

- **Zimtöle** sind für ihre topisch desinfizierenden Eigenschaften bekannt. Sie wirken sowohl bakterizid als auch viruzid (Aktivität auch gegen SARS-COV-2, Mani et al., 2020) und sind auch in vielen Lebensmitteln natürlicherweise enthalten.
- **Zitrusöle** zeigen ebenfalls topisch desinfizierende Eigenschaften und in-vitro mikrobielle Aktivität (Ebani et al., 2018, Laird et al., 2014, Mani et al., 2020, Meneguzzo et al., 2020)
- **Pfefferminzöl** ist aufgrund seiner anti-mikrobiellen und anti-viralen Eigenschaften ein potentes topisches Desinfektionsmittel (Thosar et al., 2013, Schuhmacher et al., 2003).
- **Spermidin**: Das z.B. in Weizenkeimextrakt enthaltende Spermidin zeigt antiseptische Aktivität (Eisenberg et al., 2009, Madeo et al., 2018). Spermidin inhibierte im experimentellen Setting SARS-COV-2 um 85% (Gassen et al., 2020).
- **Quercetin** aus dem Japanischen Schnurbaum-Blütenextrakt, ein Flavonoid mit topisch desinfizierenden antimikrobiellen und antiviralen Eigenschaften (Cushnie and Lamb, 2005). Zeigt zudem antivirale Aktivität gegen sowohl RNA Viren (Influenza- und Coronaviren) als auch DNA Viren (Rhinoviren und Herpesviren). Quercetin agiert als Ligand für das S-Protein und ACE 2 und unterbindet auch physikalisch die Anbindung des Virus an die Zelle (Colunga Biancatelli et al., 2020, Kim et al., 2020).
- **Panax Ginseng** zeigte in entsprechenden Studien antiseptische(Lim et al., 2002) bzw. antivirale Effekte (Wang et al., 2018). Die in Panax Ginseng enthaltenen Saponine können antivirale Effekte aufweisen (Metwaly et al., 2019).
- **Ingwer** zeigt antiseptische Eigenschaften(Bauer Faria et al., 2021). Die in Ingwer enthaltenen Saponine können antivirale Effekte aufweisen (Metwaly et al., 2019).
- Das aus der Zahnhygiene bekannte **Xylitol** besitzt antiinflammatorische, antibakterielle (Azarpazhooh et al., 2016) und antivirale Eigenschaften (Azarpazhooh et al., 2016, Yin et al., 2014).
- **Zink** wird aufgrund seiner antiviralen Wirkung eine potentiell supportive Wirkung gegen Covid-19 Infektion zugesprochen (Zhang and Liu, 2020).