

Waarschuw je vrienden en familie: Dit nieuwe vaccin is gevaarlijk!

Geplaatst door: [Dr. Mercola](#) | 17 Oktober 2011

Door Dr. Mercola (Vertaling: Frank Bleeker)



"[Fluzone High-Dose](#)" is een nieuw griepvaccin, geproduceerd door Sanofi Pasteur. Het nieuwe vaccin is ontwikkeld voor senioren van 65 jaar en ouder.

De Amerikaanse CDC (Centers for Disease Control and Prevention) waren er heel snel bij om te verzekeren dat Fluzone net zo veilig is als de reguliere seizoensgriep vaccins. Als je echter de toelichting leest op de website van de CDC dan zul je je al snel realiseren dat Fluzone toch niet zo veilig zou kunnen zijn als wordt gesteld...

Fluzone blijkt heel wat meer bijwerkingen te veroorzaken, inclusief koorts!

[Dit zegt de CDC:](#)

'Het veiligheidsprofiel van het Fluzone High-Dose vaccin is gelijk aan dat van de 'normale' griepvaccins, alhoewel er vaker bijwerkingen (die ook gemeld worden na de 'normale' griepvaccins) gemeld werden na vaccinatie met Fluzone High-Dose.

De meest voorkomende bijwerkingen die werden waargenomen tijdens klinische studies waren mild en tijdelijk en omvatten onder andere pijn, roodheid en zwelling op de plaats van de injectie en hoofdpijn, spierpijn, koorts en aan algemeen gevoel van onbehagen.

Waarom krijgen senioren een hogere dosis vaccin?

Een van de voornaamste verschillen tussen het 'gewone' Fluzone vaccin en het Fluzone High-Dose vaccin voor senioren is, dat het laatste *vier keer zoveel microbieel antigeen* – de in het laboratorium veranderde griepvirussen – bevat, dat je lichaam aanspoort om antilichamen aan te maken tegen de drie verschillende griepstammen die in het vaccin aanwezig zijn.

Het idee hierachter is, dat senioren meer antigenen nodig hebben om de verlangde immuun respons te veroorzaken, omdat recente studies hebben aangetoond dat het griepvaccin bij ouderen maar een zwakke immuun respons veroorzaken. In wezen hebben zij zich gerealiseerd dat het griepvaccin bij ouderen niet werkt en denken zij dat door een grotere dosis het trucje wel werkt!

Wanneer je echter [de bijsluiter leest](#) zal deze je duidelijk melden dat er geen enkel bewijs is dat deze theorie ondersteunt... Deze stelt:

'Gegevens uit klinische tests, waarbij Fluzone wordt vergeleken met Fluzone High-Dose bij personen van 65 jaar of ouder wijzen uit dat een sterkere immuun respons (dat wil zeggen: hogere hoeveelheden antilichamen) optreden na vaccinatie met Fluzone High-Dose. Of de verbeterde immuun response leidt tot een betere bescherming tegen influenza in vergelijking met Fluzone na vaccinatie is nog niet bekend. Een voortgezette studie die opgezet is om de effectiviteit van Fluzone High-Dose bij het voorkomen van ziekte als gevolg van influenza, in vergelijking met Fluzone, wordt verwacht in 2014-2015 afgerond te zijn.

Wat dit betekent is, dat senioren die gedurende de komende vier jaar deze veel sterkere dosis griepvaccin ontvangen, deelnemen aan een ongecontroleerd experiment. Er wordt al toegegeven dat niemand weet of het senioren werkelijk beschermt tegen het krijgen van de griep!

Hoge dosis griepvaccin geeft hogere aantallen ernstige bijwerkingen

Volgens de veiligheidsstudies van de producent resulteert, in vergelijking met het gewone Fluzone vaccin, de Hoge Dosis versie niet alleen in vaker voorkomende 'gewone' bijwerkingen, het veroorzaakte ook enigszins verhoogde aantallen ernstige bijwerkingen.

