

# MULTITALENT VITAMIN D STOPPT DEN ZYTOKINSTURM IM KAMPF DES IMMUNSYSTEMS GEGEN COVID 19 | VON HANS-JÖRG MÜLLENMEISTER

*Posted on 26. November 2022*

### *Ein Standpunkt von **Hans-Jörg Müllenmeister**.*

Nein, der Zytokinsturm ist nicht der Sturm im Wasserglas – aber dazu später mehr. Zunächst einmal: Verzweifelte Covid19-Patienten, selbst Herzgeschädigte und besorgte Prophylaktiker aufgepasst. Hier geht es nicht um eine verquere Ideologie, nicht um das Nachbeten fragwürdiger, hochbezahlter Studien, nicht um das Festhalten an Pfründen. Es geht um ignorierte Fakten, die uns Mutter Natur bietet, nämlich schlicht um ein heilsames, perfektes Natur-Geschenk für unseren Körper. Wir sollten das lebensnotwendige Vitamin D (Calcediol) faktenunterlegt besser kennen lernen und es zum eigenen Wohle unserer Gesundheit nutzen. Diese Naturgabe und Erkenntnis einfach zu ignorieren, wäre eher frevelhaft, hilfverweigernd, wenn nicht sogar dumm. Indes verbreitet der Heilige Stuhl der Pharma-Götter seine eigene Wahrheit zum „Spritz-Wohl“ seiner Glaubensgemeinschaft. Da kann schnell ein vielseitiges Vitaminnaturtalent zum Abtrünnigen avancieren.

### **Vitamin D-Multitalent: das kostenlose Sonnengeschenk der Gesundheit**

Vitamin D heißt so, weil es eben kein Vitamin ist. Vielmehr gehört es zu den Steroidhormonen – so wie die Sexualhormone und das Kortison. Überhaupt ranken sich einige gravierende Irrtümer um das Vitamin D. Während unser Körper selbst keine Vitamine bilden kann, verleiht sonnenbeschienene Haut unserem Körper eine Art Vorstufe zu Vitamin D: das Cholecalciferol, und das ist eben ein Hormon. Aus diesem „Rohstoff“ gewinnt unsere körpereigene Fabrik, die Leber, über einige Synthesestufen das Vitamin D3. Bei geschädigter Leber und Niere kann es zu einem deutlichen Vitaminmangel kommen, selbst wenn reichhaltig Vitamin D direkt über die Nahrung aufgenommen wird. Übrigens ist Vitamin D2 vorwiegend in pflanzlichen Lebensmitteln, wie Avocado aber auch in Pilzen zu finden. Vitamin D3 liegt besonders in tierischen Produkten (Fettfisch) vor. Als D3-Präparat wird es aus Lanolin der Schafwolle extrahiert; neuerdings gibt es auch vegane D3-Präparate, gewonnen aus einer bestimmten Flechtenart. D3 bindet sich besser an die Transportmoleküle im Blut als das Vitamin D2.

Viele Hautärzte fühlen sich zwischen Scylla und Charybdis, wenn sie ihren Patienten therapeutische Sonnenbäder empfehlen. Einerseits begünstigt ein Zuviel an UVB-Strahlung das Basalzellkarzinom,

andererseits aber auch die Bildung von Vitamin D. Kürzlich erschien dazu eine große dänische Studie. Das Auswerten von 72.295 Fällen von weißem Hautkrebs ergab, dass diese Patienten nicht kürzer, sondern deutlich länger lebten als die Durchschnittsbevölkerung. Natürlich bewirkte nicht der Krebs diesen Überlebensvorteil, sondern der Zusammenhang zwischen der Sonnenstrahlung und dem höheren Vitamin D-Spiegel. Bis zu 90% des Vitamins produziert unsere Körper über die UVB-Bestrahlung der Haut. Eine helle Haut ist wirksamer in der Vitamin D-Produktion, dunkle Haut vermag das nicht. Burka-vermummte Musliminnen, die zudem Kopftuch-verschleiert herumlaufen, halten nicht nur ihre Kultur hoch, sondern gleichermaßen besonders ihre Krankheitsrate, hervorgerufen durch einen Vitamin D-Mangel.

### **Wie geht die Medizin und die Pharmaindustrie mit Vitamin D um?**

Bereits seit 1824 setzte die Medizin natürliches Vitamin D ein, allerdings nur gegen eine Störung des Knochenwachstums, der Rachitis. Einige erinnern sich noch: Nach dem Zweiten Weltkrieg sah man mitunter Bucklige und Menschen mit ausgeprägten O-Beinen, man hielt sie womöglich für Jockeys aus dem „dritten Rennen“. Um diesem Knochenschicksal zu entrinnen, wurden die Kinder mit leckerem Lebertran und Höhensonne traktiert. Undenkbar, sollte dieser simple und wirksame Schutzschirm gegen die Rachitis oder Osteoporose neuerdings auch noch gegen Diabetes, Autoimmunkrankheiten, Herzinfarkt, Prostata- und Brustkrebs, ja sogar gegen SARS-CoV-2-Viren helfen? Lauter (auf den Bach sei verzichtet) gewinnverheißende Krankheiten! Diese bloß durch Vitamin D-Gaben abwehren zu können, wäre ein fatales Übel für die Pharma-Gewaltigen. Eine derartige Konkurrenz zu den bisher verabreichten teuren Pseudo-Impfungen hieße ja, die Pharma-Gelddruckmaschinen frevelhaft zu sabotieren.

Ist Ihnen aufgefallen, dass Wirkstoffe wie Vitamine in „Studien“ vielfach Phasen hochgradiger Verdammnis, absoluter Unwirksamkeit, gelegentlich aber auch die Weihen hochgepriesener Empfehlung durchlaufen? Wie kann das sein? Nun, hinter den oft pseudowissenschaftlichen, statistischen Ergebnissen der Berichte stecken die puren Interessen der Pharmedia. Vor einiger Zeit entfaltete sich nach neuen Erkenntnissen das Wundermittel Vitamin D sogar als Gesundheitsschirm gegen Krebs. Das lockte die Pharmakraken aus ihren Höhlen. Erst neulich wurde Vitamin D von der Pharmaindustrie wieder in die ewige Verdammnis geschickt. Man will doch die weltweite Milliardenherde impfwilliger Schafe keinesfalls an den preiswerten

„Naturburschen“ Vitamin D verlieren. Dazu wurden seriöse Studien, die eine positive Wirkung von Vitamin D belegten, verkürzt oder „Daten-massiert“.

### **Signifikante, wissenschaftlich unterlegte Zusammenhänge**

Vitamin D steuert sowohl Tausende der Genen im Körper als auch die Immunfunktion. Fakt ist: Niedrige Vitamin D-Spiegel fördern COVID-19-Infektionen. Höhere Vitamin D-Spiegel gehen einher mit niedrigeren SARS-CoV-2-Infektionsraten, d.h. mit einem geringeren Risiko für einen schweren Verlauf mit Krankenhausaufenthalt, Intensivstation oder Tod. Bisherige wissenschaftliche Erkenntnisse legen nahe, dass der wesentliche Grund der COVID-19-Pandemie-Infektionen bei Menschen auf einen Vitamin D-Mangel beruht.

### **Irrgarten der Labor-Werte – da müssen wir durch**

Im Zusammenhang mit dem Vitamin D-Spiegel tauchen unterschiedliche Einheiten auf. Das stiftet Verwirrung. Die Basiseinheit der Stoffmenge 1 nmol (1 Nanomol) steht für  $10^9$  Mol. Eine gemessene 25-Hydroxy-Vitamin D<sub>3</sub>-Blutserumkonzentration von mindestens 50 nmol/l ist die wünschenswerte Konzentration für eine Vitamin D-Versorgung. Es ist wichtig zu wissen, in welcher Einheit Ihr Vitamin D-Spiegel angegeben ist. Einige Labors geben den Vitamin D-Spiegel in ng/ml an. Ein Vitamin D-Laborwert von 100 nmol/l entspricht 40 ng/ml (Umrechnungsfaktor 1/:2,5). Übrigens bildet sich erst im letzten Syntheseschritt in der Niere das aktive Vitamin D<sub>3</sub>. Gönnen Sie sich eine Laboruntersuchung – sie kostet etwa 40 Euro – oder einen AProof® Vitamin D Test.

Fatalerweise liegt der mittlere Vitamin D-Spiegel der deutschen Bevölkerung in den Wintermonaten nur bei etwa 30 nmol/l, also deutlich unter dem Wert für ein optimal arbeitendes Immunsystem. Ein gesunder Vitamin D-Spiegel ist der besten Fremdschutz, weil ein gut funktionierendes Immunsystem Infektionsketten effizient durchbrechen kann. Um dies zu erreichen, ist beim Erwachsenen im Mittel eine tägliche Zufuhr von etwa 4.000 IE Vitamin D<sub>3</sub> vonnöten.

### **Was bewirkt das Multitalent Vitamin D, das einst als körpereigener Knochenbaumeister Furore machte?**

Unglaublich, aber weit über 80% der Bevölkerung leidet vor allem im Winter unter einem Vitamin D-Mangel. Denken Sie bloß an die sonnenausgesperrten Bewohner in Altersheimen, die Covid 19 einfach hinwegraffte. Fatal, denn der Vitamin D-Status ist für unser aller Gesundheit elementar und für das Überleben bedeutend. Vielfach äußert sich ein Vitamin D-Mangel durch Schmerzen in Knochen und Muskeln, dauerhafte Müdigkeit sowie Depressionen. Krasse Fehldiagnosen lassen sich ausschließen, wenn allem voran der Vitamin D-Status getestet wird, ehe man flugs eine fatale Fehldiagnose raushaut.

