



## Erfahrungsbericht: Wir haben Corona

Autor: [Carina Rehberg](#)

Aktualisiert: 14 August 2020

Viele tausend Menschen weltweit sollen mit dem Coronavirus infiziert sein. Nichtsdestotrotz kennen nur wenige einen Betroffenen. Wie es ist, mit dem Coronavirus infiziert zu sein, berichtet eine Leserin, die an Corona erkrankt ist.

## Erfahrungsbericht: Wie es ist, mit dem Coronavirus infiziert zu sein

Wie es wohl sein mag, mit dem Coronavirus infiziert zu sein, fragen sich derzeit viele Menschen. Aufgrund der Berichterstattung in den Medien glaubt so mancher, eine entsprechende Infektion führe umgehend zu lebensbedrohlichen Symptomen, die eine [künstliche Beatmung](#) auf der Intensivstation erforderlich machten.

In Wirklichkeit verläuft die Infektion mit dem Coronavirus bei den meisten Menschen sehr glimpflich, ja, nicht viel anders als ein grippaler Infekt. Unsere Leserin Julia K. (Name von der ZDG-Redaktion geändert) erzählt im nachfolgenden Erfahrungsbericht, wie es ihr und vier weiteren Familienmitgliedern in den letzten Tagen erging. Denn sie alle sind Corona-positiv, wurden bei einem gemeinsamen Mittagessen von einem Verwandten angesteckt, der Mitte März 2020 aus New York zurückgekehrt war und an Husten und Fieber gelitten hatte.

## Quarantäne nach der Ansteckung - ob mit oder ohne Symptome

Der Einfachheit halber erhalten die fünf Corona-Patienten im anschließenden Bericht die Nummern 1 bis 5. Zuerst zeigte Patient 1 (m, 42 Jahre) Symptome und wurde am 19.3. also vier Tage nach der Ansteckung krankgeschrieben. Als der New-York-Heimkehrer ein positives Corona-Testergebnis erhielt, bedeutete das für Patient 1 Quarantäne - gemeinsam mit Patient 2, da beide im selben Haushalt leben.

Patient 1 hatte zwei Tage lang Fieber und Gliederschmerzen, Schüttelfrost an einem Tag sowie einen tagelang anhaltenden Geschmacks- und Geruchsverlust. Letzteres beobachtete auch Patient 2 (w, 30 Jahre), der sonst keinerlei Symptome zeigte.

## Termine für den Corona-Test vergibt das Deutsche Rote Kreuz

Da bei Patient 1 verdächtige Symptome vorhanden waren und Kontakt zu einem Corona-Positiven bestanden hatte, rief er seinen Hausarzt an. Dieser faxte sodann - ohne den Patienten gesehen zu haben - ein Formular zum Deutschen Roten Kreuz, um einen Termin für den Corona-Test zu erhalten. Das DRK meldete sich umgehend, vergab eine persönliche Nummer, die man zum Test mitnehmen musste, und setzte den Testtermin auf den Samstag (21.3.).

Patient 2 wurde vorsichtshalber mitgetestet. Das Ergebnis stand am Dienstag den 24.3. fest. Benachrichtigt wurden sie durch ihren Hausarzt per Telefon. In einer Arztpraxis war also keiner der Patienten. Sämtliche Dinge wurden telefonisch geklärt.

## Ein Familienmitglied gehört aufgrund einer Lungenerkrankung zur Risikogruppe

Kurz nach Patient 1 (am 21.3.) erkrankten auch drei weitere Familienmitglieder - die Patienten 3, 4 und 5. Problematisch war, dass Patient 3 mit 67 Jahren und einer [COPD](#) (chronisch obstruktive

Lungenerkrankung) zur Hochrisikogruppe gehörte.

Die drei neuen Patienten riefen am Dienstag (24.3.) bei ihrem Hausarzt an, schilderten ihre Symptome und gaben an, Kontakt zu einem positiv getesteten Corona-Patienten gehabt zu haben. Auch dieser Arzt faxte ein von ihm selbst ausgefülltes Dokument zum DRK, das sich gleich meldete und den drei Patienten einen Termin zum Corona-Test für Donnerstag (26.3.) gab.

## Wie der Corona-Test durchgeführt wird

Der Test wurde im Corona-Drive-In-Testzentrum auf dem Messegelände Hannover durchgeführt. Unsere Leserin berichtet: «Auf dem EXPO-Gelände ist man mit dem Auto in eine Halle gefahren, in der sich pro Auto drei Leute um einen gekümmert haben. Jeder Einzelne von uns wurde von einem Arzt erst nach dem momentanen Befinden und dann nach den Symptomen gefragt.

Dann hat der Arzt mit einem Stäbchen bei jedem einen Abstrich aus dem Rachen genommen. Anschliessend konnte man wieder fahren. Während des Vorgangs blieb man im Auto sitzen, musste nur das Fenster heruntermachen. Es wurde nur auf Corona getestet, soweit uns bekannt ist.»

(Hinweis ZDG-Redaktion: Das möglicherweise zeitgleiche Vorhandensein eines Grippevirus wird nicht überprüft.)

