

ZUR SOFORTIGEN FREIGABE

Orthomolekularer Medizinischer Informationsdienst, 22. September 2025

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

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

Die kürzlich erfolgte Aufhebung der Impfvorschriften für Schulen in Florida hat die Nation polarisiert. Für einige ist dies ein lang ersehnter Sieg für die persönliche Freiheit. Für andere ist es ein leichtsinniges Glücksspiel, das Epidemien vermeidbarer Krankheiten auslösen wird.

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 Ernährungsimpunität** einhergehen. Andernfalls riskieren wir nicht nur gesundheitliche Rückschläge, sondern auch die Untergrabung der Glaubwürdigkeit und Dynamik der MAHA-Bewegung (Make America Healthy Again, *Macht Amerika wieder gesund*).

Das Versprechen von MAHA – und seine Verantwortung

MAHA stellt eine historische Chance dar: die Gesundheit vom pharmazeutischen Establishment zurückzugewinnen und sie den Menschen zurückzugeben. Die Ablehnung von Zwangsmaßnahmen bekräftigt, dass Gesundheitsentscheidungen bei jedem Einzelnen und Familien liegen, nicht bei Bürokraten.

Wenn die Bewegung jedoch nur als „Impfgegner“ wahrgenommen wird, riskiert sie eine öffentliche Gegenreaktion. Ausbrüche von Masern, Keuchhusten oder anderen Krankheiten in unterernährten, immunschwachen Bevölkerungsgruppen würden 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.

Ernährungsimpunität: Der stärkere Schutzschild

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 Impunität 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 „Ernährungsimmunität“ ist Amerika wie eine Armee ohne Rüstung – verwundbar, unabhängig von der Impfpolitik.

Freiheit + Ernährungsimmunität = Widerstandsfähigkeit

Die Aufhebung der Impfpflicht ist ein notwendiger Schritt zur Wiederherstellung der Freiheit. Aber wahre Freiheit ist nicht nur die Abwesenheit von Zwang – sie ist die Anwesenheit von Widerstandsfähigkeit.

- **Kinder und ältere Menschen** sind am sichersten, wenn sowohl die Impfpflicht beendet **als auch** Ernährungsimmunität aufgebaut wird.
 - **Ärmere Gemeinden** profitieren am meisten von Programmen zur ausreichenden Nährstoffversorgung, die das Krankheitsrisiko senken.
 - **Das Establishment verliert an Macht**, wenn MAHA als visionär und wissenschaftlich fundiert und nicht als rücksichtslos dargestellt wird.
-

Der orthomolekulare Weg in die Zukunft

Damit MAHA erfolgreich sein kann, muss es sich für **Freiheit und Widerstandsfähigkeit** einsetzen:

1. **Beendigung von Zwang** – Aufhebung von Impfpflichten und Schutz der medizinischen Freiheit als Grundrecht.
 2. **Einführung eines nationalen Programms zur Ernährungsimmunität** – Sicherstellung des Zugangs zu Vitamin D, Vitamin C, Zink und Aufklärung über Nährstoffe in Schulen, am Arbeitsplatz und in Pflegeheimen.
 3. **Messen, was wichtig ist** – Verfolgung des Vitamin-D-Spiegels der Bevölkerung, der ausreichenden Nährstoffversorgung und der Verringerung chronischer Krankheiten, nicht nur der Impfstoffaufnahme.
 4. **Aufrechterhaltung von Schutzmaßnahmen** – Freiwillige Impfungen bleiben zugänglich, während die Gemeinden durch Ernährung und einen gesunden Lebensstil gestärkt werden.
-

Fazit

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 Ernährungsimmunität 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).

Über den Autor

Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D. – *Chefredakteur, Orthomolecular Medicine News Service*

Dr. Cheng ist ein in den USA ansässiger, vom NIH ausgebildeter und staatlich geprüfter Arzt, der sich auf integrative Krebstherapie, orthomolekulare Medizin, funktionelle Medizin und Anti-Aging-Medizin spezialisiert hat. Er ist sowohl in den Vereinigten Staaten als auch in China tätig.

Als Mitglied der American Academy of Anti-Aging Medicine und Mitglied der Hall of Fame der International Society for Orthomolecular Medicine ist Dr. Cheng ein führender Verfechter von ernährungsbasierten Gesundheitsstrategien, die an den Ursachen ansetzen. Er ist außerdem als Fachgutachter für das South Carolina Board of Medical Examiners tätig und Mitbegründer der China Low Carb Medicine Alliance und der Society of International Metabolic Oncology.

Dr. Cheng bietet **Online-Beratungsdienste für integrative orthomolekulare Medizin** an.



Verfolgen Sie seine neuesten Erkenntnisse auf Substack: <https://substack.com/@rzchengmd>

Orthomolekulare Medizin

Orthomolekulare Medizin setzt eine sichere und wirksame Ernährungstherapie zur Bekämpfung von Krankheiten ein. Für weitere Informationen: <http://www.orthomolecular.org>

Der von Experten begutachtete Orthomolecular Medicine News Service ist eine gemeinnützige und nicht-kommerzielle Informationsquelle.

Redaktioneller Prüfungsausschuss:

Bitte sehen Sie am Ende der [engl. Originalversion](#) nach !

(übersetzt mit DeepL.com, v21n58, GD)