Protokoll von perception.gates.home.blog

Huminsäure und Fulvinsäure!

Es gibt neue spannende Entwicklungen. Chinesische Wissenschaftler haben sich explizit damit auseinandergesetzt wie man Graphen Oxid Nanopartikel entgiften kann. Zumindest aus dem Boden und den Pflanzen die darauf wachsen. Die Studie mit dem Titel *"Huminsäure wirkt als natürliches Antidot von Graphen indem sie die Verlagerung von Nanomaterialen und den Stoffwechselfluss in vivo reduziert"* kommt zu dieser Konklusion:

"In dieser Arbeit wird das innovative Konzept vorgestellt, dass HA als natürliches Gegenmittel für Graphen fungiert, indem es dessen Translokation und Stoffwechselflüsse in vivo reguliert. Dieses Wissen ist entscheidend, um eine Überschätzung der Risiken von Nanomaterialien zu vermeiden, und kann zur Kontrolle der Kontamination mt Nanomaterialien genutzt werden."

Ähnliche Graphen Oxid Nanopartikel entgiftende Effekte durch Huminsäure konnte man auch bei Algen und Wasserflöhen, sowie bei Zebrafisch-Embryonen nachweisen. Das ganze wird also eher aus der Perspektive des Umweltschutz/Nanoteilchen Kontaminierung betrachtet, aber dafür haben wir hier klare Studien die sich explizit um ein Gegenmittel für Graphen-Oxid Nanopartikel kümmern. Aber ist Huminsäure auch etwas für Menschen? Fulvinsäure und Huminsäuren entstehen beide im Humus, Torf und Braunkohle des Bodens und sind überall auf der Erde zu finden. Tatsächlich wird jeder menschliche Körper eines Tages (wie alle Tiere und Pflanzen) zu verschiedenen Huminsäuren im Boden zersetzt. Doch können uns diese Säuren helfen diesen Tag noch etwas weiter in die Zukunft zu verschieben? Einen Versuch ist es Wert. Diese Säuren werden schon lange für andere gesundheitliche Effekte beim Menschen erforscht und als Nahrungsergänzung eingesetzt. Fulvinsäure verhindert zum Beispiel chronisch entzündliche Krankheiten und Diabetes. Die Säuren soll zudem dabei helfen Nährstoffe in die Zellen zu transportieren, die Darmflora zu stabilisieren, den Sauerstoffgehalt im Blut zu erhöhen, das Immunsystem zu stärken, Entzündungen zu hemmen und zu entgiften. Es sind Präparate mit Huminsäure und Fulvinsäure erhältlich, meistens aus dem **Mumijo Shilajit** des Himalaya-Gebirge, doch es ist nichts über explizierte Dosierungen zur Graphen Oxid Belastung beim Menschen zu finden. Daher würde ich mich an die Dosierung der Packung halten und einfach nach Gefühl machen. Die Huminsäuren sind völlig unbedenklich.

Glutathionspiegel erhöhen!

Glutathion bindet sich an Fremdpartikel wie Graphen Oxid und spült es so über die Entgiftungsorgane sicher aus dem Körper. Doch besonders bei einer höheren Belastung kommen diese Reserven schnell an ihre Grenzen. Das starke Antioxidant ist Teil unseres Immunsystems und wird von unserem Körper selbst produziert. Und zwar aus den Aminosäuren Glutamin, Glycin und Cystein die er aus dem Protein unserer Nahrung zieht. Zur Biosynthese des Glutathion braucht der Körper auch noch Selen, Zink, Kupfer, Vitamin C und Magnesium! Hierbei darf kein Mangel bestehen. Cystein kommt in deutlich geringen Mengen als Glutamin und Glycin im Essen vor und ist somit der limitierende Faktor. Also kann man die Produktion indirekt durch die Gabe von **N-Acetyl-Cystein** (NAC) erhöhen. Viele Menschen haben aber auch einen Mangel von Selen, Zink und Kupfer. NAC aktiviert auch die Neutrophile des Immunsystem und verbessert die Entschärfung von Graphen Oxid noch mehr. Diese Studie geht von einem signifikanten prophylaktischen Schutz durch 600mg NAC am Tag aus. Diese umfangreiche Evidence Based Review Studie zu NAC als Behandlung gegen das Krankheitsbild kommt zu folgender Konklusion:

"N-Acetylcystein (NAC) ist kostengünstig, hat eine sehr geringe Toxizität, ist seit vielen Jahren von der FDA zugelassen und hat das Potenzial, die therapeutischen Strategien für COVID-19 zu verbessern. NAC, das intravenös, oral oder inhalativ verabreicht wird, kann die Replikation von SARS-CoV-2 unterdrücken und bei rechtzeitigem Einsatz die Ergebnisse verbessern. Zu den potenziellen therapeutischen Vorteilen von NAC gehören das extrazelluläre Abfangen von ROS-Radikalen, die Wiederauffüllung des ***intrazellulären GSH,*** *die* ***Unterdrückung des Zytokinsturms*** *und der Schutz der T-Zellen, wodurch* ***Entzündungen und Gewebeschäden gemildert werden****. Die Verabreichung von NAC in Kombination mit anderen antiviralen Wirkstoffen kann die Zahl der Krankenhauseinweisungen, die mechanische Beatmung und die Sterblichkeitsrate* ***drastisch senken****."*

