

➔ Warum Viren schon im Mund bekämpfen?

Der Mund ist das Einfallstor für Viren und Bakterien. Weil die Grippe- und Erkältungs-Viren ebenso wie das aktuelle Corona-Virus hauptsächlich über den Mund-Nasen-Raum in den Körper gelangen und sich zunächst dort vermehren, bevor sie in die Bronchien und Lunge gelangen, ist es sinnvoll, sie schon dort zu stoppen. Durch die „Gurgel-Schluck-Methode“ können vorhandene Viren inaktiviert, geschwächt oder sogar abgetötet werden, so die Vermutung aufgrund der Laborstudie. Außerdem wird durch die Gerbstoffe und möglicherweise weitere Inhaltsstoffe des Aroniasaftes im Mundraum eine zusätzliche Barriere geschaffen, die es zumindest für eine gewisse Zeit den Viren erschwert oder unmöglich macht, in die Zellen einzudringen. Wenn deutlich weniger oder keine Viren mehr im Mund-Nasenraum vorhanden sind oder diese inaktiviert sind, ist auch eine Übertragung auf andere Menschen erschwert.

➔ Ist auch noch Schutz bei mutierten Viren gegeben?

Viren mutieren und verändern sich dadurch ständig. In der Regel bleibt auch bei Mutationen die äußere Struktur eines Virus erhalten. Die Präventionsfähigkeit der doppelten Lokalwirkung durch Aroniasaft wird dadurch nicht eingeschränkt, weil der Wirkmechanismus sehr unspezifisch ist und durch eine Vielzahl unterschiedlicher Inhaltsstoffe (Gerbstoffe) ganz allgemein gegen Proteinstrukturen der Viren gerichtet ist. Dass das funktioniert, sieht man schon daran, dass der Saft gegen so verschiedene Viren wie die Grippe und Corona-Viren (und einige andere auch noch) wirksam ist.

➔ Welche ersten Erfahrungen gibt es mit der „Gurgel-Schluck-Methode“?

Einige Menschen haben bereits Rückmeldungen gegeben, welche Erfahrungen sie mit dieser Methode gemacht haben. Diese Angaben beruhen ausschließlich auf den individuellen und subjektiven Beobachtungen der einzelnen Menschen.

Es wurde berichtet, dass allgemeine Erkältungssymptome weniger intensiv und auch kürzer wahrgenommen wurden.

➔ In eigener Sache

Diese Information wurde nach bestem Wissen und Gewissen unter Mitwirkung von Ärzten und Wissenschaftlern erstellt. Grundlage für die genannten Handlungsempfehlungen ist die Laborstudie zur antiviralen Wirkung von Aroniasaft*. Sie spiegelt den Wissensstand von Januar 2021 wider und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Informationen basieren auf Erfahrungen und Erkenntnissen der Inhaltsstoffe der Aroniabeere und hier insbesondere der Wirkung von Gerbstoffen bei der Prävention von Viren, Bakterien, Keimen usw. Sie sind nicht geeignet, ärztlichen Rat zu ersetzen. Sollten Sie eine Erkältung haben oder Symptome einer Virusinfektion aufzeigen, suchen Sie bitte die Ärztin bzw. den Arzt Ihres Vertrauens auf.



Erst Gurgeln, dann Schlucken:
Probieren Sie es aus,
20-30 ml zum Gurgeln
mind. zweimal täglich
anschließend runterschlucken



*Die original Studie zur antiviralen Wirkung von Naturprodukten:
www.biorxiv.org/content/10.1101/2020.10.30.360545v2



Das ausführliche Interview zur Gurgel-Schluck-Methode mit Prof. Dr. med. Uehleke sehen Sie hier: <https://youtu.be/SR9YiYZ-jvA>



Informationen und Studien zur Aroniabeere erfahren Sie hier: www.aroniabeere.de
Tragen Sie sich bitte hier in den Newsletter ein!

Aroniabeere e.V.
Traubelstraße 13 a
01109 Dresden
www.aroniabeere.de



AKTUELL

Viren hemmen mit Aroniasaft

Die „Gurgel-Schluck-Methode“ nach Prof. Dr. med. Dr. Uehleke



X Laborstudie zeigt antivirale Wirkungen von Aroniasaft bei Covid-19-Viren und Influenza

➔ Warum mit Aroniasaft?

In einer aktuellen Laborstudie deutscher Wissenschaftler wurden die Lebensmittel Grüntee, Aroniasaft, Granatapfelsaft und Holunderbeerensaft auf antivirale Wirkungen untersucht. Dabei zeigte sich, dass diese erstaunlich gute antivirale Wirkungen haben. Aroniasaft hatte insgesamt bei dieser Untersuchung die stärkste Wirkung und war gegen alle vier untersuchten Viren wirksam. Holunderbeerensaft war in dieser Untersuchung zwar gegen das Grippe-Virus aber nicht gegen das Corona-Virus wirksam. Daraus kann man den Schluss ziehen, dass man Aroniasaft auch dazu verwenden kann, Grippe und sogar Corona-Viren zu bekämpfen. Bereits bei nur einer Minute Kontaktzeit der Viren mit dem Saft unter den Bedingungen in-vitro wurde die Infektiosität um 97 Prozent bei dem aktuellen Corona-Virus SARS-CoV-2 und um über 99 Prozent bei dem Grippe-Virus (Influenza A) verringert.

