



Long Covid

**Die stark unterschätzte Krankheit, die es
offiziell nicht geben darf.**

**Schonungslose Aufklärung inkl. die aktuell
effektivsten Behandlungsmethoden.**

ANDRÉ SCHUDEL

LONG COVID

Die stark unterschätzte Krankheit,
die es offiziell nicht geben darf.

Schonungslose Aufklärung inkl. die aktuell
effektivsten Behandlungsmethoden.

ANDRÉ SCHUDEL

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über dnb.dnb.de abrufbar.

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß §44b UrhG („Text und Data Mining“) zu gewinnen, ist untersagt.

2026 Copyright © by André Schudel

Text/Layout: André Schudel

Lektorin: Monika Schudel

Alle Rechte vorbehalten.

Auszüge, auch nur teilweise, sind nicht erlaubt.

Hergestellt mit canva.com

Titelbild: [vwalakte freepik.com](https://vwalakte.freepik.com)

Bilder: freepik.com

André Schudel

5610 Wohlen, Schweiz

Das Buch ist aus dem Living Nature® Schmerzfrei- und Gesundheitsprogramm entstanden.

Weitere Informationen: www.schmerzexperten.ch

Verlag: BoD · Books on Demand GmbH,

Überseering 33, 22297 Hamburg, bod@bod.de

Druck: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hamburg

ISBN: 978-3-6957-4612-5

Inhalt

- 7 - Hinweis**
- 8 - Vorwort**
- 11 - Das Virus, Herkunft, Aussehen**
- 15 - Was sind Spike-Proteine**
- 20 - Was ist Long Covid, Krankheitsbilder, Symptome**
- 22 - Früher gab es schon ähnliche Krankheitsbilder**
- 25 - Long Influenza**
- 27 - Wie sinnvoll war die Maskenpflicht**
- 28 - Wie sicher ist der PCR-Test**
- 29 - Long Covid: Die Krankheit, die nicht ins System der Schulmedizin passt**
- 33 - Die Ursachen**
- 36 - Warum ist die Medizin überfordert**
- 38 - Die emotionale Zerstörung**
- 39 - Wenn die Zahlen schlecht aussehen, schauen Politiker weg**
- 42 - Die jungen Betroffenen: Die Zukunft die verloren geht**
- 43 - Die unsichtbare Epidemie der Existenzvernichtung**
- 45 - Wenn das System überfordert ist, beschuldigt es die Erkrankten**
- 48 - Gesellschaftliches Gaslighting: Wenn niemand die Wahrheit hören will**
- 57 - Covid wütet und überlastet die Krankenhäuser und Arztpraxen**
- 59 - Ärzte erkannten das Muster, mussten jedoch schweigen**
- 64 - Wenn die Impfung die Ursache von Long Covid ist, warum sind dann so viele Nichtgeimpfte erkrankt**
- 67 - Gibt es auch noch andere Gründe, die die Beschwerden und die Krankheit erklären könnten**
- 67 - Covid wird mit Medikamenten behandelt, die viele Nebenwirkungen auslösen können**

- 69 - Mit deinem Immunsystem regulierst du deine Gesundheit
- 74 - Was versteht man unter einem geschwächten Immunsystem
- 78 - Warum Menschen erkranken
- 92 - Was wirklich helfen kann
- 93 - Wie kann man das Spike-Protein unschädlich machen
- 97 - Nicht zu empfehlen
- 98 - Es gibt keine magische Pille
- 99 - Energiemanagement
- 104 - Beste Medizin
- 105 - Was dir hilft Körper, Geist und Immunsystem zu stärken
- 109 - Was ist die beste Ernährung für uns Menschen
- 123 - Lektine
- 126 - Gluten
- 128 - Wie gesund sind Öle
- 133 - Schokolade und andere Süßigkeiten
- 134 - Nährstoffe
- 144 - Entweder bleibst du dabei oder...
- 145 - Schockiert
- 146 - Fragen und Antworten
- 148 - Epilog
- 154 - Persönliche Worte

Hinweis

Dieses Buch ist aus meiner Arbeit in unserer Schmerzpraxis entstanden, die ich mit meiner Frau Monika über 23 Jahre sehr erfolgreich geführt habe.

Die Aussagen sind nicht als Ersatz für eine persönliche und fundierte ärztliche Beratung gedacht. Die LeserInnen sollten bei gesundheitlichen Problemen immer zuerst eine Ärztin, resp. einen Arzt aufsuchen. Medizinische Nachkontrollen sind ebenso wichtig.

