



World Council
For Health

Vodič za detoksikaciju proteina šiljaka (“Spike protein”)

Svjetsko vijeće za zdravlje – Aktualno od siječnja 2023

Ovaj najnoviji vodič pregledao je:

Dr Naseeba Kathrada, MD

Dr Pierre Kory M.D., M.P.A.

Dr Tess Lawrie, MD, PhD

Dr Peter A. McCullough, MD, MPH

Sadržaj

| | |
|---------------------------------------------------------------|---|
| O Svjetsko vijeće za zdravlje..... | 3 |
| O ovom vodiču..... | 3 |
| Kome bi ove informacije mogle koristiti?..... | 3 |
| Važne sigurnosne informacije prije početka detoksikacije..... | 4 |
| 1. Što je spike protein?..... | 5 |
| 2. Što je ACE2 receptor..... | 6 |
| 3. Što je Interleukin-6?..... | 6 |
| 4. Što je furin?..... | 7 |
| 5. Što je serin proteaza?..... | 7 |
| Što uzeti? Koliko uzeti? Odakle dolazi? Gdje ga nabaviti..... | 8 |

O Svjetsko vijeće za zdravlje

Svjetsko vijeće za zdravlje je krovna organizacija multinacionalnih skupina liječnika, znanstvenika, medicinskih novinara i drugih članova civilnog društva koji zagovaraju pravo na dobro zdravlje. Osiguravamo transparentnost zdravstvene skrbi zdravorazumskim obrazovanjem i zagovaranjem, neovisno integrirajući dokaze iz različitih kvalitativnih i kvantitativnih izvora.

O ovom vodiču

Ovo je vodič u razvoju s novim informacijama o tome kako očistiti virusne i cjepivom inducirane šiljaste proteine iz tijela. Popisi biljnih i drugih lijekova i dodataka prehrani sastavljeni su u suradnji međunarodnih liječnika, znanstvenika i holističkih liječnika.

Budući da su infekcije Covid-19, cjepiva protiv Covid-19 i problem štetnih učinaka bjelančevina novi, ovaj se vodič temelji na utemeljenim i novim medicinskim istraživanjima, kao i na kliničkom iskustvu međunarodnih liječnika i praktičara holističkog zdravlja; razvijat će se kako se budu pojavljivali novi dokazi.

Lijekovi i dodaci uključeni u ovom popisu, bez patenta, mogu biti različito dostupni diljem svijeta.

Kome bi ove informacije mogle koristiti?

Ako ste imali Covid-19, nedavno ste primili injekciju protiv Covid-19 ili imate simptome koji bi mogli biti povezani s prijenosom cjepiva protiv Covid-19 (također nazvano izbacivanje “**shedding**”), možda će vam koristiti jedna ili više stavki s našeg popisa lijekovi i dodaci za smanjenje opterećenja proteinima. Šiljasti protein, koji je i dio virusa Covid-19 i proizvodi se u našim tijelima nakon inokulacije, može cirkulirati oko našeg tijela uzrokujući štetu stanicama, tkivima i organima. Ne znamo koliko dugo šiljasti proteini ostaju u tijelu, no ovaj je vodič osmišljen kako bi smanjio opterećenje.

Mnogi ljudi nisu mogli pronaći pomoć za bolest povezanu s povećanjem proteina (koja se naziva i **spikopatija**) putem postojećih zdravstvenih usluga. Ove su informacije relevantne ako ste doživjeli nuspojave nakon injekcije, imate dugi Covid ili imate sindrom nakon ubrizgavanja injekcije Covida (pCoIS).

Važna napomena: Ovaj vodič je samo za obrazovanje. Ako ste bolesni nakon cijepljenja, potražite pomoć liječnika ili holističkog liječnika. Za informacije o bolestima nakon injiciranja Covida pogledajte WCH vodič nakon injekcije.