Zu beachten ist, dass es sich dabei um eine rein lokale Wirkung beim Zusammentreffen von Saft und Virus handelt und nicht um eine arzneiliche Wirkung zur Behandlung der Krankheit Covid-19 bei Patienten, bei denen das Virus in den Körperzellen von Organen ist.

➔ Lokale Anwendung kann Viren inaktivieren

Durch diese lokale Anwendung werden nicht nur die Viren inaktiviert, sondern außerdem die Schleimhaut vor ihrem Andocken und Eindringen geschützt. Daraus kann man aber ableiten, dass sich eine erhebliche Schutzwirkung gegen die Übertragung von Mensch zu Mensch ergeben könnte, wenn man den Saft nach der folgenden sogenannten Gurgel-Schluck-Methode einsetzt.

Da es sich hier nicht um eine klinische Studie an Menschen, sondern um eine in-vitro Studie im Labor handelt, ist die Übertragung auf die Anwendung beim Menschen also noch mit Vorbehalt zu bewerten. Dennoch lassen sich nach Meinung des renommierten Arztes, Wissenschaftlers und Buchautors Prof. Dr. med. Bernhard Uehleke aus der Studie und aus weiteren Überlegungen bereits konkrete Handlungsempfehlungen ableiten, die sofort umsetzbar und präventiv wirksam sein können. Für Prof. Dr. med. Uehleke ist es wünschenswert, die hoffnungsvollen Ergebnisse der Laborstudie anhand einer klinischen Studie an Menschen zu überprüfen oder zumindest durch systematische Beobachtungen bei Testpersonen mittels wissenschaftlich ausgewerteter Dokumentationen von konkreten Anwendungen zu bestätigen.



Als antiviral wirksam hat jetzt auch die Deutsche Gesellschaft für Krankenhaushygiene Aroniasaft genannt.

➔ Für wen ist die Methode geeignet?

Prinzipiell könnte jeder, der eine Infektion mit Erkältungs-, Grippe- oder Corona-Viren vermeiden will, diese Methode anwenden.

Besonders empfiehlt Prof. Dr. med. Uehleke die Anwendung den Menschen, die aus beruflichen oder anderen Gründen direkte Kontakte zu anderen Menschen nicht unterbinden können, wie zum Beispiel Personen, die in der Pflege, in Krankenhäusern und Schulen arbeiten oder sich in solchen Einrichtungen als Betreute aufhalten. Aber auch LehrerInnen, VerkäuferInnen oder BusfahrerInnen könnten von der Methode profitieren, indem sie zusammen mit den anderen empfohlenen Maßnahmen das Risiko einer Ansteckung oder Weiterverbreitung weiter reduzieren.



Prof. Dr. med. Dr. Uehleke

Dasselbe gilt auch für Arbeitsplätze, an denen sich ein relativ enger Kontakt mit anderen Menschen nicht vermeiden lässt. Für Menschen, die darauf angewiesen sind, ihre Magensäure mit starken Säureblockern (Protonenpumpen-Inhibitoren) zu hemmen, erscheint es Prof. Dr. Uehleke besonders wichtig, dass diese den Saft auch in etwas größerer Menge trinken.

Normalerweise werden SARS-CoV-2-Viren, die mit dem Speichel verschluckt werden durch die Magensäure schnell inaktiviert. Die Säureblocker könnten aber eine Abschwächung des Virus durch die Säure im Magen verhindern, so dass eine Infektion durch Viren im Magen-Darmbereich eher möglich ist und damit zu schwereren Verläufen führen könnte. Die Gerbstoffe der Aronia aber könnten sozusagen die Arbeit anstelle der zu geringen Menge Magensäure erledigen.

➔ Wann? Bei Kontakt mit Menschen

Wenn man in Kontakt kommt mit anderen Menschen, die möglicherweise Viren verbreiten. Beispielsweise vor und nach dem Einkaufen, vor und nach der Benutzung öffentlicher Verkehrsmittel. Wenn man mit KollegInnen lange im selben Raum arbeitet kann man ab und zu eine kleine Gurgel-Pause machen. Wenn man Besuch bekommt, kann es ein nettes Ritual sein, bei der Begrüßung zuerst gemeinsam zu „Gurgeln“ anstatt sich die Hand zu geben. Dabei ist mit Gurgeln natürlich die gesamte Prozedur mit Mundspülen-Gurgeln-Schlucken gemeint. Beim Verabschieden kann man das Ritual wiederholen. Als allgemeine, vorbeugende Maßnahme sollte man die Methode von Prof. Dr. med. Uehleke mindestens zweimal, besser dreimal oder mehr am Tag anwenden. Darunter morgens, nach dem Frühstück und abends vor dem Zubettgehen, sowie noch zweimal über den Tag verteilt. Insgesamt sollten über den Tag rund 100 ml Aroniasaft verwendet werden.

➔ Wie praktisch anwenden?

Mit einem großen Schluck Aroniasaft (ca. 20-30 ml) zuerst kräftig den Mund spülen (so ähnlich, wie man das nach dem Zähneputzen macht aber ohne Ausspucken!) und anschließend Gurgeln und dabei den Saft in kleinen Schlucken trinken. Das Mundspülen sollte ungefähr 1 Minute lang dauern und das Gurgeln 10 Sekunden. Länger geht natürlich auch, wenn man damit keine Probleme hat. Insgesamt sollte nach dieser Methode mindestens zweimal oder mehr pro Tag verfahren werden. Wem der Saft zu intensiv ist, kann ihn mit Wasser 1:1 verdünnen.