Suche weiterhin die Zusammenarbeit mit deiner Ärztin, resp. deinem Arzt.

Obwohl davon ausgegangen wird, dass zur Zeit der Erstellung des Buches alle genannten Informationen und Ratschläge korrekt sind, wird darauf hingewiesen, dass der Autor für mögliche Fehler oder Auslassungen nicht haftbar gemacht werden kann.

Wenn du die genannten Ratschläge umsetzt, geschieht das in deiner eigenen Verantwortung. Eine Garantie für den Erfolg kann nicht übernommen werden. Ebenso ist eine Haftung für Personen- und/oder andere Schäden ausgeschlossen.

Die hier geäußerten Ansichten spiegeln nicht zwangsläufig die Ansichten von Regierungsbehörden, Organisationen des öffentlichen Gesundheitswesens oder Impfstoffherstellern wider. LeserInnen werden ermutigt, die Quellen kritisch zu prüfen und bei gesundheitsbezogenen Entscheidungen verschiedene Perspektiven zu berücksichtigen.

Die Einbeziehung spezifischer Studien, Statistiken oder klinischer Befunde stellt keine Befürwortung einer bestimmten medizinischen Behandlung oder Position dar, sondern soll Gespräche zwischen Einzelpersonen und ihren Gesundheitsdienstleistern unterstützen.

Vorwort

Dein Körper ist ein Wunderwerk der Natur.

Warum?

Er ist in der Lage sich selbst zu heilen, braucht bei Long Covid jedoch deine volle Unterstützung.

Dieses Buch ist nicht entstanden, weil Long Covid ein interessantes Thema ist. Es ist entstanden, weil Schweigen gefährlich geworden ist.

Long Covid hat Millionen Menschen verändert. Nicht schlagartig, nicht laut, nicht spektakulär, sondern langsam, zermürend, leise. So leise, dass man sie ignoriert hat.

Dieses Buch ist für die Menschen, deren Leben plötzlich stillstand, während die Welt weiterlief. Für die, die gesund waren und heute erklären müssen, warum sie es nicht mehr sind. Für die, die gelernt haben, dass Unsichtbarkeit nicht bedeutet, dass nichts passiert.

Long Covid ist keine Randnotiz der Pandemie. Es ist ihr längster Schatten.

Dieses Buch will nichts beschönigen, aber auch keine Angst erzeugen. Es will keine einfachen Antworten liefern, wo es keine gibt. Aber es weigert sich, weiter so zu tun, als wäre alles vorbei. Denn für viele ist nichts vorbei.

Dieses Buch spricht über medizinisches Versagen, über politische Bequemlichkeit und über gesellschaftliche Ungeduld.

Es zeigt, wie Menschen krank werden und wie sie zusätzlich krank gemacht werden, weil man ihnen nicht glaubt. Doch es ist kein Buch der Hoffnungslosigkeit. Es ist ein Buch über Wahrheit.

Und Wahrheit ist der Anfang jeder Veränderung. Denn dort, wo wir hinsehen, können wir nicht mehr wegsehen.

Dort, wo wir zuhören, können wir nicht mehr behaupten, wir hätten nichts gewusst. Und dort, wo wir anerkennen, beginnt etwas, das lange gefehlt hat: Verantwortung.

Dieses Buch ist für alle, die verstehen wollen, was Long Covid wirklich bedeutet:

