

Informacje wstępne

Informacje tutaj zawarte zostały zebrane z ogólnodostępnych źródeł. W myśl przepisów mają charakter informacyjny i nie mogą być traktowane jako porada medyczna.

1. Koronawirus COVID- 19 z Wuhan

W mediach głównego nurtu (telewizja, radio, prasa, największe portale internetowe) każdego dnia ukazują się setki informacji na temat obecnej pandemii koronawirusa. Jedyne oficjalne zalecenia sprowadzają się do dwóch rzeczy: **izolacja** czyli unikanie ludzi i **mycie rąk**.

Jesteśmy również informowani, że wirus atakuje głównie ludzi z **bardzo niską odpornością**.

Dlatego w największym stopniu to osoby starsze stanowią grupę największego ryzyka, zagrożone częściej powikłaniami. U osób tych bardzo często występuje wiele schorzeń jednocześnie (np. nadciśnienie, choroby serca, cukrzyca), i przyjmują kilka lub nawet kilkanaście różnych leków.

W mediach nie znajdziemy praktycznie żadnych informacji w jaki sposób tę odporność podnieść.

Lekarze przyznają wprost, że nie posiadają żadnego leku. Antybiotyki nie działają na wirusy. Wirusy może zwalczyć tylko silny i zdrowy organizm. Aby tak się stało należy ten organizm wzmocnić.

Natomiast w ostatnich dniach została przeprowadzona **szeroka kampania dezinformacyjna**, dyskredytująca wszelkie metody naturalne, zwłaszcza stosowanie witaminy C, witaminy D, oraz innych witamin i minerałów (cynk) oraz suplementów.



Co więcej, z sieci handlowych Biedronka i Carrefour został wycofane czasopismo „Zdrowie bez leków”, w którym ukazały się artykuły m.in. lek. med. Jerzego Jaśkowskiego „Czy bać się chińskiego koronawirusa”, lek. med. Huberta Czerniaka „Odporność na wirusy” czy Jerzego Zięby „Czy grozi nam epidemia”, prof. P. Claytona „Jak chronić się przed infekcją”.

Portal allegro usunął wszystkie aukcje ze sprzedażą książek Jerzego Zięby pt „Ukryte Terapie cz. I i cz. II”. Warto wspomnieć, że każda informacja zawarta w książkach zawiera odnośniki do konkretnych badań i konkretnych opublikowanych prac naukowych.

W niezależnych portalach internetowych znajdziemy wiele materiałów na temat radzenia sobie z własną odpornością. Są to materiały przygotowane przez lekarzy medycyny, a także naturopatów i fitoterapeutów. **W większości przypadków te informacje często są wymieniane i pokrywają się ze sobą.**

Co wiemy o wirusie?

Prof. Gut, wirusolog, przyznał publicznie, że zarażenie koronawirusami istnieje od kiedy jesteśmy na tej Ziemi. Koronawirusy są wszędzie. Kiedyś szliśmy do lekarza z takimi objawami jak suchy kaszel, trochę podniesiona temperatura, ból stawów, ogólne osłabienie => to było normalne, lekarze zalecali witaminę C na wzmocnienie, wyleżenie w łóżku, wygrzanie się. Szacuje się, że 20-40% zakażeń tego typu było spowodowane przez koronawirusy, tylko nikt tego nie badał. Wiele znanych osób ze świata medycyny sugeruje, aby zachować zdrowy rozsądek i nie panikować.

2. W jaki sposób ograniczyć wniknięcie wirusa do organizmu

na podstawie materiałów – lek. med. Marek Skoczylas

<https://www.youtube.com/watch?v=mX5pB8HybLY>

<https://www.youtube.com/watch?v=YwYbsVytL-8>

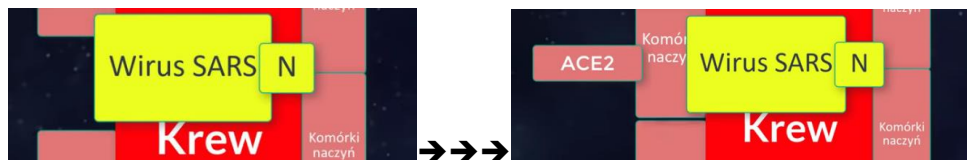
<https://www.youtube.com/watch?v=13ZrX3Cz7DE>

W jaki sposób wirus wnika do organizmu? Germakron, Emodyna i Glicerycyna utrudniają wnikanie wirusom.

Naczynia krwionośne posiadają w swoich ścianach posiadają receptory ACE2 (zwane receptorami enzymów konwertujących angiotensynę typu II). Ogólnie mówiąc, aktywacja tego receptora, który na wykresie jest oznaczony ACE2, powoduje zmianę przepuszczalności naczyń krwionośnych. To pozwala organizmowi utrzymać odpowiednie warunki między krwią a resztą płynów ustrojowych. Na przykład w nerkach możliwe jest oddawanie szkodliwych produktów przemiany materii. Czyli naczynia mogą zwiększać swoją przepuszczalność, jak i zmniejszać, w zależności od tego co organizm chce uzyskać.



Niestety jak się okazuje, wirus SARS, który jest koronawirusem potrafi reagować z tym receptorem, przedostając się do wnętrza naszego organizmu. *Na rysunku pokazane jak receptor ACE2 zmniejsza przepuszczalność błony naczynia i „wpuszcza” wirusa, po czym zamyka błonę.*



Receptor ten znajduje się w płucach, ale również w tkance nerek, pęcherza moczowego i tkankach serca mięśniowego. Bardzo często może dojść do sytuacji, u którego wystąpią typowe objawy kardiologiczne, nefrologiczne, hepatologiczne lub urologiczne, tzn. w badaniu widać, że pacjent ma dziwne problemy z pęcherzem moczowym, dziwną niewydolność nerek czy jest duża ekspresja tego receptora w komórkach mięśnia sercowego (pacjent typowo narzeka na niewydolność mięśnia sercowego).