Een totaal van 6,1 procent van de senioren die geïnjecteerd werden met het 'gewone' Fluzone vaccin ondervond een ernstige bijwerking, vergeleken met 7,4 procent van hen die de Hoge Dosis versie kreeg toegediend. [Volgens de bijsluiter](#) bestonden deze gemelde ernstige bijwerkingen gedurende het gebruik na toelating onder andere:

<u>Thrombocytopenie</u> (abnormaal laag aantal bloedplaatjes, dat kan leiden tot ernstige bloedingen)	<u>Guillain-Barre syndroom</u>	<u>Myelitis</u> (Ruggenmerg ontsteking)	<u>Optische neuritis</u> (Ontsteking van de oogzenuw)
Lymphadenopathie (vergroete lymfklieren)	<u>Facialisparese (Bell's palsy)</u>	<u>Paresthesie</u> (Gevoelloosheid / tinteling van de huid)	Jeukende huid
Anafylaxie (levensbedreigende allergische reactie van het gehele lichaam)	<u>Stevens-Johnson syndroom</u>	<u>Vasculitis</u> (ontsteking en vernietiging van bloedvaten)	Moeite met ademen, kortademigheid
Pijn in de borst	<u>Brachiale neuritis</u> (ondraaglijke unilaterale (eenzijdige) schouderpijn, gevolgd door verlamming van de schouder)	Faryngitis and rhinitis (respectievelijk: ontsteking van de keel en keelholte en de neus)	Toevallen, bewusteloosheid en duizeligheid

Schokkend GEBREK aan bewijs dat Griepvaccins zou moeten ondersteunen

Hoewel de jaarlijkse griepvaccinatie wordt gezien als de 'beste' manier om de seizoensgriep buiten de deur te houden, realiseren velen zich niet dat er nagenoeg GEEN deugdelijk wetenschappelijk bewijsmateriaal is om dit te ondersteunen. Keer op keer heeft de Cochrane Database Review – dat de Gouden Standaard is voor de beoordeling van het wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit van de meest gebruikte medische interventies (behandelingen) – geconcludeerd dat griepvaccins geen meetbaar voordeel lijken te hebben voor kinderen, volwassenen, of senioren.

Kijk eens naar deze vijf Cochrane Database Reviews, die tussen 2006 en 2010 werden gepubliceerd, die grote vraagtekens zetten bij de bewering dat grieprikken de beste manier zijn om tijdens het griepseizoen gezond te blijven:

1. Vorig jaar bekeek Cochrane [het aanwezige wetenschappelijk bewijs dat griepvaccins de ouderen beschermen](#) en de resultaten waren afgrijselijk. De auteurs concludeerden dat:

'Het aanwezige bewijs is van slechte kwaliteit en geeft geen richtlijnen met betrekking tot veiligheid, krachtigheid of effectiviteit van influenzavaccins voor personen van 65 jaar of ouder.'

2. Cochrane onderzoekers onderzochten ook of griepvaccins die aan medewerkers in de gezondheidszorg werden toegediend, de oudere patiënten in verzorgingshuizen met wie zij werken, zouden kunnen helpen te beschermen. Het onderzoek vond geen enkel effect van de vaccinaties op door een laboratorium bevestigde influenza. Ook werden influenzavaccinaties niet in verband gebracht met afname van hetzij longontsteking of doden als gevolg van longontsteking. In hun conclusie stellen de auteurs:

'Er is geen bewijs dat het vaccineren van medewerkers in de gezondheidszorg influenza voorkomt bij oudere bewoners van zorginstellingen voor lange duur.'

3. Het zelfde geldt voor kinderen. Een grootschalige, systematische beoordeling van 51 studies die in 2006 werden gepubliceerd in de [Cochrane Database of Systematic Reviews](#) vond geen bewijs dat het griepvaccin effectiever is dan een placebo bij het voorkomen van griep bij kinderen onder twee jaar. De studies omvatten bij elkaar 260.000 kinderen in de leeftijd van 6 tot 23 maanden.
4. Twee jaar later, in 2008, concludeerde [een andere Cochrane review](#) opnieuw dat er 'weinig bewijs voorhanden is' dat het griepvaccin effectief is bij het voorkomen van griep bij kinderen onder de twee jaar.
5. Voor de gemiddelde volwassen bevolking publiceerde [Cochrane vorig jaar de volgende conclusie die insloeg als een bom:](#)

'Influenzavaccins hebben slechts een bescheiden effect op het beperken van influenzasymptomen en het verlies aan arbeidzame dagen. Er is geen bewijs dat

zij van invloed zijn op complicaties zoals longontsteking of de overdracht van ziekten.

