



Spikeprotein Afgiftningsmanual

World Council for Health – gældende fra januar 2023

Denne seneste udgave er gennemgået af:

Naseeba Kathrada, læge

Pierre Kory, læge, M.P.A.

Tess Lawrie, læge, PhD

Peter A. McCullough, læge, MPH

Indhold

Om World Council for Health.....	3
Om denne manual.....	3
Hvem kan få udbytte af denne information?.....	3
Vigtig sikkerhedsinformation inden påbegyndelsen af en afgiftningskur:	4
1. Hvad er spikeproteinet?.....	5
2. Hvad er ACE-2-modtageren?.....	6
3. Hvad er interleukin-6?.....	7
4. Hvad er furin?.....	7
5. Hvad er serinprotease?.....	8
Hvad skal man tage, hvor kommer det fra, hvor får man fat i det, hvor meget skal man indtage?	9

Om World Council for Health

World Council for Health er en paraplyorganisation af multinationale grupper af læger, videnskabsfolk, lægelige journalister og andre medlemmer af det civile samfund, som støtter op om retten til et godt helbred. Vi skaber sikkerhed for en transparent sundhedsarbejde via et fornufts-baseret fokus på uddannelse og udbredelse af viden, idet vi integrerer evidens fra forskellige kvalitative og kvantitative kilder.

Om denne manual

Dette er en manual med information om hvordan man kommer af med virale og vaccine-inducerede spikeproteiner i kroppen. Listerne med urte- og andre medicintyper samt supplementer er blevet sammensat i samarbejde med læger rundt om i hele verden såvel som videnskabsfolk og holistiske lægekyndige og udøvende.

Eftersom covid-19-infektioner, covid-19-vacciner og emnet vedrørende spikeprotein-skader er nye, er denne manual udtryk for både etableret og nyligt fremkommende lægelig forskning såvel som klinisk erfaring fra læger og holistiske lægekyndige over hele verden; den vil således udvikle sig i takt med at ny evidens dukker op.

De patent-frie medicintyper og supplementer der her er inkluderet kan være genstand for varierende tilgængelighed i de forskellige dele af verden.

Hvem kan denne information gavne?

Hvis du har haft covid-19, fornyligt har modtaget en covid-19-indsprøjtning eller oplever symptomer relateret til covid-19-vaccine-overførsel, som også kendes under betegnelsen ”**shedding**,” kan det gavne dig at gøre brug af en eller flere af de foreslåede emner på vores medicin- og supplements-liste i forbindelse med at reducere indholdet af spikeprotein i din krop. Spikeproteinet, som både er en del af covid-19-virusen, og som bliver produceret i vore egne kroppe som følge af indsprøjtning, kan cirkulere i vore kroppe, hvor det er årsag til celledskade, væv- og organskade. Vi ved ikke for nærværende, hvor længe spikeproteiner forbliver i kroppen, men denne manual er designet til at reducere omfanget af spikeproteinerne.

Mange mennesker har været ude af stand til at finde hjælp for spikeprotein-relateret sygdom, som også kendes under betegnelsen ”**spikopati**,” via det etablerede sundhedssystem. Denne information er relevant, hvis du har oplevet bivirkninger efter et stik, har længerevarende covid, eller hvis du har post-covid-indsprøjtningssyndrom, også kendt som pCoIS.

Vigtigt: Denne manual er udelukkende uddannelses-intenderet. Hvis du er blevet syg efter indsprøjtning, søg da hjælp fra en læge eller en holistisk lægekyndig. Søger du information om post-covid-indsprøjtning-sygdomme, konsultér da WCH-post-indsprøjtning-manualen.

Spikeproteinet kan findes i alle SARS-cov-2 varianter. Det bliver også produceret i din egen krop, hvis du får en covid-19-indsprøjtning. Selvom du ikke har haft nogensomhelst symptomer, ikke er testet positiv for covid-19, eller har oplevet bivirkninger efter et stik, kan der stadig være spikeproteiner i din krop, som ligger og lurar. For at rense disse ud efter stikket eller i forbindelse med en infektion, foreslår læger og holistiske behandlere nogle helt enkle skridt, du kan tage.

Tanken er, at udrensning af spikeproteiner fra kroppen – herefter omtalt som afgiftning – så hurtigt som muligt efter en infektion eller et stik kan beskytte imod skade fra resterende eller cirkulerende spikeproteiner.