Am 27.3. war das positive Ergebnis des COPD-Patienten schon da (hatte Vorrang, da Risikopatient). Ein Tag später bekamen auch die Patienten 4 und 5 das positive Ergebnis (ebenfalls per Telefon vom Hausarzt) mitgeteilt. «Der COPD-Patient sollte die Einnahme seiner Medikamente ganz normal fortsetzen, solange es sich wohl nicht um zu viel Cortison handle. Andere Therapiemassnahmen wurden keinem von uns gegeben oder empfohlen», erzählt Julia.

## Die Symptome bei einer Corona-Infektion

Die Patienten 3 bis 5 litten alle einige Tage lang an mehr oder weniger starken Kopfschmerzen.

Patient 4 (w, 66 Jahre) hatte neben leichten Kopfschmerzen auch mind. fünf Tage lang Durchfall. Der Husten war nach wenigen Tagen schon wieder am Abklingen.

Patient 5 (w, 32 Jahre) litt hingegen zwei Tage lang an starken Kopfschmerzen, ein Tag an Halsschmerzen. Dazu kamen leichter Schnupfen und ein permanenter Hustenreiz.

## Drink zur Lungenreinigung und Kurkuma-Kapseln

Der COPD-Patient (Patient 3) hatte zusätzlich mehrere Tage starke Gliederschmerzen, einen Tag lang Schüttelfrost und drei Tage lang Durchfall. Husten war auch da, aber nicht mehr als er durch seine Krankheit ohnehin schon hat.

Schon vier Wochen vor der Infektion hatte er mit unserem Drink zur Lungenreinigung begonnen, der aus Zwiebeln, Kurkuma, Honig, Ingwer und Pfeffer besteht und Kurkuma-Kapseln eingenommen. Das Rezept für den Drink zur Lungenreinigung finden Sie hier: [Drink zur Lungenreinigung](#)

## Täglich grüne Smoothies, Natron und Zistrosentee

Allerdings achteten alle aus Julias Familie schon zuvor auf eine gesunde Ernährung. Jeder trank seit einigen Monaten täglich etwa 300 ml [grüne Smoothies](#). Fleisch ass die Familie so gut wie gar nicht. Auch wurden die Mahlzeiten immer aus frischen Zutaten selbst zubereitet.

Zusätzlich machte die ganze Familie im letzten Jahr eine Entgiftungskur mit Zeolith, was allen laut Julia sehr gut tat. Als Nahrungsergänzung kamen - jedoch eher unregelmässig - Vitamin D3, Vitamin K2 und OPC zum Einsatz.

Während des Infekts wurden diese Massnahmen natürlich beibehalten, zusätzlich verzichteten jene Familienmitglieder auf Zucker, die zuvor noch Zuckerhaltiges gegessen hatten. «Jeder von uns hat gegen Corona täglich mindestens 4 Natrontabs eingenommen», so Julia. Die Patienten 3, 4 und 5 trinken seit des Infekts ausserdem [Zistrosentee](#) mit Honig.

## «Ein grippaler Infekt ist schlimmer als Corona»

Unsere Leserin sagt: «Ich persönlich muss sagen, dass ich mich nicht anders fühle als sonst, wenn ich krank bin. Fühle mich sogar besser. Ein grippaler Infekt ist schlimmer, wie ich und auch andere finden. Die richtige Grippe hatte glücklicherweise noch niemand von uns. Wir sind auch nicht dagegen geimpft.

Seit wir alle täglich grüne Smoothies trinken, fühlen wir uns viel fitter und nicht mehr so müde. In unsere Smoothies geben wir Spinat, frische Brennnessel (wenn möglich), Gänseblümchen, Gerstengraspulver, Chlorella-Tabs, Broccoli, Zitrone, Kiwi, Mango, Maracuja, Banane und Apfel, wobei wir täglich variieren.

Mein persönliches Fazit ist, dass man sich grundsätzlich frisch und gesund ernähren sollte - mit viel Grün - und möglichst keine Fertiggerichte auf den Tisch kommen sollten. Auch würde ich nie auf Natron verzichten.»

Zentrum der Gesundheit: Liebe Julia, herzlichen Dank für deinen Erfahrungsbericht und deine Erlaubnis, ihn hier zu veröffentlichen. Wir wünschen dir und deiner Familie weiterhin gute Besserung!

## Wenn auch Sie einen Erfahrungsbericht teilen möchten

Wenn auch Sie einen Erfahrungsbericht zur Corona-Thematik teilen möchten, senden Sie ihn uns bitte entweder per Mail ([info@zentrum-der-gesundheit.de](mailto:info@zentrum-der-gesundheit.de)) oder über unser [Kontaktformular](#).

Wenn Sie sich für Präventionsmassnahmen in Sachen Corona (und andere Virusinfektionen) interessieren, lesen Sie bitte hier weiter: [Hausmittel mit Anti-Virus-Wirkung](#).

Denken Sie ausserdem immer an Selen, da dieses Spurenelement häufig fehlt, aber für ein leistungsstarkes Immunsystem ausserordentlich wichtig ist.

Und wenn Sie auf der Suche nach einem antiviral wirksamen Desinfektionsmittel sind, lesen Sie bitte hier weiter: [Desinfektionsmittel mit antiviraler Wirkung](#)

## Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker