



World Council  
**For Health**

# Pīķa proteīnu detoksikācijas ceļvedis

**Pausales Veselības Padome – Pašreizējais stāvoklis 2023. gada janvārī**

Šo jaunāko ceļvedi pārskatīja:

Dr Naseeba Kathrada, MD

Dr Pierre Kory M.D., M.P.A.

Dr Tess Lawrie, MD, PhD

Dr Peter A. McCullough, MD, MPH

## Saturs

Informācija par Pausales Veselības Padome.....	3
Par šo Ceļvedi.....	3
Kam šī informācija var būt noderīga?.....	3
Svarīga drošības informācija pirms detoksikācijas uzsākšanas.....	4
1. Kas ir pīķa proteīns?.....	5
2. Kas ir ACE2 receptors.....	6
3. Kas ir interleikīns-6?.....	6
4. Kas ir furīns?.....	7
5. Kas ir serīna proteāze?.....	8
Ko lietot? Cik daudz? No kurienes tas nāk? Kur to iegūt.....	8

## Informācija par Pasaules Veselības Padome

Pasaules Veselības padome ir jumta organizācija, kas apvieno starptautiskas ārstu, zinātnieku, medicīnas žurnālistu un citu pilsoniskās sabiedrības pārstāvju grupas, kuras aizstāv tiesības uz labu veselību. Mēs nodrošinām veselības aprūpes pārredzamību, izmantojot veselā saprāta izglītību un interešu aizstāvību, neatkarīgi integrējot pierādījumus no dažādiem kvalitatīviem un kvantitatīviem avotiem.

### Par šo Ceļvedi

**Šis ir ceļvedis, kurā tiek sniegta jauna informācija par to, kā no organisma izvadīt vīrusu un vakcīnu izraisītas smailes olbaltumvielas. Ārstniecības augu un citu zāļu un uztura bagātinātāju saraksti ir sastādīti, sadarbojoties starptautiskiem ārstiem, zinātniekiem un holistiskās medicīnas praktiķiem.**

Tā kā Covid-19 infekcija, Covid-19 vakcīnas un jautājumi par pīķa proteīna kaitīgumu ir jaunums, šīs vadlīnijas ir izveidotas balstoties uz starptautisku ārstu un holistiskās medicīnas speciālistu veiktiem aktuāliem medicīniskiem pētījumiem un klīnisko pieredzi; tās tiks papildinātas līdz ar jaunu pierādījumu parādīšanos, tādēļ ieteicams sekot līdzi atjauninājumiem.

Ieteikto patentbrīvo zāļu un uztura bagātinātāju pieejamība dažādās valstīs var atšķirties.

### Kam šī informācija var būt noderīga?

Ja esat pārslimojis Covid-19, nesen esat saņēmis Covid-19 vakcīnu, vai piedzīvojat simptomus, kas varētu būt saistīti ar Covid-19 vakcīnas transmisiju (sauktu arī par izkliedi), jums būtu ieteicams lietot vienu vai vairākus produktus no mūsu ārstniecības līdzekļu un uztura bagātinātāju saraksta, lai mazinātu pīķa proteīna daudzumu organismā. Pīķa proteīns, kas ir gan vīrusa daļa, gan izstrādājas organismā pēc vakcinācijas, spēj cirkulēt ķermenī un izraisīt šūnu, audu un orgānu bojājumus. Lai arī nav zināms, cik ilgi pīķa proteīns paliek organismā, šīs vadlīnijas ir izstrādātas, lai samazinātu tā koncentrāciju.

Daudziem cilvēkiem esošās veselības aprūpes ietvaros nav izdevies saņemt palīdzību ar pīķa proteīnu saistīto saslimšanu gadījumā (sauktu arī par **spaikopātiju** – no angļu val.). Šeit apkopotā informācija ir būtiska, ja jūs piedzīvojāt blakusparādības pēc vakcinācijas, jums ir garais Covid, vai ir pēc Covid-vakcinācijas sindroms (pCoVS).