I denne manual vil vi diskutere adskillige hovedpunkter i forbindelse med disse tilstande, som kan være genstand for en afgiftningskur:

1. **Spikeproteinet**
2. **ACE2-receptorer**
3. **Interleukin 6 (IL-6)**
4. **Furin**
5. **Serin protease**

Vigtig sikkerhedsinformation før påbegyndelse af en afgiftningskur

Påbegynd venligst ikke en spikeprotein-afgiftningsskur uden vejledning fra en sundhedsrepræsentant, som du har tillid til. Venligst bemærk følgende:

- **Nåletræste, neem, laurbær, andrographis paniculata** – bør IKKE indtages af gravide.
- **Magnesium** – Overdosering er en mulighed, og det er temmeligt vanskeligt at afgøre under indtagelse af liposomal magnesium. Det er således en god idé at overveje en blanding af liposomal og konventionel magnesium.
- **Zink** – Når man indtager en multivitaminpille som allerede indeholder zink, justér da kvantiteten af zink i forbindelse med indtagelse af selvsamme i øvrige supplementter eller tilskud.
- **Nattokinase** – Indtag ikke dette tilskud, såfremt du benytter dig af blodfortyndende medicin eller hvis du er gravid eller ammer.
- **Hold altid et åbent øje med doseringen** – Når du indtager en multivitaminpille, husk da at justere mængden af individuelle tilskud tilsvarende. (Hvis din multivitaminpille indeholder 15 mg zink, bør du reducere dit zink-indtag med netop denne mængde.)
- **Skt. Johns Urt** - Denne medicinske plante interagerer med mange medikamenter fra apoteket. Den bør ikke indtages, hvis du er på en anden form for medicin uden forudgående vejledning fra din lægelige vejleder.

Proaktive og understøttende tiltag

Næsten alle tilstande kan bedst behandles i deres tidlige stadie. Det er klart at foretrække at undgå en helbredsrisiko helt, end det er at reagere på at en sådan er opstået. Som mundheldet siger, er blot éet gram af forebyggelse tusind kilo værd i helbredelsesøjemed.

En sund kost er vital i forbindelse med at understøtte et sundt immunforsvar

Tips:

- Ændr din kost, således at du reducerer indtaget af betændelsesfremmende madtyper. En kost med et lavt indhold af histaminer anbefales. Undgå forarbejdede fødemidler og genetisk modificerede organismer, også kendt som GMO.
- Madtyper, som du kan finde i tabel 1, kan også inkluderes i den daglige kost før du smittes med cov-19 eller modtager et covid-19-stik, hvis du virkelig stadig vælger at underkaste dig denne handling.
- Afbrudt faste: Afbrudt faste involverer skemalagte måltider, hvorunder man skifter imellem perioder af frivillig faste og ikke-faste. Fælles for mennesker, som følger denne praksis, er at de indtager alle deres daglige kalorier indenfor en 6-8-timers tidsramme hver dag. Denne metode benyttes for at igangsætte autofagi, som – essentielt anskuet – er en proces, som finder sted i celler hos mennesker, hvor celler nedbryder og genbruger diverse komponenter. Autofagi bruges af kroppen til at komme af med ødelagte celleproteiner, og kan ødelægge skadelige vira samt bakterier efter infektion.

- Daglig indtagelse af en multivitaminpille anbefales. Dette tilfører et basalt tilskud af vitamin A, vitamin E, jod, selén, sporstoffer sammen med vitamin C og vitamin D3.
- Varme-terapi, såsom at gå i sauna og varme bade, anses ligeledes for at være en god måde, hvorpå man kan afgifte sig fra spikeproteiner.

1. Hvad er spikeproteinet?

SARS-cov-2-virus indeholder et spikeprotein i sin overflade. Hvis du har set et billede af coronavirusen, er det de sol-lignende sager, der stikker ud fra ydersiden af virusen, som du ser afbilledet.

I løbet af en naturlig infektion spiller spikeproteiner en hovedrolle i forbindelse med at hjælpe virusen med at komme ind i din krops celler. En del af proteinet, kendt som S2, smelter viruskappen sammen med din cellemembran. S2-komponenten gør også coronavirus spikeproteinet let at finde for dit immunforsvar, som så laver antistoffer i forbindelse med at målrette og binde virusen.

Spikeproteiner bliver også produceret af din krop efter et covid-19-stik, og de fungerer på samme måde, idet de er i stand til at smelte sammen med cellemembranerne. Læg heroveni, at eftersom de er blevet lavet i dine egne celler, bliver disse dine celler genstand for angreb fra dit immunforsvar fordi det har til opgave at ødelægge spikeproteinet. Heraf følger, at dit immunforsvars svar på spikeproteinerne kan ødelægge din krops celler.

