

Supplementen anti-viraal

Coronavirus Preparedness Checklist

Bewerkte versie van: myersdetox.com

Deze lijst met supplementen is voor het verbeteren van de algemene immunofunctie en ziekteresistentie.

** Deze lijst is niet bedoeld als een preventieve of behandeling van Coronavirus.

*** Therapieën voor de preventie of behandeling van Coronavirus mogen alleen worden aanbevolen door gekwalificeerde zorgverleners en volksgezondheidsinstanties.

Voor de officiële informatie in Nederland wijs ik op de website van het RIVM: <https://www.rivm.nl/coronavirus>
Informatie voor professionals is te vinden op: <https://lci.rivm.nl/richtlijnen/covid-19>

Zelf ben ik in januari 2020 begonnen met het verzamelen en delen van informatie over het coronavirus. Wendy Myers heeft in de US een behoorlijk praktische folder geschreven voor gewone mensen.

Onderstaande is een samenvatting en vertaling van de brochure van Wendy Myers. Deze is wel zeer uitgebreid en haar advies is om een keuze te maken uit deze lijst. Op basis van de informatie die ik eerder heb verzameld maak ik persoonlijk de keuze voor:

- L-Lysine (dat ik altijd iedereen aanbeveel die ook maar het minste van griepachtige verschijnselen voelt)
- Zink
- Vitamines C, B, A, D, E (eventueel in de vorm van een heel goede Multi-vitamine/mineralen, plus extra C!)
- Cistus Incanus (druppels of capsules)
- Boswellia (bijvoorbeeld in capsules)
- Colloïdaal zilver gebruiken wij ook al jaren tegen herpes-infecties, met goede resultaten

Pieter Hoekstra

Colloïdaal zilver - neem ½ theelepel in per dag. Van zilver is aangetoond dat het 't SARS coronavirus en MRSA vernietigt wanneer het intern wordt ingenomen en verneveld. Ik raad ZEER aan om dagelijks een theelepel zilver in gedestilleerd water te vernevelen. Vernevelen is eenvoudigweg water nemen en er producten aan toevoegen (zoals colloïdaal zilver) en vervolgens de koude stoom van de vernevelaar in je longen en sinussen ademen. Doe dit om de gezondheid van de sinussen en de longen te ondersteunen nadat u in het openbaar of verdacht bent geweest en bent blootgesteld. Wendy Myers gebruikt de Phillips Respironics-verstuiver met eventueel een extra vol-gelaatsmasker (om het in de sinussen te ademen), maar dit draagbare apparaat werkt ook geweldig.

Daily Detox - Daily Detox bevat gefermenteerde broccolispruiten. In het geval van virussen heeft onderzoek aangetoond dat de verbindingen in broccolispruiten krachtige antivirale activiteit hebben en niet alleen de virale belasting, maar ook door virussen veroorzaakte ontsteking kunnen verminderen. Neem 1-2 maatschepjes per dag.

Solaris - Deze natuurlijke plant-esters ondersteunen het immuunsysteem. Ik heb ontdekt dat dit product persoonlijk infecties bij mijn klanten verlaagt, waaronder virussen, bacteriën, schimmels, candida en parasieten. Download Solaris hier. Neem 10 druppels in water. Je kunt het maximaal 4 keer per dag innemen.

Zink - Zink is een negatief geladen ion waarvan is aangetoond dat het virale replicatie remt. Neem 20-50 mg per dag - maar niet meer dan dat.

L-Lysine helpt zink te absorberen en ondersteunt het immuunsysteem. Neem L-Lysine op een lege maag. 1000-2000 mg per dag.

Spore-Mineralen - Mineralen zijn nodig voor celsignalering. Dit moet sterk zijn, zodat je immuunsysteem kan communiceren. Je hebt ook een hoog mineraalgehalte nodig om de alkaliteit te verhogen - Gezond zout is een therapeutisch zout om het mineraalgehalte en de alkaliteit te verhogen. Virussen gedijen in een zure omgeving;

daarom kan het zo alkalisch mogelijk houden van je lichaam de preventie van virale infecties ondersteunen. Gezond zout is 25% mineralen. Ter vergelijking: zeezout is 1% en Himalaya zout is .8% mineralen. Neem een snuifje in elk glas water.

Selenium is erg belangrijk om virale replicatie te voorkomen. Mijn Ageless AF-supplement bevat 100mcg per capsule van de beste vorm van selenium op de markt - SE-methyl-selenocysteïne naast knoflook, dat krachtige antivirale eigenschappen heeft. Neem 200 mcg per dag.

Vitamine C is essentieel voor een respons van het immuunsysteem van de gezondheid. Het stimuleert zowel de productie als de functie van witte bloedcellen. Neem zoveel als je kunt om de darmtolerantie te verminderen. Dit betekent dat als u diarree krijgt, u minder moet innemen. Ik roteer verschillende soorten vitamine C - op basis van voedsel en liposomaal. Neem de hoogst mogelijke pH Vitamine C die - biologische voedselkwaliteit: Rozenblaadjes bloemen en knoppen. Maak er thee van en drink 1-3 kopjes per dag. Je kunt ook organisch Alma- of Amalaki-poeder of organisch Moringa-poeder nemen om vitamine C te krijgen, maar het is niet zo alkalisch als de rozenknoppen. Liposomal C wordt ook aanbevolen (in capsules). U kunt zelfs IV Vitamine C doen als u ziek wordt of om snel niveaus te verhogen (in Nederland via zrts/ziekenhuis).

