

--- Auszug / Kurzfassung ---

Die einfache Aufhebung von Impfvorschriften ohne optimale Ernährungssimmunität könnte der MAHA-Bewegung mehr schaden als nützen

Von Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D., Chefredakteur

(OMNS, 22. September 2025)

Die kürzlich erfolgte Aufhebung der Impfvorschriften für Schulen in Florida hat die Nation polarisiert. Aus Sicht der orthomolekularen Medizin (OM) ist die **Aufhebung der Impfpflicht der richtige Schritt in Richtung Freiheit und medizinischer Wahlfreiheit**. Aber Freiheit ohne Grundlage ist fragil. Um wirklich erfolgreich zu sein, muss die Aufhebung der Impfpflicht mit dem Aufbau einer **starken Ernährungssimmunität** einhergehen. Andernfalls riskieren wir nicht nur gesundheitliche Rückschläge, sondern auch die Untergrabung der Glaubwürdigkeit und Dynamik der MAHA-Bewegung.

MAHA stellt eine historische Chance dar: die Gesundheit vom pharmazeutischen Establishment zurückzugewinnen und sie den Menschen zurückzugeben. Wenn die Bewegung jedoch nur als „Impfgegner“ wahrgenommen wird, riskiert sie eine öffentliche Gegenreaktion und könnte den Medien und der medizinischen Industrie ihre Lieblingsschlagzeile liefern: **„MAHA gefährdet Leben.“** Dies würde die Reform diskreditieren und die Dynamik für Jahrzehnte zum Erliegen bringen.

Die orthomolekulare Medizin betont seit langem die wahre Grundlage der Gesundheit: biochemische Suffizienz (*ausreichende biochemische Versorgung*).

- **Vitamin D** – unerlässlich für die Immunregulation; Mangel ist in den USA weit verbreitet.
- **Vitamin C** – das wichtigste Antioxidans; entscheidend für die Abwehr von Infektionen bei einer Einnahme im Grammbereich.
- **Zink und Selen** – Spurenelemente, die für die antivirale Immunität unerlässlich sind.
- **Magnesium und Omega-3-Fettsäuren** – unerlässlich für die Entzündungskontrolle und das Immungleichgewicht.
- **Ernährung** – eine kohlenhydratarme, nährstoffreiche Ernährung stabilisiert den Stoffwechsel und stärkt die Abwehrkräfte des Körpers.
- **Vermeidung von stark verarbeiteten Lebensmitteln** – raffinierte Kohlenhydrate, industrielle Samenöle und Zusatzstoffe schwächen das Immunsystem, fördern chronische Entzündungen und beschleunigen die Schwächung des Stoffwechsels.

Ohne diese „Ernährungssimmunität“ ist Amerika wie eine Armee ohne Rüstung – verwundbar, unabhängig von der Impfpolitik.

Die eigentliche Wahl ist nicht zwischen Impfpflicht und keiner Impfpflicht. Die eigentliche Wahl ist zwischen **Fragilität und Widerstandsfähigkeit**.

Die Aufhebung von Zwängen ist ein Sieg für die Freiheit – aber um Gesundheit und Glaubwürdigkeit zu sichern, muss MAHA auch eine Revolution in der Ernährungssimmunität anführen. Mit optimaler Ernährung, Stoffwechselgesundheit und echter Prävention kann MAHA zu einer transformativen Kraft im amerikanischen Gesundheitswesen werden.

„Make America Healthy Again“ muss mehr bedeuten als nur die Ablehnung von Zwang. Es muss bedeuten, Stärke von innen heraus aufzubauen. Um wirklich erfolgreich zu sein, muss MAHA auch bedeuten: „Make America Nutritious Again“ (Macht Amerika wieder nahrhaft).