WAARSCHUWING: Deze evaluatie omvat 15 van de 36 proeven, die worden gefinancierd door de industrie (vier hadden geen financieringsverklaring). Een eerdere systematische review van 274 griepvaccin studies, gepubliceerd tot en met 200 ontdekte dat door de industrie gefinancierde studies in een groter aantal prestigieuze tijdschriften werden gepubliceerd en vaker werden geciteerd dan andere studies, onafhankelijk van methodologische kwaliteit en omvang. Studies die uit openbare bronnen werden gefinancierd waren aanzienlijk minder geneigd om conclusies te rapporteren die gunstig waren voor de vaccins!

*De review toonde aan dat **betrouwbaar wetenschappelijk bewijsmateriaal dat influenzavaccins effectief zijn, dun gezaaid is en dat er voldoende redenen zijn om te vermoeden dat er met conclusies in door medicijnfabrikanten gefinancierde studies gemanipuleerd wordt.** De inhoud en conclusies van deze review moeten dus dienovereenkomstig geïnterpreteerd worden! (Dikgedrukte tekst aangeduid door Dr. Mercola).*

Wist je dit? Er moeten 100 mensen worden gevaccineerd om één geval van griep te voorkomen...

[Cochrane publiceerde tevens de volgende sprekende statistieken:](#)

‘Meer dan 200 virussen veroorzaken influenza en op influenza lijkende ziekten, die dezelfde symptomen kennen (koorts, hoofdpijn, pijnlijke en pijn, hoesten en loopneuzen). Zonder laboratoriumtests kunnen dokters de twee ziekten niet onderscheiden. Beide duren enkele dagen en leiden zelden tot de dood of ernstige ziekten. **Op zijn mooist kunnen vaccins slechts effectief zijn tegen influenza A en B, die maar 10 procent van alle voorkomende virussen vertegenwoordigen.** Ieder jaar beveelt de WHO (World Health Organization – Wereld Gezondheidsorganisatie) aan welke virusstammen in de vaccinaties van het komende seizoen worden opgenomen.

De auteurs van deze review onderzochten alle onderzoeken die gevaccineerde personen vergeleken met niet gevaccineerde personen. De gecombineerde resultaten van deze onderzoeken toonden dat onder ideale omstandigheden (het vaccin kwam volledig overeen met de heersende virusconfiguratie), 33 gezonde volwassenen moesten worden gevaccineerd om één eenheid influenzasympptomen te vermijden.

Onder gemiddelde omstandigheden (gedeeltelijk overeenkomende vaccins) zijn er 100 personen worden gevaccineerd om één eenheid influenzasympptomen te vermijden. ‘Het gebruik van vaccins had geen invloed op het aantal mensen dat in het ziekenhuis werd opgenomen of verloren arbeidzame dagen, maar veroorzaakte wel één geval van het Guillian-Barré Syndroom (een ernstige neurologische aandoening die leidt tot verlamming) per miljoen toegediende vaccinaties.’

Is het echt de moeite waard om de gezondheid en het welzijn van 100 mensen te riskeren om één geval van griep, in dat ene individuele geval, dat *misschien zou kunnen leiden* tot een ernstige ziekte of de dood?

De twee meest krachtige strategieën die ik ken om griep te voorkomen

Omdat de griepvaccinmythe zijn uiteindelijke ondergang nadert, *wat is dan* de beste manier om te voorkomen dat je ieder jaar de griep krijgt?

Het antwoord ligt in het behouden van een sterk immuunsysteem en het eerste wat je zou moeten doen als je voelt dat je een griepje of een kou onder de leden hebt, is het vermijden van *ALLE* suikers (met name fructose), kunstmatige zoetstoffen en bewerkte voedingsmiddelen. Dit geldt ook voor fructose uit vruchtensap en alle soorten granen (omdat deze in je lichaam als suikers worden afgebroken).