Bei Menschen ab 40 Jahren beginnt der Spiegel zu sinken und ab 65 Jahren sinkt er noch drastischer. Es lohnt sich für alle den Glutathion-Spiegel in konstant in absolut perfekten Zustand zu halten, aber besonders für ältere lohnt sich eine gezielte Auffrischung. Folgende Dosierungen wurden mehreren Detox-Protokollen entnommen.

- 600 - 900 mg NAC täglich eine halbe Stunde vor oder zwei Stunden nach dem Essen supplementieren.
- Bei akuter GO-Vergiftung sind 600 -1200 mg NAC alle 12 Stunden angesetzt.
- Vorsicht bei Rauchern: Prinzipiell hilft NAC bei vielen Lungenkrankheiten (z.B. COPD oder fester Husten), nur leider nicht dann wenn man es am meisten braucht: als Raucher. Dauerhafte supplementierung **könnte** bei starken Rauchern das Lungenkrebs-Risiko erhöhen, denn es schützt nicht nur die gesunden Zellen, sondern es schützt auch unentdeckte Tumorzellen vor den Abwehrmechanismen des Körpers! Das gilt leider auch bei manchen Beta-Carotinen. Der vielleicht harmlose latente Tumor kann sich nun schneller und aggressiver zu Lungenkrebs ausbreiten. Doch die Schuld liegt natürlich weiterhin beim Rauchen und nicht bei NAC!
- 500mg Vitamin C am Tag erhöhen den Glutathion-Spiegel um 50%. Auf mindestens zwei Dosen übern Tag aufteilen. Auch Vitamin E kann Glutathion erhöhen.
- Ein Zinkmangel reduziert den Glutathion-Spiegel signifikant. Ebenso ein Selen-Mangel (Paranüsse enthalten hohe Mengen - schon eine Handvoll am Tag reicht aus)!
- Man sollte natürlich auch keinen Proteinmangel haben. Das kommt aber nur bei sehr einseitig essenden Veganern oder Magersüchtigen vor. Die regelmäßige Einnahme eines Proteinpulver kann den Glutathion-Spiegel erhöhen.

- Alternativ ist auch die Supplementierung von Glutathion direkt möglich; Aufnahmefähigkeit von bereits fertigem Glutathion aus dem Essen und aus Nahrungsergänzungsmitteln ist umstritten.
- Wenn ihr Präparate kauft, dann achtet darauf **Liposomales Glutathion** zu kaufen (viel bessere Bioverfügbarkeit).
- **Melatonin** erhöht den Glutathion-Spiegel in vielen Gewebe des Körpers signifikant, darunter Blut, Gehirn, Leber und Muskeln. Melatonin ist ein Hormon welches unseren Schlaf/Wach-Rhythmus regelt und am Abend in der Zirbeldrüse des Gehirns ausgeschüttet wird und uns zunehmend müde macht. Eine gute natürliche Melatonin-Quelle ist das Mark der **Montmonerncy Sauerkirsche**. Die Sorte wird momentan nur in den USA kommerziell angebaut und wird hierzulande so gut wie gar nicht verkauft. Von ihr gibt es aber Supplemente. Die Protokolle gehen von 6-10mg Melatonin jeden Abend aus (sorgt für guten Schlaf).
- Nahrungsmittel mit guten Mengen Glutathion: Avocado, Wassermelone, Spargel, Spinat, Brokkoli...
- Das **Allicin** des gepressten frischen Knoblauchs, das **Sulforaphan** von Brokkolisprossen und das **Silymarin** des Mariendistel-Extrakt können über indirekte Wirkmechanismen den Glutathion-Spiegel bzw. das aktive Glutathion deutlich erhöhen. Das Silibinin der Mariendistel hemmt zudem den Transkriptionsfaktor STAT3 und kann so den Zytokin-Sturm verhindern. (Studie, Studie, Studie, Studie, Studie).
- Sportliche Betätigung kann den Glutathion-Spiegel erhöhen. Rauchen senkt den Spiegel.
- **R-Alpha-Liponsäure** ist eine Aminosäure welche die Antioxidantien Glutathion, Coenzym Q10, Vitamin E und Vitamin C im Körper "recyclen" kann und somit ihre Radikalreduzierenden Fähigkeiten noch effektiver macht. Sie ist zudem klein genug um die Blut-Hirn-Schranke zu durchqueren und auch das Gehirn schützen zu können. Sie leitet zudem Schwermetalle wie Quecksilber aus. Bei supplementierung sollte man nur die wirkungsvollere R-Version nehmen und bei 200-300mg am Tag bleiben.