Šiljasti protein može se naći u svim varijantama SARS-CoV-2. Također se proizvodi u vašem tijelu kada dobijete injekciju Covid-19. Čak i ako niste imali nikakve simptome, bili ste pozitivni na Covid-19 ili ste iskusili neželjene nuspojave nakon injekcije, u vašem tijelu još uvijek mogu postojati šiljasti proteini. Kako biste ih uklonili nakon uboda ili infekcije, liječnici i holistički praktičari predlažu nekoliko jednostavnih radnji.

Smatra se da čišćenje tijela od šiljastih proteina (nadalje se naziva detoksikacija) što je prije moguće nakon infekcije ili injekcije može zaštititi od oštećenja od preostalih ili cirkulirajućih šiljastih proteina.

U ovom ćemo vodiču raspravljati o nekoliko ključnih značajki ovih stanja na koja se može ciljano utjecati tijekom detoksikacije:

- 1. Šiljasti protein**
- 2. ACE2 receptori**

3. Interleukin 6 (IL-6)
4. Furin enzim
5. Serine protease enzim

Važne sigurnosne informacije prije početka detoksikacije

Nemojte provoditi detoksikaciju proteina bez nadzora svog pouzdanog liječnika. Imajte na umu sljedeće:

- **Čaj od borovih iglica, neema (Azadirachta indica), gaveza (Symphytum), Andrographis paniculata** – NE smiju se konzumirati tijekom trudnoć.
- **Magnezij** – predoziranje je moguće, a teže ga je detektirati pri konzumiranju liposomalnog magnezija. Stoga razmislite o mješavini liposomalnog i konvencionalnog magnezija, ili samo konvencionalnog magnezija.
- **Cink** – Kada konzumirate multivitamin koji već sadrži cink, svakako prilagodite količinu cinka koja se konzumira u drugim dodacima prehrani.
- **Nato kinaza** – Ne uzimajte dok koristite lijekove za razrjeđivanje krvi ili ako ste trudni ili dojite.
- **Uvijek razmislite o doziranju** – kada uzimate multivitamine, ne zaboravite prilagoditi količinu pojedinačnih dodataka. (npr. ako vaš multivitamin sadrži 15 mg cinka, trebali biste smanjiti unos cinka za tu količinu.)
- **Gospina trava** – Ovaj lijek stupa u interakciju s mnogim farmaceutskim lijekovima. Ne smijete ga uzimati ako uzimate druge lijekove bez savjeta s liječnikom.

Proaktivne i podrške mjere

Gotovo sva stanja lakše je kontrolirati u ranim fazama. Uostalom, svakako je bolje u potpunosti spriječiti zdravstvenu krizu nego reagirati na nju. Kao što izreka kaže, unca prevencije vrijedi pola funte lijeka.

Zdrava prehrana ključna je za podršku zdravog imunološkog sustava

Savjeti:

- Promijenite svoju prehranu tako da smanjite konzumaciju proupalnih namirnica. Preporuča se dijeta s niskim sadržajem histamina. Izbjegavajte prerađenu hranu i GMO.
- Namirnice koje se nalaze u tablici 1 također se mogu uključiti u svakodnevnu prehranu prije nego što se zarazite Covid-19 ili primite injekciju Covid-19, ako to ipak odlučiteo.
- Povremeni post: Praksa povremenog posta uključuje primjenu rasporeda obroka koji se mijenjaju između razdoblja dobrovoljnog posta i razdoblja bez posta. Obično oni koji prakticiraju povremeni post potroše sve svoje dnevne kalorije unutar 6-8 sati svaki dan. Ova metoda dijeta koristi se za izazivanje autofagije, što je u biti proces recikliranja koji se odvija u ljudskim stanicama, gdje stanice razgrađuju i recikliraju komponente. Autofagiju tijelo koristi za uklanjanje oštećenih staničnih proteina i može uništiti štetne viruse i bakterije nakon infekcije.
- Savjetuje se dnevna konzumacija multivitamina. Osigurava osnovnu opskrbu vitaminom A, vitaminom E, jodom, selenom, elementima u tragovima i još mnogo toga uz vitamin C i vitamin D3.
- Terapija toplinom, kao što su saune i vruće kupke, smatraju se dobrim načinom detoksikacije šiljastog proteina.