Receptory wirusa, które łączą się z naszymi receptorami ACE2, zakończone są Neuronimidazą (N). Tworzenie się tego białka hamuje **germakron**, zawarty w roślinie **bodziszek korzeniasty**.

Jednocześnie od 2007 wiemy doskonale, że takie wirusy jak SARS mają ogromny problem z połączeniem z naszym receptorem ACE2, a tym samym wniknięciem do naczyń krwionośnych, jeśli w organizmie znajduje się substancja, która znajduje się **Emodyna**. **Emodynę** odnajdziemy w **Rdeście wielokwiatowym lub japońskim/ostrokończystym**, zarówno w korzeniu, jak i łodydze. **Emodyna** zablokuje możliwość połączenia się receptorów wirusa, z receptorami ACE2, co umożliwiłoby wirusowi wniknięcie do naczyń krwionośnych, a później do komórek np. płuc.

Praca naukowa z 2007 roku pt. „Emodyna blokuje białko szczytowe koronawirusa SARS i interakcję enzymu konwertującego angiotensynę 2 ACE2” W tekście czytamy: „*Emodyna, związek*

antrachinonowy pochodzący z rodzaju Rheum i Polygonum znacząco zablokował interakcję białka wirusa S i receptora ACE2 w sposób zależny od dawki. Odkrycia te sugerują, że emodynę można uznać za potencjalny wiodący środek terapeutyczny w leczeniu SARS”.

Glicerycyna: zmniejszenia płynności błony komórkowej zmniejsza ryzyko zakażenia wirusem

Rozwiązaniem może być zmniejszenie płynności naszych błon komórkowych. Tylko 5% zmniejszenia płynności błony komórkowej zmniejsza ryzyko zakażenia wirusem HIV o 56%. A 5% zwiększenie płynności błony komórkowej zwiększa ryzyko o ponad 100%. Analogicznie to będzie wyglądać przy zakażeniach koronawirusem.

Błony komórkowe zbudowane są w dużej części z cholesterolu. Teoretycznie nadmiar cholesterolu może się wiązać ze zwiększoną płynnością błon komórkowych. A tym samym większą zdolnością penetracji przez wirusy. W tym miejscu może nam pomóc lukrecja. **Lukrecja** zawiera w sobie substancję, która nazywa się glicerycyna. Budowa chemiczna **glicerycyna** jest bardzo podobna do cholesterolu. Tymczasowo glicerycyna może podmieniać cholesterol w błonach komórkowych czyniąc je mniej płynnymi i przepuszczalnymi. Glicerycyna zmniejsza płynność błon komórkowych, a to utrudnia wirusom przenikanie do nowych komórek i szerzenie się zakażenia. Ale glicerycyna przenika także do otoczek wirusowych, powodując że otoczka staje się bardzo sztywna i to utrudnia wirusom wnikanie do naszych komórek.

Jest prosta zależność: im więcej **glicerycyny** tym silniejszy efekt. Uwaga! Dawki tej nie możemy podnosić bez końca. W nadmiarze glicerycyna może być szkodliwa. Komitet Naukowy UE ds. Żywności ustalił dawkę 100 mg 1x dziennie jako dawkę maksymalną dla dorosłego człowieka. 100 mg glicerycyny znajduje się w 60 gramach cukierków lukrecyjnych (to glicerycyna odpowiada za słodki smak tych cukierków). Ale są też suplementy diety z wyciągiem z lukrecji. W wielu suplementach glicerycyna jest usuwana w procesie deglicyryzacji, trzeba więc czytać uważnie jakie suplementy kupujesz. W dużym uproszczeniu kupowanie suplementów bez glicerycyny to tak jak kupno komputera bez klawiatury. **Nie poleca się, aby stosować ją dłużej niż 2 miesiące jednym ciągiem. Po dwóch miesiącach trzeba zrobić 1 miesiąc przerwy.**

Film Lek med. Marka Skoczylasa: „Chińczycy potwierdzają, w leczeniu koronawirusa używamy lukrecji” https://www.youtube.com/watch?v=y3b_btDHsOg

Ogólne rady jak zmniejszyć zakażenie wirusem?

- unikać jedzenia i picia ze wspólnych naczyń i butelek;
- unikać dotykania wspólnych przedmiotów, publicznych – przez chusteczkę z alkoholem
- nie dotykać oczu, nosa i ust rękami
- unikać zatłoczonych miejsc – wirus potrafi utrzymać się do 2-3 godzin w powietrzu i mieć zasięg do 5 metrów wokół osoby zainfekowanej
- unikać zwierząt
- **unikać cukru i węglowodanów** (w mące, makaronach) – cukier obniża odporność
- **unikać stresu i paniki** potrafią obniżyć naszą odporność aż o 80% (E. Paweła)
- **unikać radia i telewizora**, gdzie dominują informacje negatywne, wywołujące w nas permanentny strach, panikę, depresję
- **Ibuprofen** - ostatnio pojawiły się doniesienia, aby nie przyjmować IBUPROFENU. Ibuprofen jest substancją czynną wielu leków przeciwbólowych. Ibuprofen wzmacnia działanie receptora ACE2, który umożliwia wirusowi wniknięcie do organizmu człowieka.

Witaminy, minerały i zioła

WITAMINA C - wbrew temu co ostatnio głoszą oficjalne media Witamina C ma ogromny wpływ zarówno na odporność, jak i działanie przeciwwirusowe!

Witamina C ma kluczową rolę w produkcji tlenu azotu, a tlenek azotu odgrywa bardzo istotną rolę w walce z koronawirusem.

Witamina C powoduje także odbudowanie potencjału na błonie mitochondrialnej i przywrócenie normalnego funkcjonowania mitochondriów:

*„Jednym z podstawowych problemów u osoby zaatakowanej koronawirusem jest **utrata potencjału na błonie mitochondrialnej**. Jeżeli dojdzie do zaburzenia funkcjonowania błony komórkowej mitochondriów **mitochondria nie są w stanie produkować ATP**, pacjent będzie umierał, a lekarze nie będą wiedzieć dlaczego. Pacjent będzie słabł, wszystkie jego organy po kolei będą mu odmawiać posłuszeństwa. Do **zaburzenia potencjału na błonie mitochondrialnej** dochodzi także wtedy, kiedy pacjent jest poddawany działaniu promieniowania z telefonów komórkowych, z fal wi-fi, być może też wkrótce 5G. Promieniowanie wi-fi doprowadza do utraty właściwego potencjału na błonie mitochondrialnej. Są publikacje, wskazujące że ta zwykła witamina C, potrafi ten potencjał, funkcjonowanie błony mitochondrialnej odtworzyć. !” <https://www.brighteon.com/49fd9cca-35bd-4bb6-8e2b-f57d87a83e7c>*

*** W Chinach witamina C jest stosowana w leczeniu pacjentów z koronawirusem!**

- 1. Chiny testują wysokie dawki witaminy C w leczeniu koronawirusa w szpitalach**
Chiny testują wysokie dawki witaminy C na koronawirusa – Victoria Lambert
(<https://pubmedinfo.org/2020/03/17/chiny-testuja-wysokie-dawki-witaminy-c-na-koronawirusa/>)
Coronavirus Patients in China to be Treated with High-Dose Vitamin
(<http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n10.shtml>)
- 2. W Chinach podjęto badania kliniczne stosowania witaminy C.**
„Vitamin C Infusion for the Treatment of Severe 2019-nCoV Infected Pneumonia”.
(<https://clinicaltrials.gov/ct2/show/study/NCT04264533>)
- 3. Władze miasta Szanghaj zaleciły oficjalnie stosowanie witaminy C w leczeniu osób zakażonych koronawirusem.**
Shanghai Government Officially Recommends Vitamin C for COVID-19
(<http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n16.shtml>)
Vit C officially included in Shanghai Government Covid-19 Treatment Plan, Update 2/3
(<https://www.youtube.com/watch?v=uwbCCm8Y8G8>)
- 4. 50 ton witaminy C dla Wuhan przeciwko koronawirusowi! | Białczyński**
(<https://bialczynski.pl/2020/02/26/50-ton-witaminy-c-dla-wuhan-przeciwko-koronawirusowi/>)
TONS OF VITAMIN C TO WUHAN China Using Vitamin C Against COVID
(<http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n13.shtml>)
- 5. Media informacyjne atakują stosowanie witaminy C**
News Media Attacks Vitamin C Treatment of COVID-19 Coronavirus
(<https://orthomolecular.org/resources/omns/v16n15.shtml>)
- 6. Witamina C chroni przed koronawirusem**
Vitamin C Protects Against Coronavirus
(<http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n04.shtml>)

Jak stosować witaminę C? (poleca m.in. lek med. Hubert Czerniak)

Kwas askorbinowy / Askorbinian sodu w proszku (może to być witamina krystaliczna do kupienia w internecie w sklepach ekologicznych lub firmie Stanlab, koszt to około 40-60 zł za 1 kilogram) możemy przyjmować łyżeczkami, dziecko płaska lub ½ łyżeczki.

Jeżeli te patogeny dostaną do organizmu dzieci i dorosłych, możemy je zwalczać. Najlepiej po pół małej łyżeczki lub po całej małej łyżeczce co 2 godziny, aż pojawi się biegunka, albo odczucie bulgotania w brzuchu. Wtedy wiemy że organizm jest nasycony, więcej nie potrzebuje i od następnego dnia bierzemy 1 łyżeczkę mniej albo dwie. Jak mamy zaparcia, 1 łyżeczkę mniej, jak nie ma z tym problemu – dwie łyżeczki mniej

Stosujemy wedle uznania. Jak ktoś ma niemyt, lub uszkodzoną śluzówkę żołądka może odczuwać lekki ból. Najlepiej mieszać oba w proporcji 1:1 czyli kwas L-askorbinowy z askorbinianem sodu.

Polecane są także te preparaty:

- Forever – preparat do ssania (kilka pastylek dziennie do ssania) – nie występują biegunki ani pieczenie w przełyku
- Ascolip – witamina C w formie liposomalnej, możemy przyjmować bez obaw o wywołanie biegunki

Witamina C z apteki trudniej przyjmuje się w większych dawkach – najczęściej zawierają 0,1 lub 0,2 gram czystej witaminy C (kwasu askorbinowego) i wiele innych szkodliwych substancji pomocniczych.