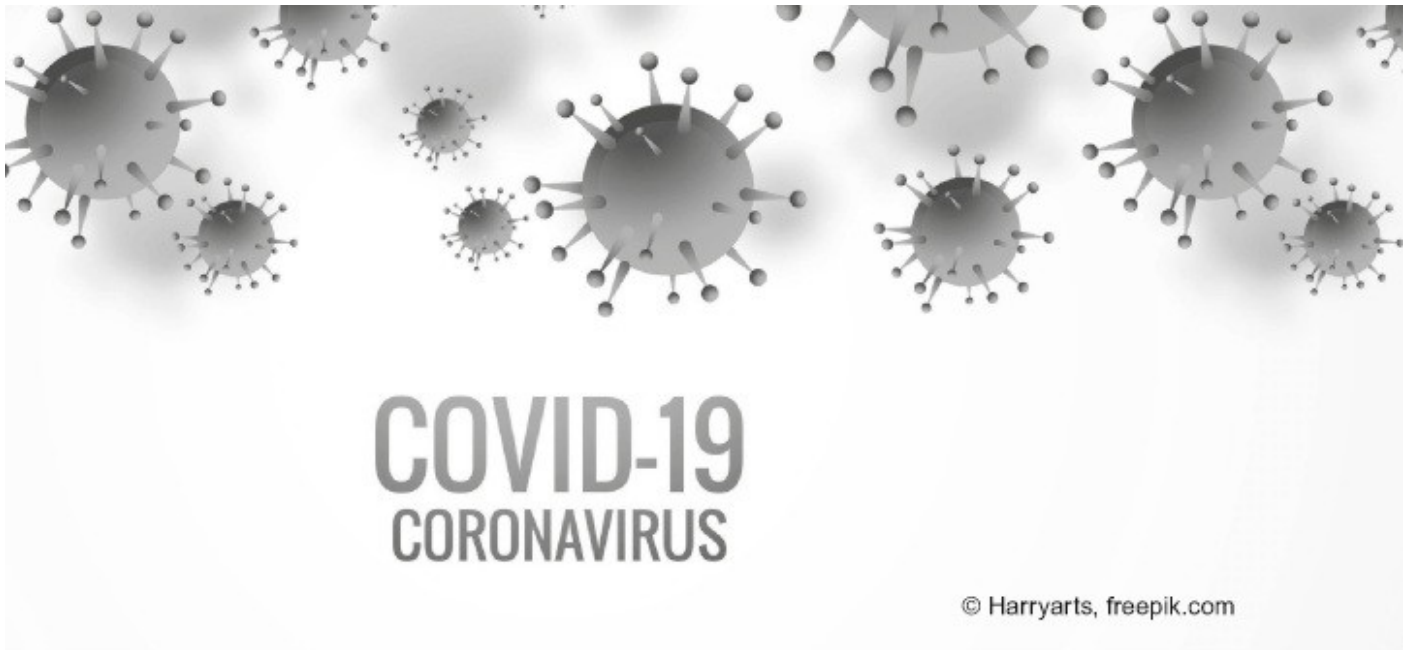
- Für Betroffene.
- Für Angehörige.
- Für Ärztinnen und Ärzte.
- Für Entscheidungsträger.
- Für Menschen, die glauben, dass eine Gesellschaft sich daran messen lassen muss, wie sie mit den Schwächsten umgeht.

Wenn dieses Buch eines erreichen soll, dann dies: Dass niemand nach der letzten Seite noch sagen kann: «Davon habe ich nichts gewusst.» Denn Long Covid ist real. Die Menschen sind real. Und ihr Leid verlangt mehr als Schweigen.

Das Buch enthält klare Lösungsansätze, damit sich dein Körper langsam regenerieren kann. Denn nur dein Körper selbst kann heilen, gib ihm dafür Zeit und vollstes Verständnis.

«Der Arzt ist am besten, der dem Arzt im Patienten selbst die Chance gibt, sich an die Arbeit zu machen.»

Albert Schweitzer



Das Virus

SARS-CoV-2 ist ein Coronavirus, das Ende 2019 erstmals identifiziert wurde und die Erkrankung Covid-19 verursacht. Es wird hauptsächlich über Aerosole und Tröpfchen von Mensch zu Mensch übertragen. Das Virus befällt vor allem die Atemwege, kann aber auch andere Organe beeinflussen. Die Symptome reichen von keinen oder milden Beschwerden (z.B. Husten, Fieber, Müdigkeit) bis zu schweren Verläufen mit Lungenentzündung.

Was ist heute über die Herkunft von SARS-CoV-2 bekannt?

Der Ursprung von SARS-CoV-2 ist bis heute nicht eindeutig geklärt. Es gibt jedoch drei wissenschaftlich diskutierte Hauptthesen:

Erstens: Zoonotischer Ursprung

(Übertragung von Tier auf Mensch)

Die Mehrheit der Virologen hält es für wahrscheinlich, dass das Virus aus dem Tierreich stammt.

Sehr ähnliche Coronaviren wurden bei Fledermäusen gefunden. Vermutlich gab es ein Zwischenwirt-Tier (z.B. Marderhund), über das das Virus auf den Menschen überging.

Viele Infektionen standen in Verbindung mit dem Huanan-Wildtiermarkt in Wuhan (China), wo lebende Tiere verkauft wurden. Diese Art der Entstehung ist auch von SARS-CoV-1 und MERS bekannt.

Zweitens: Laborhypothese (Forschungsunfall)

Eine zweite, kontrovers diskutierte Hypothese ist ein unbeabsichtigter Laborunfall.