1. Što je spike protein?

Virus SARS-CoV-2 sadrži šiljasti protein na svojoj površini. Ako ste vidjeli slike koronavirusa, to su izbočine poput sunca koje se često prikazuju na vanjskoj strani virusa.

Tijekom prirodne infekcije, šiljasti proteini igraju ključnu ulogu u pomaganju virusu da uđe u stanice vašeg tijela. Regija proteina, poznata kao S2, spaja virusnu ovojnica s vašom staničnom membranom. Regija S2 također omogućuje imunološkom sustavu da lako detektira protein šiljaka koronavirusa, koji zatim stvara antitijela za ciljanje i vezanje virusa.

Šiljaste proteine također proizvodi vaše tijelo nakon uzimanja injekcije Covid-19, a funkcioniraju na sličan način jer se mogu spojiti sa staničnim membranama. Osim toga, budući da se stvaraju u vašim vlastitim stanicama, vaše stanice tada ciljaju vaš imunološki sustav u nastojanju da uništi šiljasti protein. Stoga odgovor vašeg imunološkog sustava na šiljaste proteine može oštetiti stanice vašeg tijela.

Novi dokazi također pokazuju da u jezgri naših stanica šiljasti protein smanjuje sposobnost naših stanica da popravljaju DNK.

Zašto bih trebao razmisliti o detoksikaciji od šiljastog proteina?

Šiljak proteina iz prirodne infekcije ili cjepiva protiv Covida uzrokuje oštećenje stanica našeg tijela, stoga je važno poduzeti mjere za detoksikaciju od njih što je bolje moguće.

Šiljasti protein vrlo je toksičan dio virusa, a istraživanje je povezal o šiljasti protein izazvan cjepivom s toksičnim učincima. Istraživanje šiljastog proteina je jos u tijeku.

Protein virusnog šiljaka povezan je s štetnim učincima, kao što su: krvni ugrušci, magla u mozgu, organizirana upala pluća i miokarditis. Vjerojatno je odgovoran za mnoge nuspojave cjepiva protiv Covid-19 o kojima se govori u WCH vodiču nakon cjepiva.

Japanska studija biodistribucije za cjepivo Pfizer otkrila je da su u 48 sati nakon cijepljenja čestice cjepiva doputovale do različitih tkiva u cijelom tijelu i nisu ostale na mjestu ubrizgavanja, s visokim koncentracijama pronađenim u jetri, koštanoj srži i jajnicima.

Novi dokazi o spikopatiji sugeriraju da se učinci povezani s upalom i zgrušavanjem mogu pojaviti u bilo kojem tkivu u kojem se nakuplja protein šiljaka. Osim toga, recenzirane studije na miševima otkrile su da je šiljasti protein sposoban prijeći krvno-moždanu barijeru. Stoga bi kod ljudi potencijalno mogao dovesti do neuroloških oštećenja ako se ne izbac i iz tijela.

Kako smanjiti opterećenje šiljastog proteina

Podrška osobama s dugim Covidom i bolestima nakon cijepljenja novo je polje zdravstvenih istraživanja i prakse u nastajanju. Sljedeći popisi sadrže tvari koje bi mogle biti korisne. Ovaj popis sastavili su međunarodni liječnici i holistički praktičari s različitim iskustvima u pomaganju ljudima u oporavku od Covida-19 i bolesti nakon injiciranja.

Srećom, postoji mnoštvo lako dostupnih, prirodnih rješenja za smanjenje naglog opterećenja vašeg tijela proteinima. Neki "Inhibitori vezanja proteina" inhibiraju vezanje šiljastog proteina na ljudske stanice, dok drugi neutraliziraju šiljasti protein tako da više ne može oštetiti ljudske stanice.