Het is belangrijk te weten dat [overmatige suikerconsumptie je immuunsysteem wezenlijk onderdrukt](#) en je afweer beschadigt tegen alle infectieziekten.

Ik raad je ook ten sterkste aan één belangrijke stap te zetten die je met name kan helpen je kans op het ontwikkelen van symptomen te verminderen en dat is, dat je ervoor moet zorgen dat je [vitamine D niveau het hele jaar rond optimaal moet zijn](#).

Er is een nieuwe hypothese die stelt dat het wijdverbreid voorkomen van verkoudheid en griep eigenlijk te wijten is aan **vitamine D tekort**, wat algemeen gebruikelijk is in de Verenigde Staten, met name gedurende de wintermaanden, wanneer verkoudheid en griepvirussen op hun hoogtepunt zijn.

Wetenschappelijk bewijs ondersteunt vitamine D als een levensvatbare grieppreventie strategie

Net als het eten van te veel suiker, kan het innemen van te weinig vitamine D je immuunsysteem ernstig ondermijnen en je veel vatbaarder maken voor het ontwikkelen van kou, griep en andere infecties aan de luchtwegen. En terwijl studies de ineffectiviteit van griepvaccins blijven bevestigen, zijn er nu ook studies die ondersteunen dat vitamine D je tijdens het griepseizoen kan helpen gezond te blijven:

- Uit de [grootste en landelijk meest representatieve studie](#) van zijn soort blijkt dat mensen met de laagste niveaus aan vitamine D aanzienlijk vaker verkouden zijn of griep hebben.
- In een andere [studie, die vorig jaar gepubliceerd werd](#), werd aan schoolkinderen gedurende een jaar hetzij vitamine D, hetzij een placebo gegeven. Bij kinderen in de vitamine D groep kwam slechts 10,8 procent Influenza A voor, vergeleken met 18,6 procent in de placebogroep.
- Tenminste [vijf aanvullende studies](#) tonen ook een omgekeerde associatie aan tussen lagere aantallen luchtweginfecties en vitamine D niveaus.

Dit is niet verrassend als je bedenkt dat vitamine D 200 tot 300 antimicrobiële peptiden aanmaakt die bacteriën, virussen en schimmels doden. In wezen werkt het als een zeer breed antibacterieel en antiviraal middel. Ter vergelijking: een griepvaccin is ontworpen om slechts tegen *twee zeer specifieke* virale stammen te beschermen...

Hoewel de verleiding om een vitamine D3 supplement te slikken zeer groot is, raad ik je toch aan om voortdurend te proberen je vitamine D niveau hoog te houden door, als dat kan, voldoende in de zon te zijn, of door, zelfs in de wintermaanden, [een veilige zonnebank te gebruiken](#).

Waarom?

Omdat je huid, wanneer deze wordt blootgesteld aan zonlicht, vitamine D3 sulfaat aanmaakt. Deze vorm is in water oplosbaar en kan daarom vrijelijk in je bloedsomloop

'reizen'. Orale vitamine D3 supplementen bevatten geen sulfaat en hebben daarom LDL nodig (de zogenaamde 'slechte' cholesterol) als vervoermiddel. [Volgens Dr. Stephanie Seneff](#) is er reden aan te nemen dat de orale, niet-gesulfateerde vorm van vitamine D niet dezelfde voordelen heeft als de vitamine D die in de huid wordt aangemaakt door blootstelling aan zonlicht, omdat deze niet kan worden omgezet in vitamine D sulfaat.

Echter, wanneer je geen toegang hebt tot een veilige zonnebank, of te weinig zonlicht krijgt, is het aan te raden om wel orale vitamine D3 te nemen. Recent onderzoek toont aan dat de dosering die meeste volwassenen nodig hebben om een therapeutische niveau te bereiken, 8000 eenheden per dag moet zijn. Als je 5000 Internationale Eenheden, zou je kunnen overwegen om dit te verhogen omdat de meeste volwassenen meer nodig hebben. Het is natuurlijk wel belangrijk om je bloedwaarden steeds bij te houden omdat sommige mensen aanzienlijk meer nodig hebben om therapeutische niveaus te bereiken.

