

04

## Ruokavalio, paasto, lämpöhoidot, happihoito

Tulehdusta estävä ruokavalio on kriittisen tärkeää yleisen hyvinvoinnin kannalta ja vielä enemmän sairauden hoidossa. Tulehdusta estävä tarkoittaa perinteisiä ruokavalioita, jossa ei ole käsiteltyjä elintarvikkeita, prosessoituja rasvoja ja sokereita, ja kotiruokaa, jossa on runsaasti värikkäitä vihanneksia ja hedelmiä, laadukkaita proteiineja, rasvoja ja öljyjä. Tietoa tästä on helposti saatavilla useista verkkojulkaisuista. Viime aikoina on myös tullut yleisesti tunnetuksi, että pätkäpaasto, jossa ruokailuaikaa lyhennetään mieluiten 6-8 tuntiin päivässä, antaa elimistölle mahdollisuuden uudistua ja korjautua tavalla, johon se ei pysty, kun ruokaa nautitaan koko päivän ja myöhään yöhön asti. Yöaika on oikeaa aikaa paranemiselle, joten myöhäiset aamiaiset ja varhaiset illalliset auttavat, kun muina aikoina ei syödä. Lämpöhoidot, kuten saunominen ja kuumat kylvyt kylpysuolujen kanssa, ovat myös hyödyllisiä piikkiproteiinin poistoon. Myös ylipainehappihoito lievittää tulehdusta, ja sitä on käytetty menestyksekkäästi vuosikymmenten ajan vakavissa tulehdustiloissa.

### 10 PARASTA DETOX-TUOTETTA

- D-vitamiini
- C-vitamiini
- NAC (N-asetyylikysteiniini)
- Ivermektiini
- Mustakuminan siemenet
- Kversetiini
- Sinkki
- Magnesium
- Kurkumiini
- Maarianohdakeuute

### 10 PARASTA DETOX-OPASTA ENGLANNIKSI

- AAPS Covid Guide
- AFLD Treatments
- FLCCC iRecover Post Vaccine
- FLCCC Long Covid
- LEF respiratory/immune
- Orthomolecular Protocol
- Zelenko Protocol
- Lessenich Protocol
- Yanuck & Pizzorno Integrative
- WCH Spike Protein Full Guide

Vastuuvapauslauseke. Koska koronainfektiot, koronarokotteet ja piikkiproteiinihaitat ovat uusia asioita, tähän oppaaseen on käytetty uusinta ja kehittyvää lääketieteellistä tutkimusta sekä kansainvälisten lääkäreiden ja kokonaisvaltaisen terveyden harjoittajien kliinistä kokemusta: se kehittyi sitä mukaa, kun uutta näyttöä ilmestyi, tarkista säännöllisesti päivitykset. Opa on tarkoitettu vain koulutukseen: käännä valitsemasi terveydenhuollon ammattilaisen puoleen, jos voit luottaa ja katso sen johtuvan viruksesta tai rokotteesta. Ehdotettujen patentoimattomien lääkkeiden ja lisäravinteiden saatavuus voi vaihdella eri puolilla maailmaa. Luetellut lisäoppaat ovat niiden lähettäneiden lääketieteen ammattilaisten vastuulla.

# Yhteenveto piikkiproteiinin poistoon Long Covidissa ja koronarokotehaitassa

"Tämä yhteenveto on tarkoitettu pikaoppaaksi toimiin, joilla voidaan lievittää "spikopatian" aiheuttamaa tulehdusta, joka johtuu liiallisen piikkiproteiinin määrästä elimistössä. Paljon pidempi versio, jossa tarkastellaan näitä asioita perusteellisesti, on osoitteessa [worldcouncilforhealth.org](http://worldcouncilforhealth.org)."  
Tohtori Tess Lawrie, MBBch, FT



## Johdanto

Koronarokotteet ovat uusi, vielä vähän tutkittu lääketeknologia, jonka tarkoituksena on ohjelmoida kehomme soluja tuottamaan piikkiproteiinia, jonka puolestaan on tarkoitus saada aikaan immuunivaste suojelemaan elimistöä virukselta. Nyt kuitenkin tiedämme, että tämä aiheuttaa tulehdusta ja hyytymistä elimistön kudoksissa ja elimissä näiden rokotteen tuottamien ylimääräisten proteiinien vuoksi. Tulehdus voi olla pahempi jo ennestään huonokuntoisilla tai lapsilla, joilla on alttiuksia, tai nuorilla ja hyväkuntoisilla, joilla on erittäin voimakas immuunivaste. Piikkiproteiinin tuottaminen jokaisessa solussa voi itse asiassa johtaa siihen, että immuunijärjestelmä hyökkää omaa kehoamme vastaan. Japanilaisessa tutkimuksessa havaittiin rokotehiukkasten kerääntyvän maksaan, luuytimeen ja munasarjoihin; muut tutkimukset ovat viitanneet suureen määrään ACE2-reseptoreita sydämessä, keuhkoissa, verisuonissa, munuaisissa, maksassa ja ruoansulatuskanavassa.

On olemassa myös näyttöä siitä, että piikkiproteiini voi ylittää veri-aivoesteen, mikä aiheuttaa neurologisia sivuvaikutuksia. Tämä liittyy todisteisiin, jotka viittaavat siihen, että ihmiset kärsivät laajoista verihyytymistä, sydänlihastulehduksista, sydänkohtauksista, neurologisista toimintahäiriöistä, lisääntymisjärjestelmän muutoksista, ruoansulatuskanavan häiriöistä, prionisairaudesta ja monista muista oireista.



## Neljä tärkeintä lähestymistapaa spikopatiaan

On olemassa neljä hyödyllistä osa-aluetta henkilöille, jotka pyrkivät vähentämään tulehdusta ja kiertävää piikkiproteiinia kehossaan. Ihmiset voivat käyttää mitä tahansa yhdistelmää, joka osoittautuu hyödyllisimmäksi yksilöllisen kokeilun kautta, riippuen siitä, mikä kehon järjestelmä on eniten vaikutuksen alainen ja minkälaisia terveysneuvoja he ovat saaneet valitsemiltaan terveydenhuollon ammattilaiselta.

1. Käsikauppa- tai reseptilääkkeet
2. Vitamiinit, kivennäisaineet ja muut ammatilliset lisäravinteet
3. Yrttivalmisteet ja -teet
4. Ruokavalio, paasto, lämpöhoidot, happihoito

01

### Käsikauppa- tai reseptilääkkeet

Terveydenhuollon ammattilaisten maailmanlaajuisesti saamien kliinisten kokemusten perusteella voimme kertoa teille, että seuraavat lääketieteelliset toimenpiteet ovat vaikuttaneet myönteisesti sekä koronatautiin että koronarokotteen aiheuttamaan sairauteen. Toimintamekanismit vaihtelevat siitä, että ne häiritsevät piikkiproteiinin kiinnittymistä ACE2-reseptoreihin, epänormaalin verenvuodon tai hyytymisen pysäyttämiseen, tulehduksen vähentämiseen ja virusten monistumekanismiin puuttumiseen. Lääkeaineita käytetään sairauden eri vaiheissa terveydenhuollon ammattilaisen tekemän arvion mukaan.

- Ivermektiini (sinkin kanssa)
- Hydroksiklorokiini (asitromysiinin ja sinkin kanssa)
- Kortikosteroidit
- Antihistamiinit
- Aspiriini
- Pieni annos naltreksonia
- Muut toimenpiteet, mukaan lukien kolkisiini, otsoni- ja klooridioksidihoidot

02

### Vitamiinit, kivennäisaineet ja muut ammatilliset lisäravinteet

Tietyt vitamiinit, kivennäisaineet ja muut lisäravinteet ovat elintärkeitä spikopatiasta parantumisen kannalta. Laadukas, ammattimainen monivitamiini- ja kivennäisainevalmiste voi tarjota yleistä tukea, mutta tavoitteellisempi hoitotapa sisältää aineita, joita ei aina löydy monivitamiineista tai joita ei ole riittävästi keskivaikeasta tai vakavasta tulehduksesta paranemisen kannalta. Näitä ovat muun muassa suuri annos D- ja C-vitamiineja, K2-vitamiini, N-asetyylikysteini (NAC), glutationi, melatoniini, kversetiini, emodiini, mustakuminansiemenkuute, resveratrol, kurkumiini, magnesium, sinkki, nattokinaasi, kalaöljy, zeoliitti ja aktiivihilli.

03

### Kasviperäiset lääkkeet ja yrttiteet

Yrttilääketiede tarjoaa vuosituhantisen runsaudensarven ihmisen terveydelle. Joistakin yrteistä saadaan shikimiinihappoa, joka neutraloi piikkiproteiinia ja myös estää verihyytymien muodostumisen, kuten männynneulasteen, fenkoli- ja tähtianisteen, mäkikuismauute ja raunioyrtin lehti. Muilla yrteillä, mausteilla ja teillä on yleisiä antiviraalisia, antibakteerisia ja tulehdusta estäviä vaikutuksia: näitä ovat esimerkiksi niittyhumala, kurkuma, vihreä tee, musta tee, maarianohdakekuute, lakritsi, neempuu, kaneli, kardemumma, muskottipähkinä, neilikka, korianteri, inkivääri, valkosipuli, oregano, meirami, rosmariini, timjami, kynteli, olibaanihartsi, rohtokirata, voikukan juuret ja lehdet, mehiläiskittivaha.

Huomaa: raskaana olevien ja imettävien naisten sekä reseptilääkkeitä käyttävien henkilöiden on saatava ylimääräistä neuvoja ja tarkistettava, sopiiko kyseinen lääke heille. Kaikkien tulisi pyytää neuvoa luotettavalta terveydenhuollon ammattilaiselta.