Inhibitori bjelančevina: Prunella vulgaris, borove iglice, emodin, neem, ekstrakt lista maslačka, ivermektin

Neutralizatori bjelančevina: N-acetilcistein (NAC), glutation, čaj od komorača, čaj od zvjezdastog anisa, čaj od borovih iglica, gospina trava, list gaveza, vitamin C

- Pokazalo se da se ivermektin veže na šiljasti protein, što ga potencijalno čini neučinkovitim u vezivanju na staničnu membranu.
- Nekoliko biljaka koje se nalaze u prirodi, uključujući borove iglice, komorač, zvjezdasti anis, gospinu travu i list gaveza, sadrže tvar zvanu šikiminska kiselina ("shikimic acid"), koja može pomoći neutralizirati bjelančevinu klasa. Šikiminska kiselina može pomoći u smanjenju nekoliko mogućih štetnih učinaka proteina šiljaka, a vjeruje se da sprječava stvaranje krvnih ugrušaka.
- Redovite oralne doze vitamina C korisne su za neutraliziranje svih toksina.
- Čaj od borovih iglica ima snažno antioksidativno djelovanje i sadrži visoke koncentracije vitamina C.
- Nattokinase (vidi tablicu 1), enzim dobiven iz japanskog jela od soje 'Natto', prirodna je tvar čija svojstva mogu pomoći u smanjenju pojave krvnih ugrušaka.

2. Što je ACE2 receptor?

ACE2 receptor nalazi se u staničnoj stijenci, u ovojnicama pluća i krvnih žila te u trombocitima. Šiljasti protein se veže za ACE2 receptore.

Predloženo je da se velike koncentracije šiljastih proteina mogu vezati na naše ACE2 receptore i učinkovito 'sjesti tamo', blokirajući redovito funkcioniranje ovih receptora u različitim tkivima. Poremećaj ovih receptora povezan je s mnoštvom štetnih učinaka kroz promijenjeno funkcioniranje tkiva.

Ako se šiljasti proteini vežu za staničnu stijenu i 'ostanu na mjestu', mogli bi potaknuti imunološki sustav da napadne zdrave stanice i možda pokrenuti autoimunu bolest.

Šiljasti protein mogao bi se vezati za ACE2 receptore koji se nalaze na krvnim pločicama i endotelnim stanicama koje oblažu krvne žile, što može dovesti do abnormalnog krvarenja ili zgrušavanja, a oboje je povezano s trombotičkom trombocitopenijom izazvanom cjepivom (VITT)

Kako detoksirati svoje ACE2 receptore

Tvari koje prirodno štite ACE2 receptore:

- Ivermektin
- Hydroxychloroquine (sa cinkom)
- Kvercetin (sa cinkom)
- Fisetin

Dokazi upućuju na to da vezanje ivermektina na ACE2 receptor sprječava da se spike protein umjesto toga veže s njim.

3. Što je Interleukin-6?

Interleukin 6, ili IL-6, primarno je proupalni citokin protein. To znači da ga tijelo prirodno proizvodi kao odgovor na infekciju ili oštećenje tkiva i pokreće upalni odgovor.

Zašto ciljati na IL-6?

Neke prirodne tvari pomažu proces detoksikacije nakon uboda ciljanjem na interleukin 6.

Znanstveni dokazi pokazuju da se citokini poput IL-6 nalaze u daleko višim razinama među zaraženima Covidom u usporedbi s neinficiranim pojedincima.

IL-6 se koristi kao biomarker za progresiju Covida. Povećane razine IL-6 pronađene su u bolesnika s respiratornom disfunkcijom. Meta-analiza je otkrila pouzdan odnos između razine IL-6 i težine covid. Razine IL-6 bile su u obrnutom odnosu s brojem T-stanica kod pacijenata na intenzivnoj njezi.

Proupalni citokini poput IL-6 također se eksprimiraju nakon cijepljenja, a studije sugeriraju da mogu dospjeti u mozak.

SZO je zapravo preporučila inhibitore IL-6 za teške slučajeve Covida, za koje su opisani kao spasilački.

Kako se detoksikirati od IL-6?