In Wuhan gibt es ein Institut, das an Coronaviren forschte.

Obwohl keine der beiden Hypothesen abschliessend bewiesen ist, sieht es doch so aus, dass dieses Virus mit seinem **einzigartigen** Spike-Protein in einem Labor in Wuhan entstanden ist. Wer jedoch dahintersteckt, ist noch unbekannt. Es müssen nicht die Chinesen sein, da Amerikaner auch Laborunternehmen in dieser Gegend betreiben, resp. finanzieren.

Drittens: Schockierende Enthüllung zur Laborhypothese

RFK Jr. - US-Regierung finanzierte Wuhan-Labor über NIH, CIA und USAID!

In einem explosiven Interview bei Fox News enthüllt Robert F. Kennedy Jr.: Die US-Regierung hat über das NIH, die CIA und USAID Forschung im Wuhan-Labor finanziert. Er fordert eine Anklage gegen Dr. Anthony Fauci (der US-Immunologe war Chefberater des Weissen Hauses während der Coronapandemie) und fragt: «Warum hat die Biden-Regierung das nicht getan?» Ein klarer Fall von Vertuschung und Biowaffenforschung?

Wie sieht so ein Corona-Virus aus?

Gute Frage. Lange hatte man nur Computermodelle. Neuere Bilder zeigen das Corona-Virus. Allerdings muss man wissen, wie diese Bilder entstanden sind: Die meisten 'echten' Virusbilder stammen aus der Elektronenmikroskopie, da Corona-Viren extrem klein sind (etwa 80-120 Nanometer Durchmesser).

Diese Bilder sind schwarz-weiss, weil Elektronenmikroskope keine Farben erfassen können.

Die abgebildeten Viren werden nachträglich eingefärbt, damit sie besser sichtbar werden.

Beispiele und Quellen

Auf der Website des 'National Institute of Allergy and Infectious Diseases (NIAID)' findet sich z.B. eine Abbildung: Diese raster-elektronenmikroskopische Aufnahme zeigt SARS-CoV-2 (runde blaue Objekte), das aus der Oberfläche von im Labor kultivierten Zellen austritt. Das Virus wurde in den USA von einem Patienten isoliert.

<https://www.niaid.nih.gov/diseases-conditions/coronaviruses>

In einer wissenschaftlichen Arbeit mit Transmission-Elektronenmikroskopie (TEM) wurden rund 900 TEM-Bilder verschiedener SARS-CoV-2-Varianten aufgenommen.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11618623>

Eine Übersicht erklärt: Die Aufnahme eines Transmissionselektronenmikroskops zeigt SARS-CoV-2. Viruspartikel treten aus der Oberfläche von im Labor kultivierten Zellen hervor. Die stachelartigen Ausstülpungen am äusseren Rand der Viruspartikel geben den Coronaviren ihren Namen, sie ähneln einer Krone.

<https://www.nih.gov/news-events/nih-research-matters/novel-coronavirus-structure-reveals-targets-vaccines-treatments>

Wichtige Hinweise zur Interpretation

Auch wenn die Bilder 'real' sind: Viele sind nachträglich eingefärbt, damit man Strukturen besser erkennen kann (z.B. die Virus-hülle, Spikes). Im Original sind sie meist schwarz-weiss.

Die Grösse ist extrem klein: Viren dieser Art haben im Durchmesser typischerweise rund 80-120 nm (Nanometer) bzw. rund 0,08-0,12 µm.

Bei der Interpretation muss man vorsichtig sein: Manche Strukturen in TEM/SEM-Bildern können irritierend wirken oder falsch interpretiert sein. Beispielsweise sind manche Subzellenstrukturen ähnlich in Form wie Viruspartikel.

Ein Bericht warnt: Vorsicht bei der Identifizierung von Corona-Viren mittels Elektronenmikroskopie.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7461671>

Was heisst das?

In der Medizin ist nichts sicher, alles muss hinterfragt werden. Welche Bilder sind echt, welche sind unecht? Gibt es überhaupt echte Bilder? Wissenschaftliche Arbeiten werden in der Regel von Interessenten bezahlt und oft umgehend widerlegt. Schlussendlich weiss niemand was tatsächlich wahr ist. Warum? Weil niemand die Wahrheit wissen will. Es geht rein um Interessen, nicht um Gesundheit. Cui bono = Wem nützt es? Wer hat einen Vorteil?

Sicher ist nur, dass ein Virus, ein Bakterium oder sonst etwas vorhanden war und/oder immer noch da ist, so dass Menschen krank werden.