Bei den Muskel- und Nervenzellen beeinflusst Vitamin D3 die neuromuskuläre Erregungsleitung und kann bei Muskelerkrankungen, bei Myopathien, helfen. Man stellte fest, dass Osteoporose-Patienten bei Vitamin D-Zufuhr weniger Knochenbrüche erlitten. Klar, die Knochendichte hatte sich ja erhöht. Spannend war aber die Beobachtung, dass sturzgefährdete Patienten sich nicht nur weniger häufig die Gliedmaßen brachen, sie stürzten auch viel seltener. Aber warum sollte jemand, der Vitamin D einnimmt, ausgerechnet auch noch weniger hinfallen? Vitamin D wirkt eben nicht nur auf die Knochen, sondern auch auf die neuromuskuläre Koordination: Das Zusammenspiel zwischen Nerven und Muskeln funktioniert einfach besser.

Das wiederentdeckte Multitalent wirkt immunmodulierend: Positiv beeinflusst Vitamin D Autoimmunerkrankungen und entzündliche Erkrankungen wie rheumatoide Arthritis, chronisch entzündliche Darmerkrankungen und Multiple Sklerose. Ferner stabilisiert sich das Herz-Kreislaufsystem, ebenso wird die Insulinsekretion gefördert. Der Typ 1-Diabetes ist ja eine Autoimmunerkrankung, bei der die Immunabwehr die Insulin-produzierenden Bauchspeicheldrüsenzellen zerstört. Eine Studie mit finnischen Kindern zeigte – wegen der verminderten Sonneneinstrahlung im Norden – mehr Typ 1-Diabetiker. Durch Einnahme von Vitamin D ging die Häufigkeit von Typ1-Diabetes um 80% zurück.

Es gibt sogar Hinweise darauf, dass Vitamin D auch die Psyche positiv beeinflusst. Unter Vitamin D-Mangel beobachtete man dagegen vermehrt Depressionen. Damit lassen sich die sogenannten Winterdepressionen erklären. Im Winter fällt bei allen Menschen, wenn nicht Vitamin D zugeführt wird, der Vitamin D-Spiegel ab. Eine Depression kann entstehen oder sich verstärken.

Ein Spezialist der Krebsvorsorge an der Uni in San Diego schätzte, dass sich 250.000 Fälle von Dickdarmkrebs und 350.000 Fälle von Brustkrebs jedes Jahr weltweit vermeiden ließen, wenn man Vitamin D3-Gaben erhöht. Mit einer täglichen Einnahme von 2.000 Einheiten könnten diese Krebsrisiken deutlich zurück gehen; die absurden 400 bis 800 IE, die Gesundheitsbehörden empfehlen, reichen offensichtlich nicht aus. Andererseits fand man heraus, dass ein Erwachsener ohne Risiko täglich bis 8.000 Einheiten Vitamin D – das sind 100 bis 200 µg – zu sich nehmen kann. Damit könnte man das Risiko vermindern an Krebs, Multiple Sklerose und Typ-1 Diabetes zu erkranken.

Herzschwache Patienten könnte die tägliche Einnahme von 2.000 Einheiten Vitamin D zusammen mit 500 mg Calcium helfen. Übrigens, wer seinen Bedarf an Calcium durch ein Nahrungsergänzungsmittel deckt, sollte dies kombiniert mit Vitamin D tun, denn nur dann kann das Calcium aus dem Darm gut aufgenommen werden. Ohne dies wird ein Teil des eingenommenen Calciums ungenutzt wieder das Licht der Welt erblicken.

### **Vitamin D-Prophylaxe**

Aktuelle Studien zeigen, dass Vitamin D-Gaben eine geeignete Prophylaxe gegen Grippe und Covid19 sind. Das Risiko zu erkranken, sinkt signifikant. Nicht umsonst verlieh die Evolution unseren weißen Blutkörperchen Andockstellen für Vitamin D. Diese werden bei einem Infekt aktiviert, vorausgesetzt, die Rezeptoren werden durch genügend Vitamin D genutzt. Obendrein wirken Schleimhäute in Nase und Rachen als Abfangjäger gegen Viren und Bakterien. Ihre Wirksamkeit hängt vom Vitamin D-Status ab.