Fremkomne vidnesbyrd viser også, at i kernen af vore celler ødelægger spikeproteinet vore cellers evne til at reparere vores DNA.

Hvorfor skulle jeg overveje en spikeprotein-afgiftningskur?

Spikeproteinet fra en naturlig infektion eller en covid vaccine forårsager skade i vores krops celler, så det er vigtigt at handle i forbindelse med af afgifte sig fra det, så godt vi overhovedet er istand dertil.

Spikeproteinet er en yderst giftig del af virusen, og undersøgelser har peget på vaccine-forårsagede giftige konsekvenser. Spikeprotein-forskning foregår løbende.

Virus-spike-proteinet er blevet sat i forbindelse med bivirkninger såsom: blodpropper, hjernetåge, luftvejsinfektioner og hjertemuskelbetændelse, også kendt som myokarditis. Det er sandsynligvis ansvarlig for mange af de covid-19-vaccine-bivirkninger, der gennemgås i WCH-post-indsprøjtningmanualen.

Et japansk biodistributions-studie i forbindelse med Pfizer-vaccinen fandt, at i 48 timer efter vaccinationen, havde vaccine-partiklerne spredt sig til forskellige væv i hele kroppen, og forblev ikke på stedet, hvor stikket var foretaget. Der blev fundet høje koncentrationer i lever, knoglemarv og æggestokke.

Fremkomne vidnesbyrd om spikopati peger på, at konsekvenser relateret til betændelse og blodpropper kan dukke op i enhver vævsform, hvor spikeproteinet akkumulerer sig. Læg heroveni, at fagfællebedømt ("peer reviewed") studier med mus har konkluderet, at spikeproteinet er istand til at krydse hjernens blod-barriere. Således må du forstå, at i mennesker, kan dette protein medføre neurologiske skader, hvis ikke det udrenses fra din krop.

Hvordan man reducerer sin spikeprotein-byrde?

At støtte mennesker med længerevarende covid og post-vaccine-sygdom er en nyligt opstået del af sundhedsforskning og ditto praksis. De følgende lister indeholder substanser, som kan være dig til

nytte. Listen er sammensat af læger og holistiske helbredere fra hele verden med forskellige erfaringer i at hjælpe mennesker til at komme sig fra covid-19 og post-indsprøjtningssyge.

Heldigvis er der mange naturlige løsninger, som er lettilgængelige, og som kan reducere din krops spikeprotein-byrde. Visse "proteinhæmmende forbindelsesmekanismer" hæmmer spikeprotein-bindingsmekanismen i celler hos mennesker, så de ikke længere kan forårsage skade i menneskeceller.

Spikeprotein-hæmmere: Almindelig brunelle, grannåle, emodin, neem, mælkebøtteblade-ekstrakt, Ivermektin.

Spikeprotein-neutraliserende tiltag: N-acetyl cystein (NAC), glutation, fennikel-te, stjerneanis-te, grannåle-te, Skt. Johns Urt og laurbærblad, C vitamin

- Ivermektin har vist sig at binde sig til spikeproteinet, hvorved det potentielt gør det ueffektivt i forhold til at binde det til cellemembranen.
- Adskillige planter, som findes i naturen, herunder grannåle, fennikel, stjerneanis, Skt. Johns Urt og laurbærblad indeholder en substans kaldet shikimik-syre, som kan hjælpe med at neutralisere spikeproteinet. Shikimik-syre kan afhjælpe adskillige skadelige virkninger af spikeproteinet, og det menes at modarbejde blodpropper.
- Regelmæssige doser af C-vitamin er brugbare i forbindelse med at neutralisere enhver giftig substans.
- Grannåle-te har kraftige antioxiderende effekter, og indeholder høje koncentrationer af C-vitamin.
- Nattokinase (se tabel 1), et enzym udvundet af den japanske soyabønne-ret ved navn "Natto," er en naturlig substans, hvis egenskaber kan hjælpe med at reducere fremkomsten af blodpropper.

2. Hvad er en ACE2-receptor/modtager?

ACE2-receptoren befinder sig i cellevæggen, i lunge- og blodkar-foringen og i blodplader. Spikeprotein binder sig til ACE2-receptorer.

Det er blevet foreslået, at store koncentrationer af spikeprotein kan være istand til at binde sig til vore ACE2-receptorer, og "sætte sig fast" dér, hvorfor de blokerer ACE2-receptorernes egentlige funktion i forskelligt væv. Forstyrrelsen af disse receptorer er blevet set i sammenhæng med et utal af bivirkninger via ændret vævsfunktion.

