicht tödlich endet.³ Das bedeutet im Umkehrschluss, dass das vermeintliche »Killervirus«, als das es die Weltgesundheitsorganisation beschreibt⁴, an sich recht ungefährlich ist. Tatsächlich sterben – wie mehrere internationale Studien belegen – sehr wahrscheinlich weniger als 0,3 Prozent der Menschen *an* einer Corona-Infektion und damit deutlich weniger als *mit* einer Corona-Infektion, sprich, sie sind zwar Corona-positiv, sterben aber an etwas völlig anderem als COVID-19, beispielsweise an einem Herzinfarkt. Ob *an* oder *mit* ist deshalb ein gewaltiger Unterschied, wenn wir die Gefährlichkeit von Corona beurteilen wollen. Eine Unterscheidung ist also wichtig, wird aber merkwürdigerweise von offizieller Seite wie dem Robert-Koch-Institut nicht gemacht.⁵ Dabei würden Obduktionen Licht ins Dunkel bringen. Das würde den Informationsfluss zwar um ein paar Tage verzögern, hätte jedoch den Vorteil, dass man weiß, wovon man spricht. Um die Größe des Fehlers zu illustrieren, genügt ein einfaches Beispiel. So starben allein in Deutschland im Jahr 2020 etwa eine Million Menschen. Nehmen wir zu rein illustrativen Zwecken an, alle waren zum Zeitpunkt ihres Ablebens Autobesitzer. Sie starben also mit einem Auto. Allerdings nur als Besitzer,

denn es erlagen nur knapp 3000 von ihnen (0,3 Prozent) tatsächlich den Folgen eines Verkehrsunfalls. Alle anderen (99,7 Prozent) starben an etwas anderem wie Herzkreislaufversagen, Krebs oder Demenz und waren eigentlich nur Fahrzeughalter. Dieser Vergleich macht deutlich, dass ein positiver Corona-Test zunächst einmal genauso wenig tödlich ist wie der Besitz eines Autos.

Nun sollen diese Beobachtungen und Überlegungen aber keinesfalls darüber hinwegtäuschen, dass es schwere Infektionsverläufe gibt und COVID-19 tödlich enden kann. Sie sollen genauso wenig die fast dreitausend Unfälle jährlich auf deutschen Straßen, die tödlich enden, verharmlosen. Es stellt sich allerdings die Frage, wie ein für viele Menschen völlig gefahrloses Virus gleichzeitig Ursache der somit zwar eher seltenen, aber dennoch schweren Krankheitsverläufe sein kann. Auch ein Auto, um bei dem genannten Beispiel zu bleiben, ist an sich harmlos und wird in der Regel erst durch menschliches Versagen zur Gefahr. Oft sind Alkohol oder Übermüdung die Ursache für falsche Reaktionen mit oft tödlichen Folgen. Vielleicht werden bei einer Corona-Infektion die schweren und dann oft tödlichen Verläufe auch nicht durch das Virus selbst verursacht, sondern durch eine fehlerhafte Reaktion. Wenn dem so wäre, worin könnte diese bestehen?

In der Regel schützt uns unser Immunsystem vor viralen oder bakteriellen Angriffen. Reagiert es jedoch fehlerhaft, wie beispielsweise bei einer Erdnussallergie, wird selbst eine an sich harmlose Hülsenfrucht zur tödlichen Gefahr. Bei einer allergischen Reaktion setzt das Immunsystem übermäßige Mengen an Botenstoffen (Zytokinen) frei, die entzündungsfördernd sind. Ohne die nötige Ausbalancierung

durch entzündungshemmende Botenstoffe kommt es zu einer Kettenreaktion, die im schlimmsten Fall zum Lungen- und generalisierten Organversagen und so zum Tod führt. Wissenschaftler nennen eine solche Überreaktion unseres Immunsystems auf an sich harmlose Infektionen einen »Zytokinsturm«. Ein solcher ist auch für die schweren und teils tödlichen Krankheitsverläufe bei COVID-19 verantwortlich.⁶ Nicht das Coronavirus selbst stellt also die eigentliche Gefahr für uns dar, sondern ein inadäquat reagierendes Immunsystem, das einen derartigen Zytokinsturm entfacht: Statt zu einer erfolgreichen Selbstverteidigung kommt es zur Selbsttötung.

Aber was ist die Ursache für diese Fehlfunktion des Immunsystems, zu der es bei manchen, aber nicht bei allen Infizierten kommt? Diese Frage ist für mich die wichtigste, die es derzeit in Bezug auf die COVID-19-Pandemie zu beantworten gilt. Zum einen, weil inzwischen (März 2021) weltweit führenden Virologen und Immunologen klar geworden ist, dass es so etwas wie eine Herdenimmunität gegen Corona nicht geben kann, weder durch die derzeit durchgeführten Impfkampagnen noch durch überstandene Infektionen. Für diese Erkenntnis gibt es viele gute Gründe (kein Impfstoff garantiert hundertprozentigen Impfschutz, nicht alle Menschen werden mit den Impfkampagnen schnell genug erreicht, der Impfschutz ist zeitlich begrenzt etc.).⁷ Der meiner Ansicht nach entscheidende Grund dafür ist jedoch der Umstand, dass Corona, wie alle Viren, mutiert. Schon seit Ende 2020 sind neue Varianten des Virus im Umlauf, die selbst bei Menschen, die man nach überstandener Infektion für immun hielt, erneut COVID verursacht haben.⁸ So wütet

»COVID-20«, wie man es nennen müsste, derzeit in Brasilien und entwickelt sich von dort aus womöglich zur neuen Pandemie; und mit großer Wahrscheinlichkeit ist COVID-21 auch schon unterwegs. Das bedeutet, dass wir nicht umhinkommen, unser Immunsystem in die Lage zu versetzen, auf jegliche viralen Angriffe angemessen reagieren zu können.

Zunächst vermutete man, dass das Lebensalter verantwortlich dafür sein könnte, dass sich ein Zytokinsturm entwickelt. Dieser Gedanke drängte sich auf, weil es sich bei der hohen Zahl an Todesfällen, die insbesondere Italien meldete, vorwiegend um ältere Menschen handelte. Allerdings hat im Vergleich dazu Japan als die Nation mit dem weltweit höchsten Durchschnittsalter mit 0,2 Prozent eine der niedrigsten COVID-19-Sterberaten weltweit.⁹ Es kann also nicht das Lebensalter *per se* sein, das bei einigen Menschen das Immunsystem Amok laufen lässt. Wie man mithilfe vieler Studien inzwischen herausfand, sind es teils gravierende Mängel an essenziellen Vitalstoffen, die einen Zytokinsturm verursachen, und diese gilt es zu beheben. Allein ein Mangel an Vitamin D kann laut neuesten Studien das Risiko einer tödlich verlaufenden Corona-Infektion vervierfachen.¹⁰ Aber nicht nur ein Vitamin-D-Defizit, sondern jeglicher Mangel an einem essenziellen Wirkstoff, den unser Immunsystem benötigt, kann das gesunde Gleichgewicht in Richtung Zytokinsturm kippen. Deshalb ist zur effektiven Verhinderung eines solchen eine Korrektur aller dieser Mängel vonnöten, die das gesamte, aus der Balance geratene System wieder ins Gleichgewicht bringt.¹¹ Dies sollte oberste Priorität bei allen Corona-Maßnahmen haben.¹² Denn nur so sind selbstzerstörerische Immunreaktionen langfristig zu verhindern,

insbesondere im Licht der (eigentlich nicht neuen) Erkenntnis, dass unsere Immunabwehr sich immer wieder mit neuen Virusstämmen auseinandersetzen muss. Eine Korrektur eines zum Zytokinsturm neigenden Immunsystems hat außer geringen Kosten keine Nachteile, aber es gibt eine lange Liste immenser Vorteile:

1. Schneller Schutz (binnen ein bis zwei Wochen) vor schweren COVID-19-Verläufen und somit ein Verhindern von Engpässen auf Intensivstationen, da so gut wie niemand mehr beatmet werden müsste.
2. Keine Notwendigkeit von Lockdowns und sozialer Distanzierung, wenn genügend Menschen mitmachen, weil die Infektionen nicht nur harmloser verlaufen, sondern auch schneller beendet sind.
3. Schutz vor schweren Infektionsverläufen durch *neue* Corona-Varianten, insbesondere auch vor denjenigen, die durch aktuell verfügbare Impfstoffe nicht abgedeckt werden.
4. Schutz vor anderen viralen Erkrankungen wie zum Beispiel der Grippe, die ebenfalls durch einen Zytokinsturm Hunderttausende Menschen jährlich das Leben kosten,
5. und nicht zuletzt Schutz vor Krebs, Alzheimer, Herz-Kreislaufversagen und vielen weiteren Zivilisationskrankheiten, die als Folge derselben Fehlernährung weltweit jedes Jahr viele Millionen vermeidbare Todesfälle verursachen.

Eine flächendeckende Herdenimmunität ist sehr wahrscheinlich nicht erreichbar, Herdenschutz hingegen schon,

denn ein intaktes Immunsystem kann adäquaten Schutz vor tödlichen Mikroben und Viren wie Corona gewährleisten. Dies gelingt ihm schon seit Urzeiten recht zuverlässig, ansonsten gäbe es uns nicht. Wir dürfen es nur nicht daran hindern. Was dazu nötig ist, muss man nicht einfach nur glauben, das kann man wissen, denn es ist durch eine ausreichende Zahl an wissenschaftlichen Fakten belegt. Man muss also nur hinschauen – und dann entsprechend handeln.

Die Todesangst geht viral

*Der Zeitgeist ist eine Epidemie, gegen die es
noch keine Schutzimpfung gibt.*

Fritz P. Rinnhofer (1939–2020)

Pandemie angemessener Angst?

Es gibt vier nahezu völlig harmlose Arten von Coronaviren mit den kryptischen Bezeichnungen NL63, OC43, 229E und HKU1, die weltweit verbreitet und ganzjährig für etwa 30 Prozent aller Erkältungen verantwortlich sind. Schwere Krankheitsverläufe sind selten und werden hauptsächlich bei Kleinkindern, älteren oder immungeschwächten Menschen beobachtet. Studien legen nahe, dass diese Coronaviren schon vor langer Zeit von Tieren auf den Menschen übertragen wurden und seitdem ständig um den Globus zirkulieren.¹ Sogenannte Zoonosen (von altgriechisch *zōon* für Tier und *nósos* für Krankheit), also vom Tier auf den Menschen übertragene Krankheiten, sind nicht selten und tragen oft im Namen ihren Ursprung, wie die Affen-, Büffel- oder Kuhpocken, das Colorado-Zeckenfieber, die Östliche Pferdeenzephalomyelitis, die Schweine- oder die Vogelgrippe.