



Samstag, 14. März 2020, 15:57 Uhr  
~5 Minuten Lesezeit

# Das Angst-Virus

Dr. Rüdiger Dahlke klärt im Rubikon-Gespräch über den bestmöglichen Schutz vor dem Coronavirus auf.

von Elisa Gratias  
Foto: [ffikretow@hotmail.com](mailto:ffikretow@hotmail.com)/Shutterstock.com

*Die Medien erzeugen vorsätzlich Angst in der Bevölkerung anstatt darüber zu sprechen, wie jeder seine Immunabwehr stärken kann. In einem Video-Interview mit Jens Lehrich klärt Dr. Rüdiger Dahlke über den bestmöglichen Umgang mit Medienhysterie und den Coronavirus-Maßnahmen der Politik auf.*

**Nur wenig schwächt die menschlichen Abwehrkräfte so sehr wie Angst. Also warum fördern die Leitmedien genau diese mit ihrer**

Berichterstattung? Jeden Tag werden die Neuinfizierten dazu gerechnet, während nicht erwähnt wird, dass in China inzwischen viel mehr Menschen gesunden als sich neu infizieren.

Dr. Rüdiger Dahlke ist empört, dass Politiker wie Gesundheitsminister Jens Spahn sogar die Pneumokokken-Impfung für Über-60-Jährige empfehlen. Das sei völlig absurd, da es sich um Bakterien handele, und sogar kontraproduktiv, da Impfungen das Immunsystem zunächst schwächen. So würden diese Menschen ausgerechnet in der Zeit, in der das Virus im Umlauf ist, noch anfälliger für eine Ansteckung gemacht.

Dahlke betont, dass die Sterblichkeitsrate des neuen Coronavirus im Promille-Bereich liegt. Laut Robert Koch-Institut, RKI, seien auch dieses Jahr schon über 160 Menschen an „normaler“ Virusgrippe gestorben, was im Vergleich zu anderen Zeiten eher Wenige seien.

2017 und 2018 waren es nach Schätzungen des RKI rund 25.000 Tote durch die Grippe – und die Medien machten keine Pandemie-Panik daraus. Laut Dahlke lag das wohl daran, dass die Menschen nach Inszenierung der Vogel- und der Schweinegrippe noch nicht reif für eine erneute Alarmwelle waren und das Spiel der Pharmaindustrie mit unserer Angst sonst offensichtlich geworden wäre.

Worum also geht es bei der Berichterstattung über das neue Coronavirus, wenn nicht um Angstmache zugunsten neuer Pharmaprofite?

So überrascht es nicht, dass bereits jetzt „Heilmittel“ gegen das Virus angekündigt werden (1):

*„Fachleute rechnen fest damit, dass die ersten Medikamente dann bald verfügbar sind. Zum Beispiel sagte Lothar Wieler, Präsident des Robert Koch-Instituts: ‚Wir sind optimistisch, dass in den nächsten Wochen solche Medikamente dann auch in Deutschland eingesetzt*

werden“.

Dahlke ist Arzt und sehr dankbar für die Schulmedizin, da sie im reparativen Bereich einfach unverzichtbar sei. Gleichzeitig lässt sich heute sehr viel mit Angstmache durchsetzen. So wird Menschen mit den schlimmsten Folgen gedroht, wenn sie nicht regelmäßig zur Vorsorge gehen. Dahlke sagt:

„Wenn ein Arzt nur auf Angstmache setzt, würde ich sofort wechseln. Es ist nicht die ärztliche Aufgabe, Dinge mit Angst durchzusetzen.“

Laut Dahlke besteht die ärztliche Pflicht darin, Ängste zu lösen und nicht zu verbreiten.

***Dass die Panikerzeugung durch die Mainstream-Medien und die Politik leider bei vielen Menschen funktioniert, wird deutlich, wenn Menschen Hamsterkäufe tätigen, sich Gesichtsmasken aufsetzen und sich am Ende, wenn endlich ein Impfstoff erfunden – oder beliebig empfohlen – wird, sogar impfen lassen, weil sie Angst haben und das befolgen, was eine vermeintliche Vertrauensperson ihnen sagt.***

Genau dieses Verhalten – das Tragen von Gesichtsmasken oder leere Supermarktregale zum Beispiel – verstärkt wiederum die Angst in der Gesellschaft, da es kommuniziert, dass eine Gefahr besteht, während es zugleich wenig nützt.