Hvis spikeproteiner binder sig til cellevægge og "forbliver der," kan de være startskuddet til at immunsystemet giver sig til at angribe sunde celler, og muligvis være årsag til autoimmune sygdomme. Spikeproteinet kan binde sig til ACE2-receptorerne, som befinder sig på blodpladerne, og de endotheliale celler, som forer blodkarrene, hvilket kan føre til abnorm blødning eller blodpropdannelse. Begge er forbundet til vaccine-induceret trombocytopeni (VITT).

Sådan afgifter du dine ACE2-receptorer

Substanser som beskytter ACE2-receptorerne naturligt:

- Ivermektin
- Hydroxyklorokin (med zink)
- Quercetin (med zink)
- Fisetin

Der er fundet vidnesbyrd, som bekræfter, at når Ivermektin binder sig til ACE2-receptorerne, forhindres spikeproteinet i at binde sig til det istedet.

3. Hvad er interleukin-6?

Interleukin-6, eller IL-6, er primært et betændelses-cytokin-protein. Dette betyder, at det bliver produceret naturligt af kroppen, som svar på infektion eller vævsskade, og at det i sig selv påbegynder betændelses-responsen.

Hvorfor målrette indsatsen i retning af IL-6?

Visse naturlige substanser hjælper med afgiftningen efter stikket, idet de målrettet går efter interleukin 6. Videnskabelig evidens viser, at cytokiner såsom IL-6, findes i langst højere mængder iblandt de, som er inficerede med covid, end hos de, der ikke er det.

IL-6 er blevet brugt som en biomarkør i forbindelse med covid-udvikling. Forhøjede mængder af IL-6 er blevet fundet i patienter med luftvejssygdomme. Meta-analyse har peget på, at et troværdigt forhold imellem IL-6-niveauer og sværhedsgraden af covid. IL-6-niveauer er, omvendt, relaterede til T-celle antal i ICU-patienter.

Betændelsesfremmende cytokiner såsom IL-6 **forefindes ligeledes efter vaccination**, og studier viser, at disse kan nå hjernen.

IL-6-hæmmere er faktisk blevet anbefalet af Verdenssundhedsorganisationen i forbindelse med alvorlige tilfælde af covid, og de er blevet beskrevet som værende istand til at redde liv.

Hvordan afgifter man sig fra IL-6?

Den følgende liste af naturlige substanser, sammen med mange basale betændeshæmmende madtilskud, kan bruges i forbindelse med at forhindre bivirkninger af IL-6 ved at hæmme dets aktive handlen.

IL-6 hæmmere (anti-inflammatoriske tiltag): røgelse (*Boswellia serrata*) og mælkebøtteblade-ekstrakt

Andre IL-6 hammere: Sortkommen (*Nigella sativa*), gurkemeje, fiskeolie og andre fedtsyrer, kanel, fisetin (flavonoid), apigenin, quercetin (flavonoid), resveratrol, luteolin, D3-vitamin (med K2-vitamin), zink, magnesium, jasminte, krydderier, laurbærblad, sort peber, muskatnød, og salvie.

- Adskillige naturlige og plantebaserede substanser bruges i antiviral terapi. Plantepigmentet quercetin har vist sig at fremvise en bred vifte af anti-inflammatoriske og antivirale virkninger.
- Zink har vist sig at virke som en potent antioxidant, som beskytter kroppen imod oxidativt stress, en proces som er forbundet med DNA-skader, overproduktion af betændelse og andre skadesvirkninger.

4. Hvad er furin?

Furin er et enzym, som kløver proteiner, og som aktiverer dem biologisk.

Hvorfor gå efter furin?

Furin har vist sig at adskille spikeproteinet, og således tillade at covid-19-virus kan trænge ind i kroppen. Et furin kløve-område findes på covid spikeproteinet, på et sted hvor det normalt ikke optræder i ikke-manipulerede coronatype-vira. Dette menes at gøre den mere smitbar, specielt i menneskets lunger og luftvejsvæv. Furin-hæmmere virker ved at forhindre kløvning af spikeproteinet.

Hvordan afgifter man sig fra furin?

Substanser som naturligt hæmmer furin:

- Rutin
- Limonene
- Baicalein
- Hesperidin

5. Hvad er serinprotease?

Serinprotease er et andet enzym, som knækker bånd i proteiner på samme måde som furin. De produceres hos mennesket i pankreas, og hjælper med at fordøje mad, blodpropper og bekæmper infektioner, men de er ligeledes ansvarlige for hjælp i forbindelse med viral overføring.