**Svarīga piezīme: Šīs vadlīnijas paredzētas tikai izglītojošiem nolūkiem. Ja jūs slimojat pēc vakcinācijas, lūdzu vērsieties pēc palīdzības pie ārsta vai holistiskās medicīnas praktiķa. Informācija par iespējamiem veselības traucējumiem pēc Covid-vakcinācijas pieejama šeit: PVP pēcvakcinācijas vadlīnijas.**

Pīķa proteīns atrodams visos SARS-CoV-2 variantos. Pēc Covid-19 injekcijas tas veidojas arī jūsu organismā. Pat, ja jums nav nekādu simptomu, nav pozitīva Covid-19 testa vai piedzīvotu blakusparādību pēc vakcinācijas, jūsu organismā joprojām var atrasties pīķa proteīni. Lai veicinātu organisma attīrīšanos pēc injekcijas vai infekcijas, ārsti un holistiskās medicīnas praktiķi iesaka dažas vienkāršas darbības.

Tiek uzskatīts, ka organisma attīrīšana no pīķa proteīna (turpmāk tekstā – detoksikācija), kas uzsāka pēc iespējas ātrāk no inficēšanās vai vakcinācijas brīža, var pasargāt no organismā palikušo vai cirkulējošo pīķa proteīnu izraisītiem bojājumiem.

Šajās vadlīnijās tiks apskatīti vairāki būtiski faktori, kam pievērsties detoksikācijas procesā:

1. **Pīķa proteīns**
2. **ACE2 receptori (Angiotenzīnu konvertējošais enzīms 2)**
3. **Interleikīns 6 (IL-6)**
4. **Furīns**
5. **Serīna proteāze**

## Svarīga drošības informācija pirms detoksikācijas uzsākšanas

Neuzsāciet pīķa proteīna detoksikāciju bez uzticama veselības aprūpes speciālista uzraudzības.

Lūgums ievērot:

- **Priežu skuju tēju, nīmu, vīgriezes, Andrographis paniculate (andrograpes augs) – NAV** ieteicams lietot grūtniecības laikā.
- **Magnijs** – iespējama tā pārdozēšana un to ir sarežģītāk atklāt, ja lietots liposomālais magnijs. Šī iemesla dēļ ieteicams lietot liposomāla un konvencionāla magnija maisījumu vai tikai konvencionālo magniju.
- **Cinks** – lietojot multivitamīnus, kuru sastāvā jau ir cinks, noteikti pielāgojiet to ar citiem uztura bagātinātājiem patērētajam cinka daudzumam.
- **Natokināze** – nelietot vienlaicīgi ar asinis šķidrinošiem preparātiem, grūtniecības vai zīdīšanas periodā.
- **Vienmēr pielāgot devas** – lietojot multivitamīnus, atcerieties attiecīgi pielāgot atsevišķu uztura bagātinātāju daudzumu (t.i, ja multivitamīnu sastāvā ir 15mg cinka, tad šādā apjomā ir jāsamazina cinka suplementu lietošana).
- **Asinszāle** – šis medikaments mijiedarbojas ar daudziem farmaceitiskiem preparātiem. To nedrīkst lietot bez ārsta uzraudzības, ja vienlaicīgi lietojat kādas citas zāles.

### Proaktīvi un atbalsta pasākumi

Gandrīz visi apstākļi ir vieglāk pārvaldāmi to agrīnā stadijā. Noteikti labāk ir novērst iespējamās veselības traucējumus, kā cīnīties ar to kritiskām sekām. Kā vēsta paruna: “Viena unce profilakses ir vērtīgāka par mārciņu ārstēšanas”.

