



# Erkältungen werden zur Herausforderung

Von *mediportal-online*

Erstellt am 20 Jan 2021 - 12:01

Wird das Zusammentreffen von Corona und weiteren Erkältungsfaktoren zu einer besonderen Gefahr?

Lindenberg, 20. Januar 2021. Möglicherweise kann für Menschen mit häufigen Erkältungen die Corona-Pandemie zu einer größeren Herausforderung werden. Warum das so ist und was wir tun können.

### Die jährliche Herausforderung im Winter

Die Monate Januar und Februar sind schon immer die heftigsten Erkältungsmonate. Das Robert-Koch-Institut meldet in diesen Wintermonaten regelmäßig Höchststände bei der Grippe. Noch häufiger treten Erkältungen auf. Vor allem lymphatisch konstituierte Menschen leiden in dieser Zeit. Sind sie in Zeiten der Corona-Pandemie jetzt besonders gefährdet?

### Die Ernüchterung aus der Wissenschaft

Zunächst bestand Hoffnung, dass der frühere Kontakt zu anderen Coronaviren, die Erkältungen auslösen, zu einem besseren Immunschutz beiträgt, so auch gegen SARS-CoV-2. Doch die Erkenntnisse der Wissenschaft sind ernüchternd. Die sogenannten T-Gedächtniszellen könnten sogar zu einem besonders schweren Verlauf von Erkrankungen beitragen.

Zum Hintergrund: Der frühe Kontakt mit den Krankheitserregern führt dazu, dass T-Gedächtniszellen gebildet und im Körper eingelagert werden. Kommt es zum Kontakt mit dem gleichen oder einem ähnlichen Erreger, beispielsweise aus den verschiedenen Stämmen der Coronaviren, sollte dem eine bessere und schnellere Abwehrreaktion folgen. Doch die Erkenntnis der Wissenschaft: solche T-Gedächtniszellen können zwar SARS-CoV-2-Viren erkennen, sie sind aber nicht besonders gut darin. Ein Forschungsteam aus verschiedenen Universitäten kam zum Ergebnis, dass zurückliegende Erkältungen mit Coronaviren keinen effektiven Immunschutz bieten, sondern vielmehr Hinweise vorliegen, dass bei entsprechendem immunologischen Alter möglicherweise schwere COVID-19-Verläufe begünstigt werden (Quelle: Exzellenzcluster Präzisionsmedizin für chronische Entzündungserkrankungen, Informationsdienst Wissenschaft (idw)(<https://idw-online.de/de/news758900> [1])).

### Der Rat für Risikogruppen

Damit wird einmal mehr deutlich, dass Risikogruppen besonders achtsam sein sollten. Aus ganzheitlicher Sicht drängt sich der Verdacht auf, dass Menschen, die gehäuft zu Erkältungen neigen und dementsprechende Infekt anfällig sind, möglicherweise auch größere Risiken bezüglich COVID-19 haben. Dies betrifft jene mit der lymphatischen Konstitution und das besonders in Zeiten erhöhter Infektanfälligkeit, wie in den Wintermonaten.

Neben einer entsprechend gesunden Lebens- und Ernährungswiese empfehlen Ganzheitsmediziner vor allem, natürliche Hilfsmittel einzubeziehen. Viele der handelsüblichen Naturheilmittel wirken mit ihren Inhaltsstoffen tief in die Regulationssysteme ein, die unsere Abwehrkräfte unterstützen.

Lesetipp: Das Buch "Der Trick mit dem Immunsystem" beschreibt zahlreiche Methoden, die dabei helfen, das Immunsystem zu unterstützen (ab Seite 58 ff.). Buchdaten: Michael



Petersen, Der Trick mit dem Immunsystem, ISBN 978-1-5498- 0187-7, Info-Seite zum Buch (<https://www.gesundheit-ratgeber-buecher.de/der-trick-mit-dem-immunsystem...> [2]).

Das Spezialportal [gesundheits-ratgeber-buecher.de](https://www.gesundheit-ratgeber-buecher.de) bietet regelmäßig Besprechungen zu Gesundheits-, Persönlichkeits- und Ernährungs-Ratgebern, zu Neuerscheinungen und Neuauflagen. Rezensiert werden Bücher, E-Books und Portale.

Die Redaktion [mediportal-online](https://www.mediportal-online.eu) veröffentlicht regelmäßig Meldungen zu Themen der Gesundheit und Medizin im Internet. Hintergrundinformationen, Gesundheitstipps, Informationen aus Forschung und Wissenschaft, ergänzt um hilfreiche Links.

### Kontakt

[mediportal-online](https://www.mediportal-online.eu), M+V Medien-und Verlagsservice Germany Unternehmersgesellschaft(haftungsbeschränkt)

Michael Petersen

Ried 1e

88161 Lindenberg

01714752083

[kontakt@mediportal-online.eu](mailto:kontakt@mediportal-online.eu) [3]

<https://www.gesundheit-ratgeber-buecher.de> [4]

- [Krankheiten und Therapien](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 16 Apr 2021 - 22:11):** <https://medcom24.de/node/25104>

### Links:

[1] <https://idw-online.de/de/news758900>

[2] <https://www.gesundheit-ratgeber-buecher.de/der-trick-mit-dem-immunsystem/>

[3] <mailto:kontakt@mediportal-online.eu>

[4] <https://www.gesundheit-ratgeber-buecher.de>