Na temat witaminy C i innych metod **polecane filmy**:

- **Dr Thomas E. Levy - Leczenie Witaminą C - Wystąpienie na Wiośnie Zdrowia**
<https://www.youtube.com/watch?v=EhYrWV0XMZo>
- Lek med. Hubert Czerniak TV #21 Infekcje wirusowe i bakteryjne / Przeziębienie / Biegunka / Gorączka / Bańki
<https://www.youtube.com/watch?v=sejqOj2Mmeg>
- Lek. med. Hubert Czerniak TV - Jak podnieść ODPORNOŚĆ i zapobiec INFEKCIOM / Lekarz podaje skuteczne metody
<https://www.youtube.com/watch?v=CidOMwKpg9c>
- O witaminie C (Jerzy Zięba)
<https://www.brighteon.com/592d937a-3219-49de-9073-3dc70bde0d59>
- Koronawirus - leczenie osoby umierającej – Jerzy Zięba
<https://www.brighteon.com/be955218-950d-47d7-b4aa-5d3358ef9d84>
- Lek Med. prof. Frydrychowski potwierdza, że stosowanie witaminy C, DMSO i wody utlenionej (65.000 publikacji w Pub Med.) w leczeniu koronawirusa może ratować życie umierającej
<https://www.bitchute.com/video/u3VpO4EF79e/>
- **Witamina D3, A, D, E, K2 – witaminy rozpuszczalne w tłuszczach**
- **żółtka jaj**, płynne - żółtka zawierają wszystkie witaminy, minerały, aminokwasy – ważne aby nie były „ścięte”! najlepsze surowe, tylko podgrzane, może być kogel mogel)
Jaja powinny być od kur biegających po podwórku, najlepsze są jaja „ekologiczne” z kodem „zero” – cudowna „procedura medyczna” która zabezpieczy przed chorobą zakaźną, da dużo witamin, energii, że dziecko będzie chciało to spożywać;
Film: „**Biosubstancje zawarte w jajach kurzych - prof. dr hab. inż. Tadeusz Trziszka**”
(w czasie II Konferencji naukowej "Człowiek - Żywność - Zdrowie", która odbyła się w dniach 23 - 25 marca 2017 roku na Uniwersytecie Przyrodniczym we Wrocławiu wystąpił rektor tej uczelni prof. dr hab. inż. Tadeusz Trziszka z prezentacją - "Wykorzystanie biosubstancji zawartych w jajach kurzych". Było to podsumowanie badań przeprowadzonych na szeroką

skalę nad właściwościami odżywczymi i prozdrowotnymi jaj kurzych. Efekty okazały się wręcz sensacyjne)

<https://www.youtube.com/watch?v=0HdQUUjV2Xg>

- **miód**
- **mleczko pszczele** – bardzo dawno używany w apiterapii, teraz zapomniany suplement, ssać kilka razy dziennie
- **propolis** (małą garść kitu pszczelego umieszczamy w litrowym szklanym słoiku) – spożywamy w kroplach; praktycznie wszystkie krople medyczne są na spirytusie
- **witaminy z grupy B** – dobry preparat Homocyn (ma wszystkie).
- **witamina PP (B3)** – kwas nikotynowy tj. Niacyna – nie bać się efektu „flash”. Jeśli wystąpi i będzie trudno tolerowalny można podać polopirynę, nie sterydy. Po witaminy PP (B3) następuje wyrzut histaminy z mastocytów, więc nie sterydy, tylko leki przeciwhistaminowe ewentualnie
- **Czosnek** - [Natural News: <https://www.naturalnews.com/2020-03-18-9-superfoods-with-anti-viral-properties.html> - czosnek **jest silnym środkiem przeciwwirusowym, przeciwbakteryjnym i przeciwgrzybiczym**. Wzmacnia układ odpornościowy przed łagodnymi infekcjami, takimi jak przeziębienie, poprzez stymulowanie produkcji białych krwinek. Jego właściwości przeciwwirusowe pozwalają również czosnkowi pomagać w zwalczaniu różnych wirusów, takich jak wirusy grypy wywołujące gripę i nosorożce wywołujące przeziębienie. Miażdżymy, zalewamy przegotowanym mlekiem, dodamy miodu gdy ostygnie, masła. Musi to być prawdziwe mleko, aby były w stanie rozwijać się na nim bakterie tlenowe. Nigdy mleko w kartonikach. Pijemy powoli, i ma spływać po tylnej ścianie gardła. Bóle gardła ustępują
- **Cebula** – jest bardzo silnym antybiotykiem, naturalnym, nie ma obawy o zniszczenie flory bakteryjnej; łuszczymy cebulę i listki moczymy w soli, można zagryzać chlebem;
- **Jod**, najlepiej **Płyn Lugola**, wodny roztwór, bardzo ważny pierwiastek - kilka kropeł dziennie do wypicia z wodą lub mlekiem; możemy stosować go do płukania gardła - na szklankę wody 30-40 kropli i płuczemy gardło. To samo możemy wykonać z wodą utlenioną 3%. 4 prysnięcia na szklankę wody do płukanie
- **Selen i Cynk** – oddzielnie, bo są wchłaniane tym samym kanałem i będą ze sobą konkurować
- **Mumio** – 70 minerałów albo Mumio Shilajit himalajskie lub kaukaskie
- **Magnez** – np. siarczan magnezu (sól Epsom) albo chlorek magnezu do kąpieli lub do moczenia stóp – umożliwi wchłanianie witaminy D3
- Prawidłowe **nawadnianie się** – do każdej szklanki wody dodajemy szczyptę soli najlepiej kłodawskiej (nie soli kuchennej warzonej – jest pozbawiona niezwykle potrzebnych minerałów)
- **Krzem** – preparaty krzemowe. Krzem z roślin bardzo trudno się wchłania – najłatwiej przyswajalna krzemionka jest w mioduncie plamistej. Dużo krzemu zawiera skrzyp polny – należy go gotować i uzupełniać witaminy z grupy B
- **Złoto i srebro** – w postaci jonowej koloidowej – można 20-40 ppm, ale też można pić 200-400 ppm. Po tym człowiek się nie zatruje, ale złoto i srebro jest zabójcze dla mikrobów
- **DMSO** – silny środek przeciwzapalny, można pić 50 ml zmieszane 1:1 z czystą wodą; smaczniejsze jest to z Biomus, bo nie czuć zapachu. Więcej informacji: przykładowy film: „073 PoradySpodLady 😊 Komu szkodzi DMSO? TakNaBabskiRozum”
<https://www.youtube.com/watch?v=IPpWuE1FLSg>
„DMSO należy do grupy najcudowniejszych środków stosowanych w medycynie naturalnej. Jego niezwykle właściwości przeciwnowotworowe, przeciwzapalne oraz przeciwbólowe udowodniono w badaniach klinicznych.

Quellbild anzeigen

Odkryto, że DMSO potrafi penetrować skórę i przenikać do układu krążenia bez uszkodzania powierzchni skóry, a nałożony na skórę, w ciągu kilku minut wnika w głąb struktur tkanki kostnej, znacząco uśmierzając ból i likwidując stany zapalne. Z tego powodu może być wykorzystywane do przenoszenia leków lub środków odżywczych przez skórę do organizmu. Jednak nadal jego zastosowanie nie jest zbyt mocno rozpowszechniane w medycynie konwencjonalnej.

DMSO możemy kupić w sklepach internetowych, sklepach dla zwierząt lub u weterynarza, ponieważ jest stosowany np. na stawy u koni wyszcigowych, które wielokrotnie kosztują fortunę." <https://omagrzybna.blogspot.com/2019/04/dms0-i-jego-dzialanie.html>

- **Sen! Śpimy:** ważne świeże powietrze, wywietrzony pokój albo przy otwartym oknie np. szlafmyca
- **Ruch fizyczny** – 2-3x w tygodniu trzeba się spocić – 2 godzinny trening, potem kąpiel
- **Kąpiel** – w różnych temperaturach – naprzemiennie zimna i gorąca woda, na zmianę
- **Mleczko z miodem i czosnkiem:** pokroić czosnek, zalać wrzącym prawdziwym mlekiem, nie będzie takiego zapachu. Gdy ostygnie dodajemy łyżka masła i łyżka prawdziwego miodu, najlepiej spadziowego

Film Jerzego Zięby „Koronawirus - leczenie osoby umierającej”

<https://www.brighteon.com/be955218-950d-47d7-b4aa-5d3358ef9d84>

Omówienie wszystkich elementów w filmie

SUGESTIE DLA LEKARZY

UWAGA !! Slajd ten NIE może być rozpowszechniany BEZ mojego komentarza!

1. Askorbinian sodu – dożylnie
2. DMSO – dożylnie
3. Perhydrol – **0,04%** do **0,06%** dożylnie, inhalacja, podanie sobie,
4. Bufory
5. Temperatura
6. łyżka węgla drzewnego co 6 godz. (jeśli pacjent jest przytomny, PRZED rozpoczęciem leczenia)
7. Wit. D3 – 200 000 IU (wit. D2 300 000IU domięśniowo)
8. Srebro i złoto – dożylnie (odpowiednia FORMA!!!)
9. Wit. A – 100 000IU
10. Jod 50 do 100 mg przez dwa-trzy dni, następnie 25 mg
11. Wit K2 MK7 200 - 400 mcg (wysokiej jakości, nie w kroplach)
12. Selen (1000 mcg, kilka dni)
13. Cynk 50 mg
14. Magnez 3 x dziennie po 150 mg
15. Intensywnie nawadniać (sól)
16. Czystek, szalwia, czarny bez, lukrecja

Autor : Jerzy Zięba luty 2020

ZIOŁA: wiele ziół ma właściwości przeciwwirusowe wzmacniające układ odpornościowy przed infekcjami

- zioła: **rumianek, malina, głóg, jeżyny, czarny bez owoc,**
- omówione wcześniej: **bodziszek korzeniasty** (germakron), **lukrecja** (glicerycyna), **rdest wielokwiatowy** lub **ostrokończysty** lub **japoński** (emodyna)

- **Oregano** - zawiera związek przeciwwirusowy znany jako karwakrol. Ten związek jest bardzo silny przeciwko mysieniu norowirusowi, wysoce zakaźnemu wirusowi, który powoduje gripę żołądkową u ludzi
- **Szałwia** - aromatyczne zioło, które może być również stosowane w leczeniu infekcji wirusowych dzięki naturalnie występującej substancji chemicznej zwanej saffinolidem.
- **Bazylija** - zawiera związki roślinne apigeninę i kwas ursolowy, które są silne przeciwko wirusowi zapalenia wątroby typu B, wirusowi opryszczki pospolitej i enterowirusom.
- **Melisa** - Melisa zawiera związki roślinne, które działają przeciwwirusowo na ptasią gripę.
- **Dziurawiec**
- **Buraczki ćwikłowe** (czerwone) – soki ze świeżych buraków, codziennie 1 szklanka na czczo
- **Uwaga!** niektóre zioła mogą wchodzić w interakcję z przyjmowanymi lekami, mogą np. osłabiać lub znosić ich działanie (np. dziurawiec, głóg).

Artykuł dra Różańskiego

Rośliny przeciwwirusowe przydatne w praktycznej fitoterapii (dr nauk biologicznych Henryk Różański, wybitny współczesny naukowiec) <https://rozanski.li/>

Wiele znanych roślin zielarskich zawiera substancje przeciwwirusowe o różnym mechanizmie działania. Większość z nich wpływa dodatkowo immunostymulująco. Można je wykorzystać do terapii i profilaktyki chorób wirusowych. Obecnie mamy okres zwiększonej zachorowalności na schorzenia wywołane wirusami.