### Imūnsistēmas spēcīnāšanā būtiska loma ir veselīgam uzturam

Ieteikumi:

- Mainiet savu uzturu, lai mazinātu iekaisumu veicinošu produktu patēriņu. Ieteicama diēta ar zemu histamīna saturu. Izvairieties no apstrādātiem un ģenētiski modificētiem (ĢMO) pārtikas produktiem.
- 1.tabulā norādīto produktu lietošanu vēlams uzsākt vēl pirms saskares ar Covid-19 vai Covid-19 vakcīnas ievadīšanas, ja tomēr esat izlēmis to saņemt.
- Periodiska badošanās: šāda badošanās prakse ietver ēdienreižu laika grafiku, kurā pārmaiņus tiek ievēroti brīvprātīgas badošanās periodi un periodi bez badošanās. Parasti tie, kas praktizē periodisko badošanos, uzņem dienā paredzēto kaloriju daudzumu 6-8 stundu laikā. Šo metodi piemēro, lai ierosinātu autofāgiju, kas būtībā ir cilvēka organisma šūnās notiekošs pārstrādes process, kura laikā šūnas noārda un pārstrādā komponentus. Ar autofāgijas palīdzību organisms likvidē bojātās olbaltumvielas (proteīnus), un tādējādi iznīcina kaitīgos vīrusus un baktērijas pēc infekcijas.
- Ikdienā ieteicams lietot multivitamīnus. Tie nodrošina organisma apgādi ar A un E vitamīniem, jodu, selēnu, mikroelementiem un papildus C vitamīna un D3 vitamīnu devām.

- Siltuma terapija, piemēram, saunas un karstās vannas, tiek uzskatīta par labu pīķa proteīna detoksikācijas metodi

## 1. Kas ir pīķa proteīns?

Pīķa proteīns atrodas uz SARS-CoV-2 vīrusa virsmas. Koronavīrusa attēlos to var redzēt kā saules stariem līdzīgus izvirzījumus uz vīrusa ārējās virsmas.

Dabīgas infekcijas laikā pīķa proteīnam ir būtiska loma, tas palīdz vīrusam iekļūt jūsu ķermeņa šūnās. Proteīna reģions, kas zināms kā S2, sapludina vīrusa apvalku ar ķermeņa šūnas membrānu. S2 reģions arī palīdz imūnsistēmai viegli atpazīt koronavīrusa pīķa proteīnu, un imūnsistēma pēc tam veido antivielas, kas mērķē uz vīrusu un to sasaista.

**Tāpat jūsu organisms izstrādā pīķa proteīnus pēc Covid-19 vakcīnas, un tie ar šūnu apvalkiem saplūst pēc līdzīga mehānisma. Tā kā šo proteīnu pēc vakcinācijas ražo jūsu paša organisma šūnas, tad, cenšoties iznīcināt pīķa proteīnu, jūsu šūnām uzbrūk paša imūnsistēma. Tādējādi paša organisma imūnsistēmas reakcija var bojāt jūsu ķermeņa šūnas.**

**Jaunākie pierādījumi liecina, ka pīķa proteīns organisma šūnu kodolā mazina šūnas spēju labot DNS.**

### **Kāpēc man būtu ieteicama pīķa proteīna detoksikācija?**

Pīķa proteīns pēc dabīgas infekcijas vai Covid vakcīnas izraisa organisma šūnu bojājumus, tādēļ ir svarīgi pēc iespējas labāk attīrīties no tā.

Pīķa proteīns ir ļoti toksiska vīrusa daļa. Pētījumos uzrādīta vakcīnas rosinātā pīķa proteīna saistība ar toksisku iedarbību. Jāpiebilst, ka pīķa proteīna pētījumi joprojām turpinās.

**Vīrusa pīķa proteīns tiek saistīts arī ar nevēlamām blakusparādībām**, piemēram, asins recekļiem, “smadzeņu miglošanos” jeb smadzeņu darbības traucējumiem, organizējošu pneimoniju un miokardītu. Iespējams, tas ir atbildīgs par daudzām Covid-19 vakcīnu nevēlamām blakusparādībām, kuras apskatītas WCH pēcvakcinācijas rokasgrāmatā.

Japānas biodistribūcijas pētījumā par Pfizer vakcīnu konstatēts, ka 48 stundu laikā pēc vakcinācijas vakcīnas daļiņas atrodamas dažādos audos visā organismā, tās nepaliek tikai injekcijas vietā, un augstas to koncentrācijas atrodamas aknās, kaulu smadzenēs un olnīcās.