Sljedeći popisi prirodnih tvari, uključujući nekoliko osnovnih protuupalnih dodataka prehrani, mogu se koristiti za sprječavanje štetnih učinaka IL-6 inhibicijom njegovog djelovanja.

Inhibitori IL-6 (protuupalni lijekovi): Boswellia serrata (tamjan) i ekstrakt lišća maslačka

Ostali IL-6 inhibitori: crni kim (*Nigella sativa*), kurkumin, riblje ulje i druge masne kiseline, cimet, fisetin (flavonoid), apigenin, kvercetin (flavonoid), resveratrol, luteolin, vitamin D3 (sa vitaminom K2), cink, magnezij, čaj od jasmína, začini, lovor, crni papar, muškatni oraščić i kadulja

- U antivirusnoj terapiji koristi se nekoliko prirodnih tvari biljnog podrijetla. Biljni pigment kvercetin pokazao je širok raspon protuupalnih i antivirusnih učinaka.
- Pokazalo se da cink djeluje kao moćan antioksidans, koji štiti tijelo od oksidativnog stresa, procesa povezanog s oštećenjem DNK, prekomjernom upalom i drugim štetnim učincima.

4. Što je furin?

Furin je enzim koji cijepa proteine i čini ih biološki aktiviranim.

Zašto ciljati na furin?

Pokazalo se da furin odvaja protein šiljaka i tako omogućuje virusu da uđe u ljudske stanice. Mjesto cijepanja furina prisutno je na Covidovom protein šiljaka, za koji se smatra da virus čini zaraznijim i prenosivijim. Smatra se da to čini virus zaraznijim i prenosivijim, osobito u tkivima ljudskih pluća i dišnih putova. Inhibitori furina djeluju tako da sprječavaju cijepanje proteina šiljaka.

Kako se detoksikirati od furina?

Tvari koje prirodno inhibiraju furin:

- Rutin
- Limonen
- Baicalein
- Hesperidin

5. Što je serin proteaza?

Serinska proteaza je još jedan enzim koji razbija veze u proteinima, poput furina. Kod ljudi ih proizvodi gušterača i pomažu probaviti hranu, zgrušati krv i boriti se protiv infekcija, ali su također odgovorni za prijenos virusa.

Zašto ciljati na serin proteazu?

Inhibicija serin proteaze može spriječiti aktivaciju šiljastih proteina i također smanjiti ulazak virusa u stanice, čime se smanjuje stopa infekcije kao i ozbiljnost.

Kako se detoksikirati od serin proteaze?

Tvari koje prirodno inhibiraju serin proteazu i mogu pomoći u smanjenju skokova razine proteina u tijelu:

- Zeleni čaj
- Gomolji krumpira
- Plavo zelene alge
- Zrna soje
- N-acetil cistein (NAC)
- Tamjan

Što uzeti? Koliko uzeti? Odakle dolazi? Gdje ga nabaviti?

Tablica 1. Lijekovi i suplementi koji mogu doći u obzir

| Tvar | Prirodni izvor(i) | Gdje nabaviti | Preporučena doza |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ivermektin | Bakterije u tlu (avermektin) | Na recept | 0,4 mg/kg tjedno tijekom 4 tjedna Ako imate simptoma, pogledajte FLCCC I-Recover Protocol *Provjerite upute na pakiranju kako biste utvrdili postoje li kontraindikacije prije uporabe |
| Hidroksiklorokvine (Hydroxychloroquine) | | Na recept | 200 mg tjedno tijekom 4 tjedna *Provjerite upute na pakiranju kako biste utvrdili postoje li kontraindikacije prije uporabe |
| Vitamin D3 | Masna riba, ulja riblje jetre | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>5000 – 10,000 IU dnevno s vitaminom K</u> |
| Vitamin C | Citrusno voće (npr. naranče) i povrće (brokula, cvjetača, prokulica) | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | 6-12 g dnevno (ravnomjerno podijeljeno između natrijevog askorbata (nekoliko grama), liposomalnog vitamina C (3-6 g) i askorbil palmitata (1 – 3 g)) |
| Vitamin K2 | Zeleno lisnato povrće | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | 90-120 mcg dnevno (90 za žene, 120 za muškarce) |
| Cink | Crveno meso, perad, kamenice, cjelovite žitarice, mliječni proizvodi | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>11-40mg dnevno</u> |

| | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Magnezij | Zelenje, cjelovite žitarice, orašasti plodovi | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>Do 350mg dnevno</u> |
| Prunella Vulgaris (poznata kao obična celinščica, grkljanka, skrižalina mala) | Obična celinščica, grkljanka, skrižalina mala | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | 7 unci ili 198.44 grama (207ml) dnevno |
| Borove iglice | Borovi (stabla) | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Konzumirajte čaj 3 x dnevno (konzumirajte i ulje/smolu koja se nakuplja u čaju) |
| Neem (lat. Azadirachta indica) | Neem stabla | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Prema uputama vašeg liječnika ili uputama za pripremu |
| Ekstrakt listova maslačka | Maslačk | Dodatak prehrani (čaj od maslačka, kava od maslačka, tinktura listova): trgovine prirodnim namirnicama, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Tinkturirajte prema uputama vašeg liječnika ili prema uputama za pripremu |
| N-acetil cistein (NAC) | Visokoproteinska hrana (grah, leća, meso, sirevi, losos, tuna) | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>Do 1200 mg dnevno</u> (u podijeljenim dozama) |
| Čaj od komorača | Komorača | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Nema gornje granice. Počnite s 1 šalicom i pratite reakciju tijela. |
| Čaj od zvjezdastog anisa | Kinesko zimzeleno stablo (Illicium verum) | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Nema gornje granice. Počnite s 1 šalicom i pratite reakciju tijela. |
| Gospina trava | Gospina trava | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Prema uputama na dodatku |
| List gaveza | Rod biljke Symphytum | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Prema uputama na dodatku |
| Nato kinaza | Nato (Japansko jelo od zrna soje) | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Prema uputama na dodatku |

| | | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Tamjan (Boswellia serrate) | Tamjan stablo | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Prema uputama na dodatku |
| Crni kim (Nigella sativa) | Porodica biljaka ljutika | Trgovine mješovitom robom, trgovine zdravom hranom | |
| Kurkumin/ Turmerik | Đumbir obitelj/ Turmerik Korijen | Trgovine mješovitom robom, trgovine zdravom hranom | |
| Riblje ulje | Masna riba | Trgovine mješovitom robom, trgovine zdravom hranom | Do 2000mg dnevno |
| Cimet | Rod stabla Cinnamomum | Trgovine mješovitom robom, trgovine zdravom hranom | |
| Fisetin (Flavonoid) | Voće: jagode, jabuke, mango Povrće: luk, orasi, vino | Trgovine mješovitom robom, trgovine zdravom hranom | Do 100mg dnevno (Konzumirajte s masnoćama) |
| Apigenin | Voće, povrće i bilje peršin, kamilica, špinat, celer, artičoke, origano | Trgovine mješovitom robom, trgovine zdravom hranom | 50mg dnevno |
| Kvercetin (flavonoid) | Agrumi, luk, peršin, crno vino | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>Do 500mg dvaput dnevno</u> , Konzumirajte s Cinkom |
| Resveratrol | Kikiriki, grožđe, vino, borovnice, kakao | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | Do 1500mg dnevno I do konzumirajte do 3 mjeseca |
| Luteolin | Povrće: celer, peršin, lišće luka Voće: ljuške jabuke, cvjetovi krizantema | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>100-300 mg dnevno</u> (tipične preporuke proizvođača) |
| Rutin / Rutozid | Heljda, šparoge, marelice, višnje, crni čaj, zeleni čaj, čaj od bazge | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>500-4000mg dnevno</u> (posavjetujte se s liječnikom prije uzimanja viših doza) |