### **Der Zytokinsturm: lebensgefährliche Überreaktion des Immunsystems**

Die Ursache für schwere bis tödliche COVID19-Verläufe – der sogenannten Zytokinsturm – liegt in einem gravierenden Vitamin D-Mangel. Das Multitalent Vitamin D stärkt nicht nur das Immunsystem, es moderiert seine überzogene Gegenreaktion. Oft verursacht nämlich die körpereigene Immunabwehr mehr Schaden als die Viren selbst – weil dabei proentzündliche Botenstoffe (Zytokine) freigesetzt werden. Die meisten Pandemie-Opfer sterben also nicht an den Viren selbst, sondern am massenhaften Ausschütten entzündungsfördernder Zellprodukte. Diese zerstören das infizierte Lungengewebe. Genau hier moderiert

das Multitalent Vitamin D eine überzogene Immunantwort. Bei Werten des Vitamin D-Spiegels unter 50 nmol/l (gegenüber Werten von über 100 nmol/l) erhöht sich das Risiko eines schweren COVID19-Verlaufs um das Vierzehnfache! Diese Studien zeigten außerdem: Bei Corona-positiven Patienten reduzierte die rechtzeitige Gabe von Vitamin D-Prohormon das Risiko eines schweren Verlaufs um Faktor 25! In der Kontrollgruppe, die kein Vitamin D-Prohormon erhielt, starben dagegen 8% der Patienten an COVID-19 bzw. letztendlich an einem mangelhaften Vitamin-D-Spiegel, der eigentlich leicht zu beheben gewesen wäre.

Das Vitamin D-Prohormon wird in einem mehrere Tage dauernden Prozess in der Leber aus Vitamin D gebildet und dann erst als eigentlicher Vitamin-D-Spiegel gemessen, genauer der Vitamin D-Neurohormon-Spiegel.

Hätte man – so eine Studie – schwerkranken COVID 19-Patienten nur einmalig Vitamin D und eben nicht das in diesem fortgeschrittenen Krankheitsstadium entscheidende Prohormon verabreicht, wäre der lebensrettende Erfolg wahrscheinlich ausgeblieben. In dieser kritischen Erkrankungsphase ist es ein lebensgefährlicher Fehler, allein Vitamin D zu verabreichen, denn es dauert viel zu lange, bis der Körper selbst aus Vitamin D die Endstufe Vitamin D-Prohormon synthetisiert. Der Vitamin D-Pro-hormon-Spiegel wird also nicht schnell genug angehoben, um seine Wirkung zu erzielen. Nur das rechtzeitige therapeutische Eingreifen mit Vitamin D-Prohormon rettete, laut Studie, das Leben der Patienten.

Und ist es nicht merkwürdig, dass der Schutz vor schweren Verläufen durch das "Impf"-Programm rapide abnimmt und nach etwa sechs Monaten praktisch nicht mehr nachweisbar ist. Gewöhnlich behält doch unser Immunsystem über Jahre, wenn nicht sogar lebenslang seine erhöhte Abwehrfunktion in „Erinnerung“.

Es drängt sich der Verdacht auf, dass mit den „Impfungen“ das Immunsystem vorübergehend geschwächt wird. Es ist dann nicht in der Lage, einen Zytokinsturm zu entfachen. Würde man indes der Natur ihren Lauf lassen und durch einen angemessenen Vitamin D-Spiegel dafür sorgen, dass Infektionen weitgehend harmlos verlaufen, wäre diese natürliche Immunität der aufgedrückten Immunität, die man durch mRNA-

Interjektionen erreichen will, weit überlegen.

Zudem zeigte sich, dass die Immunität durch den Impfstoff schneller abklingt als die natürliche. Der Schutz durch ein besser funktionierendes Immunsystem aufgrund eines nebenwirkungsfreien Vitamin D-Programms ist weitaus höherstehender als das kostenintensive „Injektionsprogramm“, samt der energieaufwendigen Kühlung bis zur Entsorgung. Da könnte eine rechtzeitige Versorgung der Bevölkerung mit dem Mikronährstoff Vitamin D viel Leid und Geld ersparen. Deutschland täte gut daran, sich von den unsäglichen mRNA-Injektionen zu verabschieden, den permanenten Panikmodus zu verlassen und einen rationalen Kurs einzuschlagen – basierend auf immunologische Fakten mit wirksamen Maßnahmen.

Dem heutigen monetär-gesteuerten Zeitgeist würde Goethe vielleicht so begegnen (verbal angepasst): „Man muss das Wahre immer wiederholen, weil eine Lobby um uns herum immer wieder den gleichen Unfug predigt: Es ist nicht der Einzelne, sondern die schiere Masse der Pharma-gesteuerten Medien“.

Wer mehr über wichtige Studien zu Vitamin D und Covid19 erfahren will, lese den offenen Brief an Herrn Prof. Dr. Karl Lauterbach <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2134066/>

+++

Dank an den Autor für das Recht zur Veröffentlichung des Beitrags.

+++

Dieser Beitrag erschien zuerst am 23. November 2022 bei [anderweltonline.com](http://anderweltonline.com)

+++

Bildquelle: [R. Szatkowski](#)/ shutterstock