
Herpes simplex und L-Lysin

Für die Abwehr von Virusinfektionen (v.a. Herpes simplex) benötigt der Körper ein ausgewogenes Verhältnis zwischen L-Lysin und seinem Antagonisten L-Arginin. Denn Herpesviren benötigen für die Replikation unter anderem die Aminosäure L-Arginin.

Für Patienten die unter persistierenden Herpesvirus-Infektionen leiden, empfiehlt es sich daher argininreiche Lebensmittel zu meiden (z.B. Schokolade, Erdnüsse, Sojabohnen, Haselnüsse, Garnelen, Lammfleisch, Hühnerfleisch, Thunfisch, Weizenkeime und Haferflocken).

Bei bestehender Herpes-Virus-Infektion ist daher die Einnahme von 1.800 mg L-Lysin täglich zu empfehlen, beginnend von den ersten Symptomen, wie z.B. Lippenbrennen bis zum Abheilen.

L-Lysin ist eine Aminosäure, die vom Körper selbst nicht gebildet werden kann, sondern über die Nahrung zugeführt werden muss.

Mehr zum Thema: Thust T., Aminosäuren & Co – Bausteine des Lebens, Eigenverlag 2015.

Stichworte: Herpes simplex, Virusinfektion, Aminosäure, L-Lysin

Kontakt

HP Thomas M. Thust

Heilpraktiker und Mitglied des Fachsenats des FORUM VIA SANITAS

Mozartstraße 13, 80336 München, Deutschland

Tel.: +49 (0) 89 / 538 197 97

Fax: +49 (0) 89 / 538 197 99

E-Mail: info@thomas-thust.de

Website: <http://www.praxis-thust.de/>

Hinweis: Dieser Praxistipp repräsentiert die Meinung und Praxiserfahrung des Autors und ersetzt keinesfalls eine ordnungsgemäße Diagnose bzw. Behandlung unter Berücksichtigung der Besonderheiten des Einzelfalls.