Hvorfor gå efter serinprotease?

At hæmme serinprotease kan forhindre spikeproteinet i at blive aktiveret, og kan også reducere viral adgang til celler, så både infektionsrate og alvor i forbindelse med sygdom reduceres.

Hvordan afgifter man sig fra serinprotease?

Substanser som naturligt hæmmer serinprotease, og som kan hjælpe med at reducere spikeprotein-niveauer i kroppen, er:

- Grøn te
- Kartoffelknolde
- Blågrønne alger
- Sojabønner
- N-Acetyl cysteine (NAC)
- Boswellia (røgelse)

Hvad skal jeg tage? Hvor meget skal jeg tage? Hvor stammer det fra? Hvor kan jeg få det?

Tabel 1. Medicintyper og tilskud, som kan overvejes

Substans	Naturlig kilde (r)	Hvor fås det?	Anbefalet dosis
Ivermektin	Jordbakterie (ivermectin)	På recept	0.4mg/kg ugentligt i 4 uger. Hvis symptomatisk, se FLCCC I-R forskrifter . *Tjek pakke for at afgøre om hvorvidt der er Kontraindikationer før brug.
Hydroxyklorokin med zinc		På recept	200 mg ugentligt i 4 uger. *Tjek pakke for at afgøre om hvorvidt der er Kontraindikationer før brug.

D3 vitamin	fed fisk, fiskeleverolier	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	5000 – 10,000 IU dagligt med K2 vitamin
C vitamin	citrusfrugter f.eks appelsiner, kiwier, guavafrugter, æbler, bær og rå grøntsager (kål, pebre, spirede frø, haveurter, hvidløg)	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	6-12 g. dagligt delt ligeligt imellem sodium ascorbat (adskillige gram), liposomal C-vitamin (3-6 g) og ascorbyl palmitate (1-3 g)
K2 vitamin	Bladgrønt	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	90-120mcg dagligt, 90 til kvinder, 120 til mænd)
Zink	Rødt kød, fjerkræ, østers, hele kerner, græskarfrø, mælkeprodukter	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	11-40mg dagligt
Magnesium	Grønt, hele kerner, nødder	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Op til 350 mg dagligt
N-Acetyl Cysteine (NAC)	Mad med højt indhold af protein (fisk, kød, æg, bønner, linser, frø, spirer	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Op til 1200 mg dagligt (i adskilte doser)
Nattokinase	Natto (japansk fermenteret sojabønne-ret)	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Følg anvisning på tilskudsindspakning
Sortkommen (Nigella sativa)	Smørblomst eller ranunkel-plante-familien	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Følg anvisning på tilskudsindspakning
Almindelig brunelle (kendt som selvhelbreder)	Selvhelbreder-plante	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	7 ounces (207ml) dagligt
Grannåle	Grantræ	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Indtag te 3 gange dagligt Indtag olie eller harpiks der måtte aflejre sig i teen også)
Neem	Neem træ	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Ifølge din behandlers anvisninger eller tilberedningsinstrukser
Mælkebøtteblads-ekstrakt	Mælkebøtteplanten	Tilskud (mælkebøttemælkebøttekaffe, bladtinktur): naturkostbutikker, helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Tinktur ifølge din behandlers anvisninger eller tilberedningsinstrukser

Comfreyblad	Symphytum planteslægt	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Følg anvisning på tilskudsindspakning
Fennikel-te	Fennikelfrø	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Ingen øvre grænse. Begynd med 1 kop, og mål kroppens reaktioner
Stjerneanis-te	Kinesisk grøn te (Illicium verum)	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Ingen øvre grænse. Begynd med 1 kop, og mål kroppens reaktioner
Skt. Johns Urt	Skt. Johns Urt	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Følg anvisning på tilskudsindspakning *Tjek for kontraindikationer
Boswellia serrata	Boswellia serrata træ	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Følg anvisning på tilskudsindspakning
Gurkemejerod	Gurkemeje	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Følg anvisning på tilskudsindspakning
Fiskeolie	F Fede/oliefyldte fisk såsom ansjoser, laks, makrel atty/oily	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Op til 2000 mg på daglig
Kanel	Cinnamomum Kaneltræ genus	Forhandles i detailhandelen	
Fisetin (Flavonoid)	Frugter: jordbær, æbler, mango, vindruer, Grøntsager, løg, nødder	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Op til 100mg dagligt (Indtag med fedt)
Apigenin	Frugter, grøntsager og urter: persille, kamille, spinat, seller, artiskok, oregano	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	50mg dagligt
Quercetin (Flavonoid)	Citrusfrugter, og løg, persille, rødvin	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Op til 500mg 2 gange dagligt , Indtag med zink
Resveratrol	jordnødder, vindruer, vin, blåbær, kakao	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Op til 1500 mg dagligt i op til 3 måneder