| | | | |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Limonene | Kora citrusnog voća poput limuna, naranče i limete | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>Do 2000mg dnevno</u> |
| Baicalein | Rod biljke Baikal lubanja (Scutellaria) | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>100-2800mg</u> |
| Hesperidin | Citrusno voće | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>Do 150mg dvaput dnevno</u> |
| Zeleni čaj | Listovi Kamelija biljke (Camellia sinensis) | Trgovina | Up to 8 cups of tea a day or as directed on supplement |
| Čaj od jasmina | Lišće običnog jasmina ili biljke Sampaguita | Trgovina mješovitom robom, trgovine zdrave hrane | <u>Do 8 šalica dnevno</u> |
| Začinima | Lovorovo lišće, crni papar, muškadni oraščić, kadulja | Trgovina mješovitom robom, trgovina zdrave hrane, štand sa začinima | Obilno koristiti u kulinarstvu |
| Gomolji krumpira | Krumpir | Trgovina | |
| Plavo zelene alge | Cijanobakterije | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | <u>1-10 grama dnevno</u> |
| Andrographis Paniculata poznata kao „Kralj Gorčine“ | Zelena biljka chiretta | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | 400mg x 2 dnevno *Provjerite kontraindikacije |
| Ekstrakt mliječnog čička | Silymarin | Dodatak: trgovine zdrave hrane, ljekarne, trgovine dodacima prehrani, online | 200mg x 3 dnevno |
| Soja (organska) | Soja zrna | Trgovina mješovitom robom, trgovine zdrave hrane | |

Većina ovih proizvoda lako je dostupna u lokalnim trgovinama ili kao dodaci prehrani u trgovinama zdrave hrane.

Napomena: Ovaj popis nije sveobuhvatan, a predložene su i druge tvari, poput serrapeptaze i CBD ulja. Svjetsko vijeće za zdravlje (WHC) nastavit će ažurirati ovaj dokument kako se pojave nove informacije. Neki holistički praktičari također preporučuju tvari za čišćenje organizma od metala nakon cijepljenja, poput zeolita i aktivnog ugljena. WCH će u dogledno vrijeme pripremiti smjernice o tome kako se detoksikirati od metala.

Deset najvažnijih proteinskih detoksikacija i više informacija o specifičnim protokolima s web stranica partnera:

- Vitamin D
- • Vitamin C
- • NAC (N-acetilcistein)
- • Ivermektin
- • Crni kim
- • Kvercetin
- • Cink
- • Magnezij
- • Kurkumin
- • Ekstrakt čička
- [AAPS Covid Guide](#)
- [AFLD Treatments](#)
- [FLCCC iRecover Post Vaccine](#)
- [FLCCC Long Covid](#)
- [LEF respiratory/immune](#)
- [Orthomolecular Protocol](#)
- [Zelenko Protocol](#)
- [Yanuck&Pizzorno Integrative](#)

Pretplatite se na bilten Svjetsko vijeće za zdravlje kako biste bili u tijeku s najnovijim publikacijama.

worldcouncilforhealth.org/subscribe

Za najnovije informacije posjetite:

Worldcouncilforhealth.org

Dokument WCH Spike Protein Detox Guide i tablice posljednji su put ažurirani u siječnju 2023.



Odricanje:

Ova knjižica koja se može preuzeti nije namijenjena za korištenje umjesto individualnog medicinskog savjeta. Ne može se koristiti za dijagnosticiranje bolesti ili pristup liječenju korisnika weba. Pojedinci mogu koristiti materijale koje je osiguralo Svjetsko vijeće za zdravlje kako bi nadopunili skrb koju pružaju njihovi kvalificirani zdravstveni stručnjaci od povjerenja. Sve informacije koje daje Svjetsko vijeće za zdravlje ili u vezi s njegovom internetskom stranicom nude se kako bi pojedinci i njihovi obučeni pružatelji zdravstvenih usluga promicali razmatranje različitih opcija prevencije i liječenja utemeljenih na dokazima. Informacije na ovoj web stranici i u ovoj knjižici služe u opće informativne svrhe i nisu zamjena za liječnički savjet. Mogu se pojaviti pogreške i propusti.