Jaunākie pētījumi saistībā ar spaikopātiju (pīķa proteīns no angļu val. – spike protein, no kā atvasināts apzīmējums spaikopātija) liecina, ka iekaisuma un asins recekļu veidošanās procesi var notikt visos audos, kuros uzkrājas pīķa proteīns. Bez tam, recenzētos pētījumos ar pelēm tika atklāts, ka pīķa proteīns spēj pārvarēt asins-smadzeņu barjeru. Neiztīrot pīķa proteīnu no organisma, arī cilvēkam var rasties neiroloģiski bojājumi, un minētais pētījums to parāda.

### **Kā mazināt pīķa proteīna koncentrāciju organismā**

Lai atbalstītu cilvēkus ar garo Covid un pēc-vakcinācijas, ir izveidojusies jauna pētījumu un veselības aprūpes nozare. Turpmāk tekstā tiks aprakstīti produkti, kas jums var būt noderīgi. Šo aprakstu ir sagatavojuši starptautiski ārsti un holistiskās prakses speciālisti ar daudzveidīgu pieredzi, kas gūta palīdzot cilvēkiem atveseļošanās procesā pēc Covid-19 un pēcvakcinācijas saslimšanām.

Par laimi, ir virkne viegli pieejamu un dabisku risinājumu, kas var palīdzēt mazināt pīķa proteīna koncentrāciju organismā. Daži “proteīnus saistošie inhibitori” kavē pīķa proteīna piesaistīšanos

organisma šūnām, savukārt citi to neitralizē, tādejādi pīķa proteīns vairs neturpina nodarīt kaitējumu cilvēka šūnām.

**Pīķa proteīna inhibitori:** Parastā brūngalvīte (*Prunella vulgaris*), priežu skuju, emodīns, nīms, pieneņu lapu ekstrakts, ivermektīns

**Pīķa proteīna neitralizētāji:** N-acetilcisteīns (NAC), glutations, fenheļa tēja, zvaigžņu anīsa tēja, priežu skuju tēja, asinszāle, tauksaknes lapas, C vitamīns

- Pierādīts, ka Ivermektīns saistās ar pīķa proteīnu, mazinot tā efektivitāti un spēju saistīties ar šūnas membrānu.
- Vairāki dabā sastopami augi, tostarp priežu skuju, fenhelis, zvaigžņu anīss, asinszāle un tauksaknes lapas, satur vielu, ko sauc par šikimskābi, kas var palīdzēt neitralizēt pīķa proteīnu. Šikimskābe palīdz mazināt pīķa proteīna kaitīgo iedarbību un tiek uzskatīts, ka novērš asins recekļu veidošanos.
- Jebkurus toksīnus neitralizēt palīdz regulāras perorālas C vitamīnu devas.
- Priežu skuju tējai piemīt spēcīga antioksidējoša iedarbība un tajā ir augsta C vitamīna koncentrācija.
- Natokināze (skat. 1.tabulu) ir enzīms, kas iegūts no japāņu tradicionālā sojas pupiņu ēdiena "Natto". Tā ir dabīga viela, kuras īpašības var palīdzēt mazināt asins recekļu veidošanos.

## 2. Kas ir ACE2 receptors?

ACE2 receptori atrodas plaušu un asinsvadu sieniņu šūnās, kā arī trombocītos. Pīķa proteīns piesaistās ACE2 receptoriem.

Tie uzskatīts, ka lielas pīķa proteīna koncentrācijas spēj piesaistīties mūsu ACE2 receptoriem un ar savu klātbūtni bloķēt šo receptoru regulāro darbību dažādos audos. Šo receptoru darbības traucējumi tiek saistīti ar daudzām nelabvēlīgām sekām izmainītas audu funkcionēšanas dēļ.

Ja pīķa proteīni piesaistās šūnu sienai un tur paliek, tie var veicināt imūnsistēmas uzbrukumu veselām šūnām un izraisīt autoimūnu saslimšanu.