Luteolin	Grøntsager: selleri, persille, løgstængler Frugter: æbleskræl, krysantemum-blomster	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	100-300mg dagligt (typisk producent-anbefaling)
Rutin	Boghvede, asparges, abrikos, kirsebær sort te, grøn te, hyldeblomst-te	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	500-4000mg dagligt (konsulter sundhedspersonalet, før du tager højere doser)
Limonen	Skaller af citrusfrugter som citroner, appelsiner og limefrugter	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Op til 2000 mg daglig
Baicalein	Scutellaria planteslægt	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	100-2800mg
Hesperidin	Citrusfrugter	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	Op til 150mg 2 gange dagligt
Jasmin te	Blade af almindelig jasmin eller Sampaguita-planter	Forhandles i detailhandelen, helsekostforretninger	Op til 8 kopper te om dagen
Grøn te	Blade af Camellia sinensis-planten	Forhandles i detailhandelen	Op til 8 kopper te om dagen eller som angivet på kosttilskuddet
Krydderier	Laurbærblade, sort peber, muskatnød, salvie	Forhandles i detailhandelen, helsekostforretninger, Krydderibod	Brug rigeligt i madlavningen
Kartoffelknolde	Kartofler	Forhandles i detailhandelen	
Blågrønalg	Cyanobacterier	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	1-10 gram dagligt
Andrographis Paniculata	Grøn chiretta-plant	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	400mg x 2 dagligt *Tjek for kontraindikationer
Silybum Marianum	Marietidselplante	Tilskud: helsekostforretninger, apoteker, kosttilskuds-butikker, online	200mg x 3 dagligt
Sojabønner (organisk)	Sojabønner	Forhandles i detailhandelen, helsekostforretninger	

De fleste af disse varer kan ubesværet fås hos lokale købmænd eller som kosttilskud.

Bemærk: Denne liste er ikke udtømmende, og andre substanser, såsom serrapeptase og CBD olie er også foreslået. WCH opdaterer løbende.

Holistiske behandlere anbefaler også substanser der udrenser kroppen, og befrier den for metaller såsom zeolit og aktivt kul. WCH vil forberede rådgivning om hvorledes man afgifter sig fra metaller. Dette vil ske løbende.

Top 10 spikeprotein afgiftnings-ABC fra websider delt med vore partnere:

- D-vitamin
- C-vitamin
- NAC
(N-acetylcysteine)
- Ivermektin
- Sortkommenfrø
- Quercetin
- Zinc
- Magnesium
- Gurkemejerod
- Mælketidselekstrakt
- [AAPS Covid Guide](#)
- [AFDL-behandlinger](#)
- [FLCCC kom dig efter vaccinen](#)
- [FLCCC længerevarende](#)
- [LEF respiratorisk/immun](#)
- [Ortomolyklær Protokol](#)
- [Zelenko Protokol](#)
- [Yanuck&Pizzorno Integrative](#)

Tilmeld dig WCH nyhedsbrev og bliv opdateret vedr. de seneste udgivelser worldcouncilforhealth.org/subscribe

Besøg denne side, her findes de nyeste opdateringer:
Worldcouncilforhealth.org



Ansvarsfraskrivelse:

Dette downloadbare hæfte er ikke beregnet til at blive brugt i stedet for individuel medicinsk rådgivning. I Det kan ikke bruges til at diagnosticere sygdom eller få adgang til behandling for webbrugere. Enkelt personer kan bruge materialerne fra World Council for Health til at supplere den pleje, der ydes af deres kvalificerede, betroede sundhedspersonale. Alle oplysninger, der leveres af World Council for Health eller i forbindelse med dets websted, tilbydes for at fremme enkeltpersoners og deres uddannede sundhedsudbydere overvejelse af forskellige evidensbaserede forebyggelses- og behandlingsmuligheder. Oplysningerne på denne hjemmeside og i denne pjece er til generel information og kan ikke erstatte lægelig rådgivning. Fejl og udeladelser kan forekomme.