W tabeli przedstawiłem rośliny, które zostały opisane w biologii i medycynie jako wirusobójcze lub wirusostatyczne. Preferowałem raczej te, które były stosowane w leczeniu chorób wirusowych, nawet wtedy, gdy nie znano jeszcze samego wirusa oraz takie, których aktywność wykazano w badaniach in vivo. Jeżeli nie podałem gatunku, lecz tylko rodzaj, oznacza to, że substancja odpowiedzialna za działanie przeciwwirusowe znajduje się w wielu gatunkach i jest charakterystyczna chemotaksonomicznie dla całego rodzaju. W dziale posologia podałem formy preparatów i sposób ich podania (dawkowania). Dobrze jest skojarzyć podczas kuracji co najmniej dwa różne surowce. Wyselekcjonowano rośliny o szerokim spektrum działania przeciwwirusowego.

Aloe – Aloes	Maceraty na wodzie, na płynie Ringera ze świeżego ziela/liści; 1:20; sok niepasteryzowany; 15-25 ml na czczo. Extractum Aloe – amp. 1 ml – 1 amp. dziennie podskórnym lub domięśniowo co dwa dni, przez miesiąc. Biostymina – amp. doustnie 1 amp. 3 razy dziennie po 1 przez miesiąc (doustnie dzieci).
Agrimonia – rzepik	Macerat ze świeżego ziela lub całej rośliny 1:20, 100 ml 3 razy dz.; nalewka 1:10 in 40% eth. 3 razy dz. po 5-10 ml w 100 ml wody.
Anagallis – kurczyślad	Cała roślina, świeża, macerat 1:20 – 25-50 ml 3 razy dz., napar ze świeżego lub suchego surowca 1% 120 ml 3 razy dz.; nalewka na świeżym ziele 1:10 in 40% eth. 10 ml 3 razy dz.
Backhousia citridora F. Muell – mirt cytrynowaty	Napar 1-2% – 120 ml 3 razy dz., nalewka 1:10 in 70% eth. 3-5 ml 3 razy dz. Olejek eteryczny – 3 razy dz. po 5 kropli na melasie. Inhalacje, aromatyzowanie pomieszczeń, wcieranie w skórę.
Bergenia	Liście, kłącza, cała roślina; napar z suchego surowca 1,5% 3 razy dz. po 120 ml, macerat na świeżym surowcu 1:20 – 3 razy dziennie po 50 ml; nalewka 1:10 in 40% eth. na świeżym surowcu 5-10 ml w 100 ml wody na czczo 3 razy dz.
Cannabis sativa L., C. ruderalis Janisch.	Liście, szczyty pędów – świeże lub suche, macerat ze świeżego zwilżonego spirytusem surowca 1:20 na wodzie 100-150 ml 3 razy dz.; napar ze świeżego lub

	suchego surowca 2-2,5% 3 razy dz. po 100-120 ml; nalewka na suchym lub świeżym surowcu 1:10 in 70% eth. 10 ml 3 razy dz. w melasie. Olejek eteryczny z konopi: 5 kropli 3 razy dz. na melasie. Do aromatyzowania pomieszczeń, inhalacji, dezynfekcji. Ponadto do sporządzenia płynu odkażającego 1% roztwór olejku w izopropanolu.
Cedrus – Cedr	Olejek eteryczny – 3 razy dz. po 5-8 kropli 3 razy dz.; nalewka z gałązek 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 5 ml; odwar z drewna cedrowego gotowany 10 minut 2% 3 razy dz. po 100 ml, napar 2-3% z igliwia, gałązek 3 razy dz. po 120 ml.
Centella – wężorek	Nalewka na 70% eth. 3 razy dz. po 5 ml (1:10).
Cetraria islandica Achar. – płucnica, porost islandzki	Nalewka 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 3-5 ml.
Chelidonium majus L., glistnik jaskółcze ziele	Świeża cała roślina – macerat 1:20 na wodzie lub lepiej sterofundin, albo płynie Ringera; 25 ml 3 razy dz., nalewka na świeżym surowcu 1:10 in 70% eth. 1 ml 3 razy dz. w 100 ml wody.
Cistus ladanifer L. – czystek ladanowy	Świeże ziele – napar 1-1,5% 120 ml 3 razy dz., nalewka na świeżym ziele 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 2-3 ml; olejek eteryczny 3 razy dz. po 3-4 krople.
Drosera rotundifolia L. – rosziczka	Madaus: cała świeża roślina, nalewka 1:10, D1 in 45% eth. 15-20 kropli 3 razy dz.; DROSER N Oligoplex Liquidum – krople, jak wyżej, w łyżce wody.
Dziewanna – Verbascum	Nalewka na świeżych kwiatach lub całym kwitnącym ziele 1:10 in 70% eth. 5 ml 3 razy dz., napar na świeżym ziele lub kwiatach 2-3% 3 razy dz. po 120 ml; olejek eteryczny 4 krople 3 razy dz.
Elettaria cardamomum (L.) Maton – kardamon	Owoce suche – nalewka 1:10 in 70% eth. 5 ml 3 razy dz., napar 1-2% 3 razy dz. po 120 ml; olejek eteryczny 4 krople 3 razy dz. na melasie. Odkaża pomieszczenia.
Eleutherococcus senticosus Rupr. & Maxim.	Nalewka 1:5-10 in 70% eth., 3 razy dz. po 5 ml. Nalewka na Ukrainie i w Rosji dostępna w aptekach.
Epimedium sp.	Może być surowiec z naszego klimatu (uprawy). Nalewka 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 5 ml; uwaga na działanie uboczne ! efektywnie zwiększa wzwód prącia.
Galanthus nivalis L. – śnieżyczka przebiśnieg	Nalewka z cebulek 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 10-15 kropli.
Geranium – bodziszek (G. sanguineum L., G. phaeum L., G. pratense L.)	Cała roślina wraz z korzeniem, korzeń; macerat 1:20 – 100-150 ml 3 razy dz., napar z surowca 2% 3 razy dz. po 150 ml, nalewka 1:10 in 70% eth. 40% – 10 ml 3 razy dz. w 100 ml wody
Geranium robertianum L. – bodziszek cuchnący	Cała roślina, najlepiej świeża – napar 3% 120 ml 3 razy dz., nalewka na świeżym ziele 1:10 in 70% eth., 3 razy dz. po 2-3 ml; olejek eteryczny z całej rośliny – 3 krople 3 razy dz. (bardzo silny!).
Geum – kuklik	Cała roślina, świeża; macerat na wodzie 1:20, 50 ml 3 razy dz.; nalewka na świeżym surowcu 1:10 in 70% eth., 3 razy dz. po 5-10 ml.
Hamamelis virginiana L. – oczar	Nalewka z kory świeżej, gałązek świeżych, kwiatów 1:10 in 60% eth., 3 razy dz. po 2 ml w 100 ml wody.
Hyssopus – Hyzop	Świeże lub suche ziele – nalewka in 70% eth. 1:10, 5-10 ml w 100 ml wody. Świeże ziele pewniejsze. Olejek eteryczny – 3 razy dz. po 5 kropli w łyżce melasy. Nacieranie, inhalacje, aromatyzowanie pomieszczeń, dezynfekowanie roztworem 0,5-1% olejku w izopropanolu lub etanolu 70%
Inula – oman	Korzeń świeży lub suchy, napary 2% 120 ml 3 razy dz., nalewka 1:10 in 70% eth. 3 ml 3 razy dz. Olejek eteryczny – 4 krople 3 razy dz. na melasie. Aromatyzowanie pomieszczeń, inhalacje, nacieranie.
IPECACUANHA N Oligoplex Liquidum	Madaus: 15 kropli 4 razy dziennie (w łyżce wody)
Jeżówka – Echinacea	Echinacea comp. – 1 amp. codziennie podskórnie lub domięśniowo przez 5-10 dni; oligopleksy dra Madausa Echinacea, preparaty Madausa o nazwie Echinacin.

