

## Schema Impfbegleitung

### 1 Tag vor er Impfung beginnen:

Schüsslersalze Nr. 2,6,10                      3xtgl je 2 Stück

Ester-C (oder Vitamin C ret.) 500mg 1-1-0

Zink 15mg                                      0-0-0-1

### Am Tag der Impfung für ca eine Woche:

Schüsslersalze, Vitamin C, Zink weiter wie bisher

L-Lysin 500mg                              2-2-2

Spagyrik-Spray (Impfbegleitung) aus der Drogerie

### Außerdem wichtig für das Immunsystem:

Vitamin D                                      10 000 I.E./Wo im Winter (morgens)  
    4 000 I.E./Wo im Sommer (morgens)  
(abhängig von dem im Blut gemessenen Vitamin D-Wert)

Dr. Sophie Steger, MSc., DO.  
Ärztin für Allgemeinmedizin, Orthomolekularmedizin  
Osteopathie, Faszientherapie  
Langgrütstrasse 114  
CH-8047 Zürich  
[steger.sophie@gmail.com](mailto:steger.sophie@gmail.com)  
[www.functionimed.ch](http://www.functionimed.ch)