Vitamine D is cruciaal voor het activeren van immuunafweer - uw T-cellen. Koop vitamine D bij voorkeur uit levertraan, lever, supplementen, paddenstoelen, vette vis en zonneshij. Ik hou niet van synthetische D-supplementen omdat ze het lichaam niet nabootsen of zich op dezelfde manier gedragen als vitamine D die afkomstig is van zonneshij en natuurlijke voedingsmiddelen. Als u een D-supplement wilt nemen, krijgt u dagelijks 10.000 IE.

Vitamine A heeft antivirale eigenschappen en ondersteunt het immuunsysteem wanneer het wordt aangevallen door virussen. Het beschermt uw bovenste luchtwegen slijmvliezen en voering. U wilt voedsel op basis A, niet in een supplement, waarvan bijna alle gemaakt zijn van GGO-mais. Ik hou van runderlever supplementen om vitamine A te krijgen. Neem dagelijks 25.000 IE. Je kunt ook runderlever eten.

Jodium is noodzakelijk voor een goede werking van het immuunsysteem. Ik hou van Iodoral omdat het twee vormen van jodium heeft. Neem 25 mg / dag als dagelijkse dosis en tot 50-100 mg / dag bij het eerste teken van een ziekte. Jodium kan nadelige effecten veroorzaken. Misschien wil je met veel minder beginnen als je een tijdje geen jodium hebt gebruikt om te acclimatiseren. Als u hyperthyreoïdie of hypothyreoïdie heeft, raadpleeg dan uw arts voordat u jodium gebruikt

CBD - Cannabinoïden moduleren de macrofagen van het immuunsysteem die ziekteverwekkers en toxines opruimen. Let op - er zijn veel slechte, giftige en zelfs nep CBD-producten op de markt. Ik raad aan om een organische CBD-tinctuur met volledig spectrum (niet capsules) onder de tong te nemen. Ik vind het leuk omdat het is getest op meer dan 130 verontreinigingen zoals pesticiden, glyfosaat en zware metalen.

Monolaurine is een antiviraal middel dat biofilms opbreekt waar infecties zich kunnen verbergen voor het immuunsysteem. Ik hou van het merk Lauricidin.

Probiotica - Eet probiotisch rijk gefermenteerd voedsel zoals rauwe zuurkool, Kim Chi en andere gefermenteerde producten die niet zijn gepasteuriseerd. Ion Biome neusspray voegt goede bacteriën toe aan uw sinussen om infecties te bestrijden. Versterk uw darmen, waar het grootste deel van uw immuunsysteem zich bevindt, met Megaspore Biotics probiotica.

Cistus incanus - Dit kruid voorkomt dat virussen cellen binnendringen. Je kunt een tinctuur, capsules of thee van cistus incanus krijgen.

VOEDING

Eet deze voedingsmiddelen om de immuniteit te verhogen, het lichaam te alkaliseren en celmembranen te versterken.

- Eet organische eieren, dierlijke eiwitten, vetten - je hebt vetten van goede kwaliteit nodig voor sterke cellulaire membranen. RNA-virussen kunnen gemakkelijker in ongezonde cellen komen met een slechte membraanintegriteit.
- Eet Omega-3 vetten uit vis. In het wild gevangen vis is een geweldige bron van kwaliteitsvetten voor sterke celmembranen. RNA-virussen kunnen gemakkelijker in ongezonde cellen komen met een slechte membraanintegriteit.
- Eet lagere of geen geraffineerde koolhydraten (geraffineerde koolhydraten verzuren)
- Eet veel groenten zoals sla, spinazie, boerenkool, raapstelen, mosterdgroen.
- Eet probiotisch gefermenteerd voedsel.
- Eet paddestoelen om de immuniteit te verbeteren. Shiitake, Reishi, Maitake, Chaga, Cordyceps en Turkey Tail zijn slechts enkele paddestoelen die geweldige immuunversterkers zijn. Paddenstoelen bevatten betaglucanen die nodig zijn voor een goede immuniteit.
- Eet organische rauwe ongefilterde honing omdat deze negatief is geladen met ionen. Manuka-honing is een krachtige antiviraal gebleken.
- Vermijd tarwe en maïs vanwege residuen van bestrijdingsmiddelen, schimmels, schimmels en hun inherente afname van de immuunfunctie.
- Vermijd alcohol, omdat dit de functie van het immuunsysteem onderdrukt.
- Vermijd suiker, die de immuunsysteemfunctie gedurende 6 uur na inname onderdrukt.

Essentiële oliën

Gebruik etherische oliën met antivirale en antiseptische eigenschappen. Verdamp ze en maak er schoonmaakproducten van (voeg een paar druppels toe aan water en veeg oppervlakken af).

- Boswellia - Kalmeert cytokinestormen (virale symptomen)
- Wierook (olie dus! om te vernevelen)
- Copaiba Olie (Copaifera officinalis)