Pīķa proteīns var piestiprināties trombocītu un asinsvadu sieniņas izklājošā endoteliālā slāņa šūnu ACE2 receptoriem, kas var novest pie patoloģiskas asiņošanas vai recekļu veidošanās, un šie abi procesi tiek saistīti ar vakcīnas izraisītu trombotisku trombocitopēniju (Vaccine-induced Thrombotic Thrombocytopenia (VITT)).

### **Kā detoksicēt ACE2 receptorus**

**Vielas, kas dabīgi aizsargā ACE2 receptorus:**

- Ivermektīns
- Hidroksihlorokvīns (ar cinku)
- Kvercētīns (ar cinku)
- Fisetīns

Pierādījumi liecina, ka Ivermektīna saistīšanās ar ACE2 receptoru novērš pīķa proteīna piesaistīšanos šim receptoram.

## 3. Kas ir interleikīns-6?

Interleikīns 6 jeb IL-6 galvenokārt ir pretiekaisuma citokīns. Organisms to dabīgi izstrādā kā atbildes reakciju uz infekciju vai audu bojājumu un izraisa imūnreakciju.

## Kāpēc mazināt IL-6?

Dažas dabīgas vielas pēcvakcinācijas detoksikācijas procesā palīdz mazināt interleikīna-6 daudzumu. Zinātniski pierādījumi liecina, ka augstas IL-6 citokīnu koncentrācijas novērojamas starp Covid inficētajiem, salīdzinājumā ar neinficētiem indivīdiem.

IL-6 tiek izmantots kā Covid progresijas biomarķieris. Paaugstinātus IL-6 līmeņus novēro pacientiem ar respiratoru disfunkciju. Meta-analīze uzrāda ticamu saikni starp IL-6 līmeni un covid norises smagumu. IL-6 līmenis ir apgriezti proporcionāli saistīts ar T-šūnu skaitu intensīvās terapijas aprūpes pacientiem.

Preteikaisuma citokīni IL-6 paaugstinās arī pēc vakcinācijas, un pētījumi parāda, ka tie var nonākt smadzenēs.

IL-6 inhibitorus smagos Covid gadījumos rekomendē arī PVO, un tie tiek raksturoti kā dzīvību glābjoši preparāti.

### Kā attīrīties no IL-6?

Turpmāk uzskaitītas dabīgas vielas, tostarp vairāki uztura bagātinātāji ar preteikaisuma iedarbību, ko var lietot, lai novērstu IL-6 negatīvo ietekmi un kavētu tā darbību.

**IL-6 inhibitori (preteikaisuma līdzekļi):** Zāģzobainā bosvēlija (*Boswellia serrata* (vīraks)) un pieneņu lapu ekstrakts.

**Citi IL-6 inhibitori:** melnās ķīmenes jeb kumīns (*Nigella sativa*), kurkuma, zivju eļļa un citas taukskābes, kanēlis, fisetīns (flavonoīds), apigenīns, kvercetinīns (flavonoīds), resveratrols, luteolīns, D3vitamīns (ar K2 vitamīnu), cinks, magnijs, jasmīna tēja, garšvielas, lauru lapas, melnie pipari, muskatrieksts un salvija

- Pretvīrusu terapijā tiek izmantotas vairākas dabīgas, augu izcelsmes vielas. Pierādīts, ka augu pigmentam kvercetinīnam ir plaša preteikaisuma un pretvīrusu iedarbība.
- Pierādīts, ka cinks darbojas kā potenciāls antioksidants, kas aizsargā organismu no oksidatīvā stresa jeb procesa, kas saistīts ar DNS bojājumu, apjomīgu iekaisumu un citām kaitīgām sekām.

## 4. Kas ir furīns?

Furīns ir enzīms, kas šķeļ proteīnus un veicina to bioloģisku aktivizāciju.

### Kādēļ samazināt furīnu?

Pierādīts, ka furīns atdala pīķa proteīnu un tādējādi ļauj vīrusam iekļūt cilvēka šūnās. Furīna šķelšanas vieta atrodas uz Covid pīķa proteīna, un tiek uzskatīts, ka tas padara vīrusu infekciozāku un veicina tā pārnesei. Furīna inhibitori novērš pīķa proteīna šķelšanos.

### Kā attīrīties no furīna?

**Vielas, kuras dabīgi inhibē furīnu:**

- rutīns
- limonēns
- baikalīns
- hesperidīns

## 5. Kas ir serīna proteāze?

Serīna proteāze ir vēl viens enzīms, kas tāpat kā furīns sarauj saites olbaltumvielās. Cilvēkiem tās ražo aizkuņģa dziedzeris, un tās palīdz sagremot pārtiku, recināt asinis un cīnīties pret infekcijām, bet tās ir arī atbildīgas par vīrusu pārnēsāšanu.

### Kādēļ jāmazina serīna proteāze?

Serīna proteāzes inhibēšana var novērst pīķa proteīna aktivāciju un vīrusu iekļūšanu šūnās, tādējādi atvieglojot infekcijas gaitu un smagumu.

### Kā attīrīties no serīna proteāzes?

**Vielas, kas dabīgi inhibē serīna proteāzi un var palīdzēt mazināt pīķa proteīna koncentrāciju organismā:**

- zaļā tēja
- kartupeļu bumbuļi
- zilaļģes
- sojas pupiņas
- N-Acetilcisteīns (NAC)
- Bosvēlija (vīraks)

## Ko lietot? Cik daudz? No kurienes tas nāk? Kur to iegūt?

1.tabula. Ieteicamās zāles un uztura bagātinātāji

Vielā	Dabīgais avots/-i	Kur iegūt	Ieteicamā deva
<b>Ivermektīns</b>	Augsnes baktērija (avermektīns)	Recepšu zāles	0.4mg/kg nedēļā 4 nedēļu kurss Simptomu gadījumā ievērot <a href="#">FLCCC I-Atveseļošanas Protokolu</a> *Pirms lietošanas izlasiet iepakojuma instrukciju, lai pārlicinātos, vai nav kontrindikāciju
<b>Hidroksihlorokvīns (ar cinku)</b>		Recepšu zāles	200mg nedēļā 4 nedēļu kurss *Pirms lietošanas izlasiet iepakojuma instrukciju, lai pārlicinātos, vai nav kontrindikāciju
<b>D3 vitamīns</b>	Treknās zivis, zivju aknu eļļas	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>5000 – 10.000 IU dienā</u> <i>Ars K2 vitamīns</i>
<b>C vitamīns vai askorbīnskābe</b>	Augļi un dārzeņi: sarkanā paprika, kivi, guava, zemenes, papaija, pētersiī, ananāss, brokoļi u.c.	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	6-12g dienā (vienmērīgs nātrija askorbāta sadalījums), liposomālais C vitamīns (3-6g) & askorbilpalmitāts (1 – 3g)



<b>K vitamīns</b>	Zaļie lapu dārzeņi	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	90-120mcg dienā (90 sievietēm, 120 vīriešiem)
<b>Cinks</b>	Sarkanā gaļa, mājputnu gaļa, austeres, auzas, pilngraudu un piena produkti	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>11-40mg dienā</u>
<b>Magnijs</b>	Zaļumi, pilngraudu produkti, rieksti	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>Līdz 350mg dienā</u>
<b>Parastā brūngalvīte (<i>Prunella Vulgaris</i>; pazīstama kā pašdziedinošs augs)</b>	Pašdziedinošs augs, svaigs, kaltēts, tinktūra, tēja vai eļļa	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	7 unces tējas (207ml) dienā
<b>Priežu skujuas</b>	Priede, svaigas skujuas pagatavotas kā tēja	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Lietot tēju 3 x dienā (tiek uzņemta arī tējā esošā eļļa/ sveķi )
<b>Nīms</b>	Nīma koks, visas tā daļas	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Saskaņā ar ārsta norādījumiem vai sagatavošanas instrukciju
<b>Pieneņu lapu ekstrakts</b>	Pienenes augs	Suplementi: (pieneņu tēja, pieneņu kafija, lapu tinktūra): veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Tinktūra saskaņā ar ārsta norādījumiem vai sagatavošanas instrukciju
<b>N-Acetilcisteīns (NAC)</b>	Produkti ar augstu olbaltumvielu saturu (gaļa, zivis, olas, lēcas, tofu siers, tempe, auzu pārslas, saulespuķu sēklas, pupiņu un sēklu asni)	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>Līdz 1200mg dienā</u> (dalītās devās)
<b>Fenheļa tēja</b>	Fenheļa sēklas	Pārtikas veikali, veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Nav augšējās robežas. Sāciet ar vienu tasi un vērojiet organisma reakciju.
<b>Zvaigžņu anīsa tēja</b>	Ķīnas mūžzaļais koks ( <i>Illicium verum</i> )	Pārtikas veikali, veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Nav augšējās robežas. Sāciet ar vienu tasi un vērojiet organisma reakciju.
<b>Asinszāle</b>	Asinszāles augs	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Kā norādīts produkta aprakstā
<b>Komfrija lapas</b>	<i>Symphytum</i> augu ģints	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Kā norādīts produkta aprakstā