Die für die Bevölkerung wichtigste Frage wird von den Leitmedien und Politikern überhaupt nicht thematisiert:

*Wie können wir unser Immunsystem stärken und uns dadurch vor der Pandemie schützen?*

Allein diese Tatsache reicht aus, um den Verdacht, der tief in den

meisten Menschen schlummert, zu bestätigen: Es geht hier (wieder einmal) gar nicht um den Schutz der Bevölkerung und unser aller Wohl.

Trotz zahlreicher Studien erreichen uns kaum die Informationen, die für unsere Gesundheit tatsächlich interessant wären. Informationen über die Möglichkeiten, die eigene Immunabwehr zu stärken, die kostenlos und somit für die Pharmaindustrie nicht relevant sind: Fasten, Naturheilkunde, Bewegung, Aufenthalte in der Natur, die Vermeidung von Stress und Angst.

Umgekehrt ist es auch wichtig zu beachten, dass umso mehr Angst und Panik ausbrechen auch die Infektionsgefahr durch solch ein Virus steigt. Von daher kann jeder einzelne aktiv einen Beitrag leisten, indem er lernt, mit der eigenen Angst umzugehen und nicht zur Verbreitung der Panik beizutragen.

Deshalb lautet die zweite wichtige Frage in Bezug auf die neue Corona-Pandemie:

*Wie gelingt es uns, aus dieser Angst herauszukommen?*

Dahlke rät, der Angst Raum zu geben. Sich ihr jeden Tag eine gewisse Zeit lang ganz bewusst zuzuwenden, um festzustellen, dass die Angst so nach und nach nicht mehr auftaucht. Wenn wir sie wegdrücken und vor ihr flüchten, wird sie größer. Doch halten wir inne und schauen wir ihr in die Augen, stellen wir fest, dass sie kleiner wird und verschwindet.

***Respekt und sachliche Informationen wären das, was wir für den Umgang mit dem neuen Coronavirus brauchen. Stattdessen wird uns jedoch Angst serviert und unsere Freiheit eingeschränkt.***

Alle zuvor genannten Möglichkeiten, die einzelne Menschen zu

ihrem eigenen Schutz umsetzen können und die durch zahlreiche schulmedizinische Studien belegt sind, werden nirgends erwähnt. Wir können selbst die Verantwortung für unsere Gesundheit übernehmen und auf unsere Ängste achten, um nicht unbewusst Teil dieser Panikmache zu werden.

Rüdiger Dahlke ist 69 Jahre alt und strahlt Gesundheit, Lebensfreude und Zuversicht aus. Wem können wir mehr Vertrauen schenken, wenn es um unsere Gesundheit geht? Einem Gesundheitsminister, der mit der Pharmaindustrie verbündet ist, oder einem Arzt, der auch für alternative Heilmethoden offen ist, und das lebendige Beispiel für die Wirkung der von ihm empfohlenen Lebensweise verkörpert?

Lassen wir uns nicht verrückt machen und wieder einmal gegen unsere eigenen Interessen manipulieren und einschüchtern. Engagieren wir uns für ein starkes Immunsystem und einen starken Gegenwind zur Konzernpresse und -politik.

---

**Video** (<https://www.youtube-nocookie.com/embed/BGjh7DDzuZA>)

<https://www.rubikon.news/spenden>

---

### Quellen und Anmerkungen:

(1) Spektrum.de, „[Die Coronavirus-Medikamente kommen](https://www.spektrum.de/news/die-coronavirus-medikamente-kommen/1710678?utm_source=pocket-newtab)“ ([https://www.spektrum.de/news/die-coronavirus-medikamente-kommen/1710678?utm\\_source=pocket-newtab](https://www.spektrum.de/news/die-coronavirus-medikamente-kommen/1710678?utm_source=pocket-newtab)), letzter Aufruf 13.03.2020

Dieser Artikel erschien bereits auf [www.rubikon.news](http://www.rubikon.news).

---



**Elisa Gratias**, Jahrgang 1983, studierte Übersetzen und Journalismus. 2005 wanderte sie nach Frankreich aus. 2014 zog sie nach Mallorca und arbeitet dort seitdem als freiberufliche Autorin, Übersetzerin und Künstlerin. Von 2018 bis 2023 leitete sie als freie Mitarbeiterin die Rubikon-Mutmach-Redaktion. Zum Thema Glück, Erfüllung und Gesellschaft schreibt sie auf ihrem Blog [flohbaier.com](http://www.flohbaier.com) (<http://www.flohbaier.com>). Ihre Kunst zeigt sie auf [elisagratiass.com](https://elisagratiass.com/) (<https://elisagratiass.com/>).

Dieses Werk ist unter einer **Creative Commons-Lizenz (Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International** (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>)) lizenziert. Unter Einhaltung der Lizenzbedingungen dürfen Sie es verbreiten und vervielfältigen.