Was sind Spike-Proteine?

Das Spike-Protein ist ein Strukturbaustein auf der Oberfläche des SARS-CoV-2-Virus. Es spielt eine Schlüsselrolle dabei, dem Virus die Infektion menschlicher Zellen zu ermöglichen.

Neben einer natürlichen Infektion wird das Spike-Protein auch nach der Verabreichung von mRNA-basierten Covid-19-Impfstoffen vom Körper produziert. Diese Impfstoffe enthalten genetische Anweisungen (mRNA), die in Lipid-Nanopartikel verpackt sind und menschliche Zellen anweisen, Spike-Proteine herzustellen.

Forschungsergebnisse zeigen, dass das Spike-Protein selbst, unabhängig vom gesamten Virus, schwerwiegende Nebenwirkungen verursachen kann, darunter Blutgerinnsel und Herzmuskelentzündung (Myokarditis).

Quelle: Wucher, N., Sass, E. (2024). SARS-CoV-2-Spike-Protein-Pathogenitätsforschungssammlung. Zenodo.
<https://zenodo.org/records/14559644>

Worin unterscheidet sich das Spike-Protein von dem eines Virus?

Das Spike-Protein ist Bestandteil des SARS-CoV-2-Virus, nicht des gesamten Virus. Forschungsergebnisse deuten jedoch darauf hin, dass das Spike-Protein allein hochgiftig ist und auch ohne das Vorhandensein des vollständigen Virus Schäden verursachen kann.

Wie gelangt das Spike-Protein in die Körperzellen?

Das Spike-Protein bindet sich an ein Molekül auf menschlichen Zellen, den sogenannten ACE2-Rezeptor, der wie eine Art Tür fungiert. Sobald das Spike-Protein anhaftet, ermöglicht es dem

Virus oder dem Spike-Protein selbst in die Zelle einzudringen und Schaden anzurichten.

Quelle: Jackson, CB, Farzan, M., Chen, B. & Choe, H. (2022). Mechanismen des Eintritts von SARS-CoV-2 in Zellen. *Nature Reviews Molecular Cell Biology*, 23(1), 3–20. <https://doi.org/10.1038/s41580-021-00418-x>

Die Rolle der ACE2-Rezeptoren bei Covid und der Covid-19-Impfung

ACE2-Rezeptoren dienen als Eintrittspforte - oder 'Tor' - für das SARS-CoV-2-Virus und das Spike-Protein, um in menschliche Zellen einzudringen. Diese Rezeptoren sind nicht auf einen bestimmten Bereich beschränkt, sondern im gesamten Körper weit verbreitet.

Sie sind besonders in lebenswichtigen Organen und Geweben konzentriert, darunter Lunge, Herz, Nieren, Magen-Darm-Trakt und in der Auskleidung der Blutgefäße.

Wenn sich das Spike-Protein an diese Rezeptoren bindet und in die Zellen eindringt, kann es eine Kaskade schädlicher Effekte auslösen, darunter Entzündungen, Blutgerinnungsstörung, Gewebeschäden und Störungen der normalen Organfunktion.

Quelle: Shirbhate, E., Pandey, J., Patel, VK, Kamal, M., Jawaid, T., Gorain, B., Kesharwani, P., & Rajak, H. (2021). Die Rolle des ACE-2-Rezeptors in der Pathogenese der COVID-19-Erkrankung verstehen: ein potenzieller Ansatz für therapeutische Interventionen. *Pharmakologische Berichte: PR*, 73(6), 1539–1550. <https://doi.org/10.1007/s43440-021-00303-6>

Diese weite Verbreitung von ACE2-Rezeptoren erklärt, warum durch Spike-Proteine verursachte Schäden mehrere Organsysteme betreffen und zu einer breiten Palette von Symptomen führen können.

Warum sind manche Menschen anfälliger für schwere Krankheitsverläufe?

Mehrere Faktoren beeinflussen das Risiko einer Person, nach einer Infektion oder Covid-19-Impfung schwer zu erkranken, darunter:

- Alter (ältere Erwachsene haben ein höheres Risiko).
- Allgemeiner Gesundheitszustand.
- Schwaches Immunsystem.
- Vorerkrankungen wie Diabetes, Herzkrankheiten, Fettleibigkeit und Autoimmunerkrankungen.
- Umwelteinflüsse.

Quelle: Mayo Clinic Staff. (17. Februar 2023). COVID-19: Wer hat ein höheres Risiko für schwere Symptome? Mayo Clinic.