<b>Natokināze</b>	Natto (Japāņu tradicionālais sojas pupiņu ēdiens)	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Kā norādīts produkta aprakstā
<b>Zāģzobainā bosvēlija (<i>Boswellia serrata</i>)</b>	Zāģzobainās bosvēlijas koks	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Kā norādīts produkta aprakstā
<b>Melnās ķimenes/kumīns (<i>Nigella Sativa</i>)</b>	Gundegu dzimtas augs	Pārtikas veikali, veselīgas pārtikas veikali, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas	
<b>Kurkumīns</b>	Kurkuma	Pārtikas veikali, veselīgas pārtikas veikali, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas	
<b>Zivju eļļa</b>	Treknas/taukainas zivis	Pārtikas veikali, veselīgas pārtikas veikali	Līdz 2000mg dienā
<b>Kanēlis</b>	<i>Cinnamomum</i> ģints koki	Pārtikas veikali	
<b>Fisetīns (Flavonoīds)</b>	Augļi: zemenes, āboli, mango Dārzeni: sīpoli, rieksti, augļu vīns	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Līdz 100mg dienā (lietot kopā ar taukiem)
<b>Apigenīns</b>	Augļi, dārzeni & pētersīļu zaļumi, kumelītes, spināti, selerija, artišoki, oregano (raudene)	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	50mg dienā
<b>Kvercetīns (Flavonoīds)</b>	Citrusaugļi, sīpoli, pētersīļi, sarkanvīns	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>Līdz 500mg divreiz dienā</u> , papildus lietot cinku
<b>Resveratrols</b>	Zemesrieksti, vīnogas, vīns, <b>pistācijas</b> , mellenes, kakao	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	Līdz 1500mg dienā un līdz 3 mēnešiem
<b>Luteolīns</b>	Dārzeni: selerija, pētersīļi, sīpolloki Augļi: ābolu mizas, krizantēmu ziedi	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>100-300mg dienā</u> (Ražotāju standarta ieteikumi)
<b>Rutīns</b>	Griķi, sparģeļi, aprikozes, ķirši, melnā tēja, zaļā tēja, plūškoka ziedu tēja	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>500-4000mg dienā</u> (pirms lielāku devu lietošanas nepieciešams konsultēties ar veselības aprūpes speciālistu)
<b>Limonēns</b>	Citrusaugļu, piemēram, citronu, apelsīnu un laimu mizas	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>Līdz 2000mg dienā</u>

