

04 節食、斷食、熱療及氧氣治療

通常，抗發炎飲食對健康至關重要，在處理疾病時更是如此。傳統飲食、不含加工食品、不含加工脂肪和糖，以及富含色彩鮮豔的蔬果以及優質蛋白質、脂肪和油類的家常飲食即為抗發炎飲食，您可以從網路上取得相關資訊。近年來，更多人們得知間歇性斷食可以讓身體再生和修復，若身體整天都在消化食物，身體則無法再生和修復，理想情況下，盡量將每天進食的時間縮減到 6-8 小時內。夜間是身體修復的最佳時間，所以早餐吃得晚，晚餐吃得早且兩餐之間不吃其他東西能帶來很好的效果。桑拿、浴鹽熱水澡等熱療法也被認為有助於排出刺突蛋白的毒。另外，幾十年來，醫生也用高壓氧療法成功治療嚴重發炎的病人。

十大排毒食品

- 維他命 D
- 維他命 C
- NAC (N-乙酰半胱氨酸)
- 伊維菌素
- 黑種草種子
- 槲皮素
- 鋅
- 鎂
- 薑黃素
- 奶薊草翠取物

十大排毒指引

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

免責聲明：由於 Covid-19 感染、Covid-19 疫苗和刺突蛋白危害問題都是新問題，因此本指引乃參考了前沿和新興醫學研究以及國際醫生和整體醫療從業者的臨床經驗：本指引將隨著新證據出現而更新，請定期檢查更新。僅用於教育：如果您感到不適，且感覺是由於病毒或疫苗引起，請諮詢您認為合適的醫療從業者。本指引所建議的無專科藥物和保健食品在世界各地的貨況不同。十大排毒指引由提出它們的專業醫療人員負責。

刺突蛋白解毒指引 - 長新冠及疫苗副作用相關病症

體內過多的刺突蛋白將導致發炎等刺突蛋白症候群，此份解毒指引意在提供人們一個可以快速解毒的方式，欲參閱關於刺突蛋白症候群更詳盡的說明，請點選此連結

Dr Tess Lawrie, MBBCh, PhD



介紹：Covid-19、疫苗及刺突蛋白

Covid-19的疫苗採用了一項新穎、尚未被認證的藥物技術來編程我們體內的細胞，讓人體細胞產生刺突蛋白，理論上能刺激免疫反應以保護身體免受病毒侵害。然而，我們目前已發現疫苗讓身體產生過量的蛋白質，將導致全身多處組織及器官出現發炎反應及血栓，對於本身健康狀況不好、易病體質者、兒童或年輕健壯且免疫反應非常強大的人來說，炎症反應可能會更嚴重。事實上，每個細胞產生的刺突蛋白都會導致免疫系統攻擊我們自己的身體。

一項日本的研究發現疫苗脂質顆粒會聚集在在肝臟、骨髓、卵巢中，且一些證據顯示刺突蛋白可能穿過我們的血腦屏障，這些都可從發生在人們身上的血栓、心肌炎、心髒病、神經功能障礙、生殖系統改變、腸胃不適、朧病毒病及其他諸多症狀中得到證明。



對付刺突蛋白症候群之四大指引

若您想減少炎症和在體內循環的刺突蛋白，請參考下列四點。您可以從下列四點中，依據自己信任的醫療人員的建議，在受影響最為嚴重的身體系統上嘗試並挑選對自己最有效的方法。

1. 處方及非處方藥物
2. 維他命、礦物質及其他專業保健食品
3. 草本治療&茶
4. 節食、斷食、熱療及氧氣治療

01 處方及非處方藥物

依據全世界的醫療從業者的臨床經驗，我們可以與您分享下列能有效改善Covid-19及Covid-19疫苗所導致之不適的藥物，其作用機制諸如：阻止刺突蛋白與ACE2受體接觸、停止異常出血或血栓、減少發炎反應、干擾病毒複製機制等等，這些藥物應於醫療從業者之評估下使用於不同階段之症狀。

- 伊維菌素(與鋅併用)
- 羥氯奎寧(與阿奇黴素及鋅併用)
- 皮質類固醇
- 抗組織胺藥
- 阿斯匹靈
- 低劑量納曲酮
- 其他如秋水仙鹼、臭氧、二氧化氯等介入治療

02

維他命、礦物質及其他專業保健食品

某些維他命、礦物質及其他保健食品對刺突蛋白症候群之治療有很好的效果，雖然市面上買得到一些品質尚可、專門補充多種維他命及礦物質保健食品，但當我們需要治療中重症的發炎反應時，前述的市售保健食品，在劑量以及種類上就有所不足，因此需要更具有針對性的療法，如高劑量的維他命D及C、維他命K2、N-乙酰半胱氨酸(NAC)、穀胱甘肽、褪黑激素、槲皮素、大黃素、黑孜然籽萃取物、白藜蘆醇、薑黃素、鎂、鋅、納豆激酶、魚油、沸石和活性炭等。

03

草本治療&茶

千年來，草本藥物如同人類的健康寶庫。由於莽草酸可中和刺突蛋白並阻止血栓形成，因此治療刺突蛋白症候群時，人們特別注重松針茶、茴香茶、八角茶、聖約翰草萃取物和紫草葉等。而其他草藥、香料和茶具有一般的抗病毒、抗菌和抗發炎作用，例如夏枯草、薑黃、綠茶、紅茶、奶薊草提取物、甘草、印度苦楝、肉桂、小荳蔻、肉荳蔻、丁香、香菜、生薑、大蒜、奧勒岡草、馬鬱蘭、迷迭香、百里香、薄荷、乳香、穿心蓮、蒲公英根和葉、蜂膠。

新生兒、孕婦和哺乳中婦女以及任何服用處方藥的人都應該向專業醫療人員取得額外的建議並確認相關藥物是否適合他們。所有人都應該向他們信任的醫師尋求建議。

