

---

Subject: Herpes

Posted by [Brisarme](#) on Wed, 02 Jan 2019 06:38:44 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen,

ich habe seit meinem 14. Lebensjahr Herpes. Mindestens drei Mal im Jahr bricht es dann bei mir aus.

Wenn es ausgebrochen ist, benutze ich immer die Herpessalbe aus der Apotheke oder aber auch die Herpespflaster. Ich suche aber nach einer langfristigen Lösung, um zu verhindern, dass es ausbricht. Ich habe gelesen, dass die Aminosäure Lysin bei Herpes helfen soll.

Habt ihr schon Erfahrung mit Lysin zur Herpesbekämpfung? Was hilft euch, um zu verhindern, dass Herpes ständig ausbricht?

---