<b>Baikalīns</b>	Ķiverenes ( <i>Scutellaria</i> ) augu ģints	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>100-2800mg</u>
<b>Hesperidīns</b>	Citrusaugļi	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>Līdz 150mg divreiz dienā</u>
<b>Jasmīna tēja</b>	Parastā jasmīna lapas vai sambaka jasmīna augi	Pārtikas veikali, veselīgas pārtikas veikali	<u>Līdz 8 tasēm dienā</u>
<b>Zaļā tēja</b>	Tējas koka ( <i>Camellia sinensis</i> ) lapas	Pārtikas veikals	Līdz 8 tējas tasēm dienā vai kā norādīts produkta aprakstā
<b>Garšvielas</b>	Lauru lapu augi, melnais piparkrūms, muskatriekstu koka sēklas ( <i>Myristica fragrans</i> ), salvijas augi	Pārtikas preču veikals, veselīgas pārtikas veikals, garšvielu kiosks	Izmantot bagātīgi ēdiena gatavošanā
<b>Kartupeļu bumbuļi</b>	Kartupeļi	Pārtikas veikals	
<b>Zilaļģes</b>	Cianobaktērijas	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	<u>1-10 gramu dienā</u>
<b>Androgrape (<i>Andrographis Paniculata</i>)</b>	Zaļās andrograpes augi	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	400mg x 2 dienā  *Jāpārlicinās, vai nav kontraindikāciju
<b>Piena dadžu ekstrakts</b>	Silimarīns (Mārdadzis)	Suplementi: veselīgas pārtikas veikali, aptiekas, uztura bagātinātāju tirdzniecības vietas, tiešsaistes tirdzniecība	200mg x 3 dienā
<b>Sojas pupiņas (organiskās)</b>	Sojas pupiņas	Pārtikas veikals, veselīgas pārtikas veikali	

Lielākā daļa no šiem produktiem ir viegli pieejami vietējos pārtikas veikalos vai kā uztura bagātinātāji veselīgas pārtikas veikalos.

Piezīme: Šis saraksts nav visaptverošs, vēl būtu ieteicamas citas vielas, piemēram, serapeptāze un CBD (kanabidiolu jeb kaņepju) eļļa. Pasaules Veselības Padome (PVP) (The World Council for Health) turpinās atjaunināt šo dokumentu, tiklīdz parādīsies jauna informācija.

Holistiskās prakses speciālisti pēc vakcinācijas iesaka vielas, kuras attīra organismu no metāliem, piemēram, ceolītu un aktivēto ogli. PVP drīzumā sagatavos arī ieteikumus par organisma detoksikāciju no metāliem.

## Desmit svarīgākie pīķa proteīna detoksikācijas produkti un vairāk informācijas par konkrētiem protokoliem partneru tīmekļa vietnēs:

- D vitamīns
- C vitamīns
- NAC (N-acetilcisteīns)
- Ivermektīns
- Melnalkšņu sēklas (Nigella)
- Kvercetin
- Cinks
- Magnijs
- Kurkuma
- Piena dadža ekstrakts (Mārdadzis)
- [AAPS Covid Guide](#)
- [AFLD Treatments](#)
- [FLCCC iRecover Post Vaccine](#)
- [FLCCC Long Covid](#)
- [LEF respiratory/immune](#)
- [Orthomolecular Protocol](#)
- [Zelenko Protocol](#)
- [Yanuck&Pizzorno Integrative](#)

Abonēt Pasaules Veselības Padome biļetenu sekot līdzī jaunākajām publikācijām:  
[worldcouncilforhealth.org/subscribe](http://worldcouncilforhealth.org/subscribe)

Lai iegūtu jaunāko informāciju, apmeklējiet:  
[Worldcouncilforhealth.org](http://Worldcouncilforhealth.org)



### Atruna:

*Šī lejupielādējamā brošūra nav paredzēta individuāla medicīniska padoma aizstāšanai. To nevar izmantot, lai diagnosticētu slimību vai piekļūtu tīmekļa lietotāju ārstēšanai. Individīdi var izmantot Pasaules Veselības padomes sniegtos materiālus, lai papildinātu kvalificētu, uzticamu veselības aprūpes speciālistu sniegto aprūpi. Visa informācija, ko sniedz Pasaules Veselības padome vai kas ir saistīta ar tās tīmekļa vietni, tiek piedāvāta, lai veicinātu indivīdu un viņu kvalificētu veselības aprūpes sniedzēju apsvēršanu par dažādām uz pierādījumiem balstītām profilakses un ārstēšanas iespējām. Šajā tīmekļa vietnē un šajā bukletā sniegtā informācija ir paredzēta vispārējai informācijai un neaizstāj ārsta padomu. Iespējamās kļūdas un izlaidumi.*