Andere, geheel natuurlijke immuun ondersteunende strategieën

Naast het versterken van je vitamine D niveau en het laten staan van voedsel met suiker, kunnen aanvullende lange termijn strategieën mede omvatten: [zorg voor voldoende slaap](#), [beweeg regelmatig](#) en werk doelmatig [aan de stress in je dagelijks leven](#).

Alles bij elkaar leggen deze strategieën de basis voor een sterk immuunsysteem dat allerlei aanvallen van virussen en bacteriën kan weerstaan.

Er zijn echter ook een aantal volledig natuurlijke middelen die je op korte termijn kunnen helpen om verkoudheid en griep tegen te gaan. Hieronder vind je een overzicht van de meest effectieve middelen:

- **Zink** – Volgens een [Cochrane Database Review van medisch onderzoek naar zink](#) kan zink, wanneer dit binnen een dag na de eerste symptomen wordt ingenomen, de duur van een verkoudheid met een dag beperken. Ook werd ontdekt dat de ernst van de symptomen aanzienlijk minder was.
- **Kippensoep** – Kip bevat een natuurlijk aminozuur, cysteïne genaamd, dat het slijm in je longen dunner maakt waardoor het minder plakkerig is zodat je het makkelijker kunt kwijtraken. Voor het beste resultaat maak je zelf (of een vriend of familielid) een **verse** pan kippensoep en maak deze heet en gekruid met veel peper. Hete kruiden zorgen voor extra speeksel in de mond, keel en longen waardoor slijm in de luchtwegen makkelijker opgehoest en kwijtgeraakt kan worden.
- **Paddenstoelen** – Hoewel de meeste mensen alleen denken aan het nuttigen van dat deel van de paddenstoel dat boven de grond staat, is het meest heilzame deel juist onder de grond te vinden, in de complexe wortelstructuur, mycelium genaamd. Bèta-glucanen en proteoglycanen zijn de primaire biologisch actieve verbindingen in de paddenstoel en het mycelium die je immuunsysteem ondersteunen. De bèta-glucanen zijn speciale eiwitten met unieke zijvertakkingen die perfect passen bij cellulaire receptorplaatsen die je immuunsysteem ondersteunen, zoals een sleutel in een slot. Paddenstoelen bevatten ook mineralen en sporenelementen, polysacchariden, aminozuren en vezels die je gezondheid beschermen tegen negatieve milieu-invloeden, je ontgiftingsproces ondersteunen en een gezonde darmflora en een

optimale spijsvertering ondersteunen, om maar een paar van de bekende gezondheidsvoordelen te noemen.

- **Vitamine C** – Een zeer krachtige antioxidant. Gebruik een natuurlijke vorm zoals acerola, die daarmee verbonden micronutriënten bevat. Je kunt maximaal 1 gram per uur innemen totdat je beter bent, tenzij je last krijgt van diarree. Dan moet je de inname minderen.
- **Oregano-olie** – Hoe hoger de concentratie carvacrol, hoe effectiever het is. Carvacrol is de meest actieve antimicrobiële stof in oregano-olie.
- **Propolis** – Een bijenhars en een van de meest breed-spectrum antimicrobiële verbindingen ter wereld. Propolis is ook de rijkste bron van cafeïnezuur en apigenine, twee zeer belangrijke verbindingen die de immuunrespons ondersteunen.
- **Thee, getrokken van een combinatie van vlierbloesem, duizendblad, leverkruid, linde, pepermunt en gember** – drink het heet en vaak om een verkoudheid of griep te bestrijden. Het zorgt ervoor dat je zweet, wat handig is voor het uitroeien van een virus in je lichaam.
- **Olijfblad extract** – De oude Egyptenaren en bewoners rond de Middellandse Zee gebruikten dit voor een variëteit aan gezondheidsbevorderende toepassingen. Het is op grote schaal bekend als een natuurlijke, niet-giftige ondersteuner van het immuunsysteem.

Bron: [Centers for Disease Control and Prevention](#)

Bron: [Cochrane Database of Systematic Reviews February 17, 2010; \(2\): CD005187](#)

Bron: [Green Med Info](#)