	Sok, macerat ze świeżej całej rośliny lub ziela lub korzenia, macerat 1:20 na Sterofundin lub płynie Ringera – 25-50 ml 3 razy dziennie na czczo; nalewka na świeżym surowcu 1:10 in 60-70% eth. 5-10 ml 3 razy dz. w 100 ml wody.
Juglans regia L., Juglans nigra L., orzech włoski, orzech czarny	Kora, pączki, liście, owoce niedojrzałe – nalewka 1:10 in 60-70% eth. 3 razy dz. po 5-10 ml, napar ze świeżych surowców 2% – 50 ml 3 razy dz.
Kocanki – Helichrysum	Świeża lub sucha roślina, nalewka 1:10 in 70% eth. 5-10 ml w 100 ml 3 razy dz.; napary z ziela zwilżonego spirytusem 1-1,5%, 100-120 ml 3 razy dz. Olejek eteryczny – 5 kropli 3 razy dz. na melasie, ponadto smarowanie ciała, inhalacje, dezynfekowanie pomieszczeń, odkażanie 0,5-1% roztworem olejku w izopropanolu.
Kora mydłoki – mydłorzew właściwy (Quillaja saponaria Molina)	Kora sucha z mydłoki, napar 1% 3 razy dz. po 50 ml, w razie nudności dawki zmniejszyć.
Laurus nobilis L. – wawrzyn, laurowiec	Nalewka ze świeżego lub suchego liścia, owoców 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 5 ml; olejek eteryczny 4 krople 3 razy dz.; olej tłusty aromatyczny z owoców – ½ łyżeczki 3 razy dz. Dezynfekuje pomieszczenia.
Leptospermum petersonii F.M. Bailey (Manuka cytrynowa)	Olejek z gałązek lub liści 4-5 kropli 3 razy dz. Aromatyzowanie pomieszczeń. Nacierania. Inhalacje.
Ligustrum – ligustr	Nalewka ze świeżej kory, gałązek wiosennych, z pączkami 1:10 in 70% eth., 3 razy dz. po 5 ml; odwar z gałązek 2% – 3 razy dz. po 100 ml, napar z kwiatów 2% 100 ml 3 razy dz.
Mydlnica lekarska – Saponaria officinalis L.	Korzeń mydlnicy, suchy; odwar 1% 3 razy dz. po 100 ml. W razie nudności dawkę zmniejszyć.
Nigella sativa L. – czarnuszka	Olejek eteryczny 5 kropli 3 razy dz., olej tłusty aromatyczny – 2 razy dz. po 1 łyżce, w ostrych stanach 3 razy dz.; nacieranie olejkiem eterycznym i aromatyzowanie nim pomieszczeń. Nalewka na gniecionych owocach 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 5 ml.
Ocimum – bazylia	Napar 2-3% ze świeżego ziela 3 razy dz. po 120 ml; nalewka 1:10 in 70% eth. 5-10 ml w 100 ml wody 3 razy dz. Olejek eteryczny 3 razy dz. po 5 kropli na melasie. Do nacierania, inhalacji, aromatyzowania pomieszczeń. Odkażanie roztworem 1% na izopropanolu lub etanolu.
Origanum majorana L. – majeranek	Olejek eteryczny 5 kropli 3 razy dz. na melasie, ponadto do smarowania, inhalacji, aromatyzowania pomieszczeń. Nalewka na świeżym majeranku 1:10 in 70% eth. 5-10 ml 3 razy dz.; napar z suchego lub świeżego surowca 3% 120 ml 3 razy dz.
Phytolacca americana L. – szkarłatka	Madaus: Urtica Oligoplex N – krople; Phytolacca Injeel Forte Ampullen – 1 amp. podskórnice lub domięśniowo 1 raz w tygodniu, 10 zastrzyków
Pimenta racemosa (Mill.) J.W. Moore – korzennik	Olejek eteryczny z liści – 3 razy dz. po 3-5 kropli, do nacierania i inhalacji również. Do aromatyzowania pomieszczeń.
Pimenta dioica (L.) Merr.	Nalewka z liści lub owoców 3 razy dz. po 2,5 ml na melasie (1:10 in 70% eth.). Olejek z owoców – jak wyżej.
Piper cubeba L.	Nalewka na owocach 1:10 in 70% eth. 1 ml 3 razy dz., napar 1% ze zwilżonych spirytusem pogniecionych owoców 3 razy dz. po 120 ml; olejek eteryczny kubebowy (pieprz kubeba) 4 krople 3 razy dz.
Polygonum cuspidatum Siebold & Zucc. = Reynoutria japonica Houtt., rdestowiec	Nalewka na świeżym kłęczu 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 5 ml; odwar z kłęczu 2-3% – 120 ml 3 razy dz.
Portulaca oleracea L. – portulaka pospolita	Cała świeża roślina: macerat 1:20 50 ml 3 razy dz., nalewka na świeżym ziele 1:10 in 70% eth., 3 razy dz. po 5 ml; napar ze świeżego ziela 3% – 120 ml 3 razy dz.

