

04 节食、断食、热疗及氧气疗法

通常，抗炎性饮食对健康相当重要，在处理疾病时更是如此。传统饮食、不含加工食品、不含加工脂肪和糖，以及富含色彩鲜艳的蔬果以及优质蛋白质、脂肪和油类的家常饮食即为抗炎性饮食，您可以从网络上查询到相关资料。近年来，大多数人们得知间歇性断食可以让身体再生和修复，若身体整天都在消化食物，身体则无法再生和修复，理想情况下，尽量将每天进食的时间缩减到6-8小时内。夜间是身体修复的最佳时间，所以早餐吃得晚，晚餐吃得早且两餐之间不吃其他东西能带来很好的效果。桑拿、浴盐热水澡等热疗法也被认为有助于排出刺突蛋白的毒。另外，几十年来，医生也用高压氧疗法成功治疗严重炎性的病人。

十大排毒食品

- 维生素D
- 维生素C
- NAC (N-乙酰半胱氨酸)
- 伊维菌素
- 黑种草种子
- 槲皮素
- 鋅
- 镁
- 薑黄素
- 奶蓿草萃取物

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

免责声明：由于 Covid-19 感染、Covid-19 疫苗和刺突蛋白危害问题都是新问题，因此本指引乃参考了前沿和新兴医学研究以及国际医生和整体医疗从业者的临床经验：本指引将随着新证据出现而更新，请定期检查更新。仅用于教育：如果您感到不适，且感觉是由于病毒或疫苗引起，请咨询您认为合适的医疗从业者。本指引所建议的无专利药物和保健食品在世界各地的货况不同。十大排毒指引由提出它们的专业医疗人员负责。

刺突蛋白解毒指导 - 关于新冠及疫苗副作用相关疾病

体内过多的刺突蛋白将导致炎症等刺突蛋白综合症，此份解毒指导提供缓解刺突蛋白综合症的方式，想更深入了解刺突蛋白综合症，请点击此链接

Dr Tess Lawrie, MBBCh, PhD



介绍：Covid-19、疫苗及刺突蛋白

Covid-19的疫苗采用了一项新颖、尚未被认证的药物技术来编程我们体内的细胞，让人体细胞产生刺突蛋白，理论上能进而刺激免疫反应以保护身体免受病毒侵害。然而，我们目前已发现疫苗让身体产生过量的蛋白质，将导致全身多处组织及器官产生大量炎症反应及血栓，在自身健康状况差、体弱多病者中，亦有在儿童或年轻、身体健康或强壮且免疫反应非常强大的人群中说，炎症反应可能会更严重。事实上，每个细胞产生的刺突蛋白都会导致免疫系统攻击我们自己的身体。

一项日本的研究发现疫苗脂质颗粒会聚集在在肝脏、骨髓、卵巢中，并且一些证据显示刺突蛋白可能穿过我们的血脑屏障，这些都可以从发生在人们身上的血栓、心肌炎、心脏病、神经功能障碍、生殖系统改变、肠胃不适、朊病毒病及其他许多症状中得到证明。



关于针对刺突蛋白综合症的四大指引

以下四个方面对于想减少炎症与体内循环刺突蛋白的人会有作用，请参考下列四点。您可以从下列四点中，依据自己信任医生的建议，在受影响最为严重的身体系统上尝试并挑选对自己最有效的方法。

1. 处方及非处方药物
2. 维生素、矿物质及其他专业保健食品
3. 草本治疗&茶
4. 节食、断食、热疗及氧气治疗

01 处方及非处方药物

依据从全世界医疗机构的临床经验中，我们可以与您分享下列能有效改善Covid-19及Covid-19疫苗所导致的不适的药物，其作用机制例如：阻止刺突蛋白与ACE2受体接触，停止异常出血或血栓、减少炎症反应，干扰病毒复制机制等等，这些药物应在医疗机构的评估下使用于不同阶段的症状。

- 伊维菌素(与锌并用)
- 羟氯喹宁(与阿奇霉素及锌并用)
- 皮质类固醇
- 抗组织胺药
- 阿斯匹林
- 低剂量纳曲酮
- 其他如秋水仙碱、臭氧、二氧化氯等介入治疗

02

维生素、矿物质及其他专业保健食品

某些维生素矿物质及其他保健食品对刺突蛋白综合症的治疗有很好的效果，尽管市面上买得到一些品质还行、专门补充复合维生素及矿物质的保健食品，但当我们需要治疗炎症中重症时，前面所讲到的保健食品，在剂量以及种类上就显得不够，因此需要一个更具有针对性的疗法，如高剂量的维生素D及C、维生素K2、N-乙酰半胱氨酸(NAC)、谷胱甘肽、褪黑激素、槲皮素、大黄素、黑孜然籽萃取物、白藜芦醇、姜黄素、镁、锌、纳豆激酶、鱼油、沸石和活性炭等。

03

草本治疗&茶

几千年来，草本药物如同人类的健康宝库。由于莽草酸可以中和刺突蛋白并阻止血栓形成，因此治疗刺突蛋白综合症时，人们特别注重松针茶、茴香茶、八角茶、圣约翰草萃取物和紫草叶等。而其他草药、香料和茶具有一般的抗病毒、抗菌和抗炎性作用，例如夏枯草、姜黄、绿茶、红茶、奶蓟草提取物、甘草、印度苦楝树粉、肉桂、小豆蔻、肉豆蔻、丁香、香菜、生姜、大蒜、奥勒冈草、马郁兰、迷迭香、百里香、薄荷、乳香、穿心莲、蒲公英根和叶、蜂胶。

新生儿、孕妇和哺乳中妇女以及任何服用处方药的人都应该向专业医疗人员取得额外的建议并确认相关药物是否适合他们。所有人都应该向他们信任的医师寻求建议。