<https://newsnetwork.mayoclinic.org/discussion/covid-19-whos-at-higher-risk-of-serious-symptoms/>

Spike-Protein aus dem Labor vs. Spike-Protein aus Impfstoffen

Das Spike-Protein auf der äusseren Hülle des SARS-CoV-2-Virus weist eine einzigartige Eigenschaft auf, **die bei natürlich vorkommenden Viren bisher nicht beobachtet wurde.**

Diese Eigenschaft wird als polybasische Furin-Spaltstelle, auch multibasische Spaltstelle (MBS) bezeichnet.

Das Vorhandensein dieses Merkmals lässt stark darauf schließen, dass das Spike-Protein von SARS-CoV-2 **im Labor erzeugt wurde und nicht natürlichen Ursprungs ist.**

Im Gegensatz dazu besass das frühere SARS-CoV-1-Virus, das von 2002 bis 2004 einen Ausbruch verursachte, diese Spaltstelle nicht.

Das Spike-Protein, das der menschliche Körper nach der mRNA-Injektion produziert, ist fast, aber nicht exakt, identisch mit dem Spike-Protein des Virus.

Über 320 Fachleute haben inzwischen bestätigt, wie schädlich das Spike-Protein für den menschlichen Körper sein kann. Diese Studien sind in der folgenden umfassenden Referenz zusammengefasst: Forschung zur Pathogenität des SARS-CoV-2-Spike-Proteins Sammlung (Zenodo).

Diese zunehmende Beweislage unterstreicht die Rolle des Spike-Proteins bei der Schädigung des Herz-Kreislauf-, des neurologischen, des Atmungs- und des Immunsystems, sowohl nach einer Infektion als auch nach einer mRNA-Impfung.

Worin unterscheiden sich Impfungen von einer natürlichen Infektion?

Sowohl eine Impfung als auch natürliche Infektion lösen eine Immunreaktion aus, es gibt jedoch wichtige Unterschiede:

- Eine natürliche Immunität tritt nach der Genesung von Covid-19 ein.
- Die durch die Impfung hervorgerufene Immunität wird als Reaktion erzeugt.
- Eine Hybridimmunität tritt bei Personen auf, die sowohl das Virus hatten als auch den Impfstoff erhalten haben, entweder vor oder während der Infektion oder nach der Impfung.

Natürliche Immunität

Studien haben gezeigt, dass die natürliche Immunität vor einer erneuten Infektion schützt und den Schweregrad der Erkrankung bei einer erneuten Infektion verringert. Schützende Antikörper und Gedächtnis-B-Zellen bleiben nach einer Infektion nachweislich 12 bis 18 Monate lang bestehen.

Eine Studie berichtete sogar von einem 95%igen Schutz vor einer erneuten Infektion nach 20 Monaten.

Impfschäden

Impfschäden im Zusammenhang mit Covid-19 variieren stark in Schweregrad und betroffenen Organsystemen. Die Reaktionen reichen von leichten, kurzfristigen Symptomen bis hin zu schweren und lang anhaltenden Beschwerden.

WAS IST LONG COVID?



© katemangostar, freepik.com

Long Covid (auch Post-Covid-Syndrom) bezeichnet langanhaltende oder neu auftretende Beschwerden, die Wochen oder Monate nach einer Covid-19-Infektion bestehen bleiben, auch nach mildem Verlauf.

Long Covid ist eine Wahrheit, die weh tut.

Eine Krankheit, die Leben zerreisst, Träume stoppt
und Menschen unsichtbar macht.

Doch dieses Buch gibt ihnen ihre Stimme zurück.

Es zeigt die Härte der Realität,
die Lücken der Medizin,
das Schweigen der Politik,
die Einsamkeit der Betroffenen.

Aber es zeigt auch etwas anderes:
Mut.

Widerstandskraft.
Die Kraft, weiterzumachen,
obwohl der Körper stehenbleibt.

Dieses Buch öffnet die Augen für das,
was eine Gesellschaft lieber verdrängt.

Und es erinnert daran, dass Veränderung
immer dort beginnt,
wo Wahrheit ausgesprochen wird.

Long Covid hat viel genommen.
Doch es hat auch etwas offenbart:
Die Stärke derer, die trotz allem nicht aufgeben.

Wer dieses Buch liest, wird erkennen:
Die Realität ist hart.
Aber Hoffnung entsteht dort,
wo wir endlich hinsehen.