Prunella – głowienka	Ziele lub całą roślinę, świeża lub sucha, tylko wodne i niskoalkoholowe wyciągi; macerat 1:20 – 100 ml 3 razy dz., nalewka 1:10 in 40% eth. 3 razy dz. po 5-10 ml w 100 ml wody.
Przymiotno kanadyjskie – Coryza canadensis (L.) Cronquist, syn. Erigeron canadensis L.	Świeża roślina – macerat 1:20 – 100 ml 3 razy dz., nalewka na świeżym lub suchym ziele/całej roślinie 1:10 in 70% eth. 10 ml 3 razy dz. w 100 ml wody.
Punica granatum L. – granat właściwy	Naowocnia (skórka z owoców) – nalewka in 70% eth. 1:10 – 3 razy dz. po 2,5 ml w 100 ml wody; odwar 1,5% – 3 razy dz. po 100 ml.
Ranunculus – jaskier, np. Ranunculus ficaria = Ficaria verna Hudson – ziarnopłon, Ranunculus bulbosus, Ranunculus acer...	Świeża cała roślina. Dr Madaus nalewka D1 na alkoholu 60%, 10-15 kropli 3 razy dz. w łyżce wody.
Robinia pseudacacia L.	Kwiaty – napar 2-3% kilka razy dz., również w chorobach wirusowych polecał dr G. Madaus.
Salvia officinalis L. – szałwia lekarska	Napar 1,5-2%, ze świeżych lub suchych liści, nalewka na świeżym ziele, olejek eteryczny. Napar 120 ml kilka razy dz., nalewka 3-5 ml 3 razy dz. w 100 ml wody, olejek eteryczny 4-5 kropli 3 razy dziennie na melasie. Olejek odkaża pomieszczenia.
Santalum labum L., sandałowiec biały	Odwar z drewna 3-5% 3 razy dz. po 100 ml, nalewka na drewnie 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 5-10 ml.
Satureja – cząber	Świeża roślina – napar 2% 120 ml 3 razy dz., nalewka 1:10 in 70% eth. 3 razy dz. po 5 ml, olejek eteryczny 4-5 kropli 3 razy dz., do aromatyzowania pomieszczeń, silny odkażalnik, ro dezynfekcji roztwory 0,5-1% na izopropanolu.
Solanum dulcamara L. psianka słodkogórz	Pędy zbierane od stycznia do marca; nalewka 1:10 in 40% eth. 3 razy dz. po 10 kropli, w razie nudności zmniejszyć dawkę. Napar 1% – 3 razy dz. po 1-2 łyżki.
Stellaria – gwiazdnica	Świeże ziele – macerat na 70% eth., 1:10; 3 razy dz. po 5 ml; sok ze świeżej rośliny 15-20 ml 3 razy dz. na czczo.
Świerzbica polna – Scabiosa arvensis L.	Madaus: korzeń świeży 1:10, D1 in 45% eth. 10-15 kropli 3 razy dz. lub 3 razy dz. po 1 ml w łyżce wody.
Tagetes – aksamitka	Nalewka 1:10 in 70% eth., świeże całe ziele przed lub w czasie kwitnienia; 5 ml 3 razy dz.; napar na świeżym ziele 5% – 120 ml 3 razy dz., macerat na świeżej całej roślinie 1:20 – 120 ml 3 razy dz.
Tanacetum vulgare L. – wrotycz pospolity	Świeża roślina jest najpewniejsza – napar 3-5%, macerat 1:20 z ziela i kwiatów lub samych liści, 120 ml 3 razy dz.; nalewka 1:10 in 70 eth. 5-10 ml 3 razy dz.; olejek eteryczny 4-5 kropli 3 razy dz. na melasie; silny odkażalnik.
Thuja – żywotnik	Świeże pędy (szczyty) – macerat 1:20 na płynie Ringera lub Sterofundin; 7-8 h macerować; 25 ml 3 razy dz. na melasie.
Thuja – żywotnik	Świeże pędy (szczyty) – nalewka 1:10 na etanolu 70%; 3 razy dz. po 10 kropli w łyżce melasy. Najlepiej zażywać jednocześnie wyciąg wodny i alkoholowy. Olejek eteryczny do nacierania, aromatyzowania pomieszczeń.