Zink!

Zink ist absolut essenziell für das Immunsystem, denn ohne Zink gibt es keine T-Killerzellen. Zink reduziert Risiko, Schweregrad und Mortalität der GO-Vergiftung, besonders in Menschen die zu einem Zinkmangel neigen (Alte, Menschen mit chronischen Krankheiten, Alkoholiker). Männer haben einen etwas höheren Bedarf als Frauen, denn Zink ist bei der Testosteronproduktion und bei der Spermienproduktion beteiligt.

- 25 - 40mg Zink täglich eine halbe Stunde vor dem Essen oder zwei Stunden nach dem Essen.
- Zink konkurriert im Körper mit dem Kupfer. Es ist also Ratsam etwa zwei Tage die Woche die supplementierung von Zink einzustellen und in dieser Zeit vermehrt Kupferhaltige Nahrungsmittel zu essen wie z.B. Kakao, Cashews und Walnüsse. Ansonsten kann ein Kupfermangel die Folge sein.
- Sowohl Zink als auch Kupfer werden für die Glutathions-Biosynthese benötigt.
- Bei akuter GO-Vergiftung werden je nach Schweregrad 30-100mg pro Tag angeraten (Nur bei eindeutigen Symptomen, **das ist zu viel** für eine dauerhafte Propylaxse. Zink kann ab gewissen Dosen toxisch wirken!)
- Achtet auf eine gut aufnehmbare Zink-Verbindung wie z.B. Zink-Bisglycinat.
- Nahrungsmittel die Zink enthalten: Austern, Rind, Eier, Cashews, Mandeln, Walnüsse, Kakao, Soja...

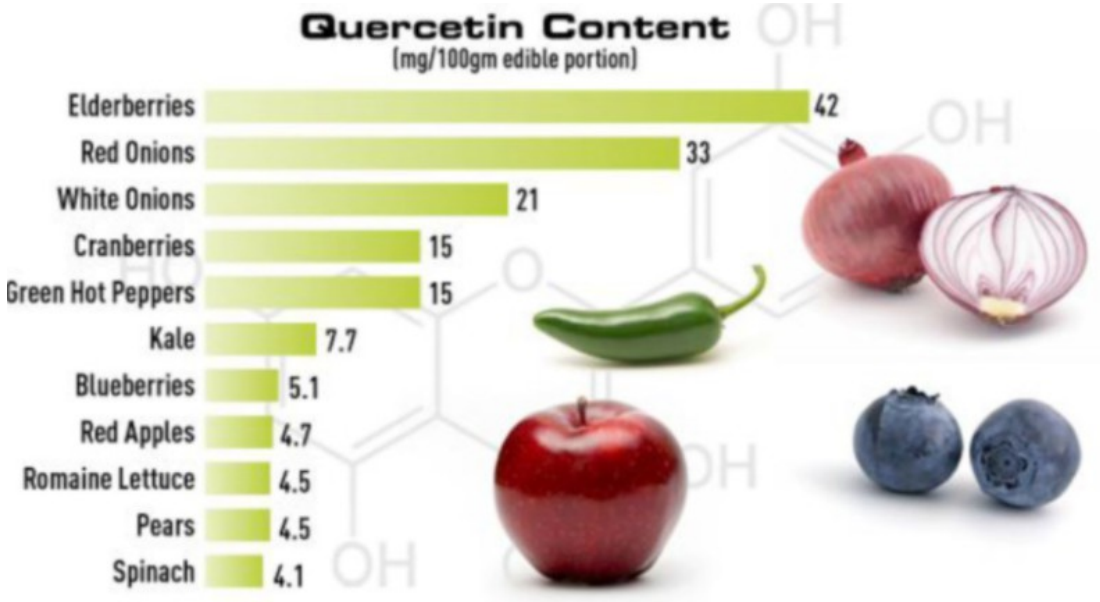
Quercentin!

Quercentin ist ein Bioflavonoid verschiedener Obst- und Gemüsearten und verhindert, dass der Partikel in Zellen eintreten kann. In dem frühen Stadium einer Vergiftung soll Quercentin den Verlauf mildern und verkürzen. Es ist daher ein ungeheuer wichtiger Begleiter in der Prophylaxis. Es soll auch bei den Entzündungen in den schweren Verlaufen helfen. Quercentin ist auch in höheren Dosen völlig unbedenklich und gut verträglich.

- 250mg Quercentin am Tag supplementieren, manch einer rät 500-1000mg zweimal am Tag.
- Quercentin ist ein sogenannter Zink-Ionophore, dass heißt er macht die Membran

der Zellen für Zink durchlässiger. Mit Hilfe von Zink-Ionophoren kann man also einen wirksamen Zinklevel im Zellinneren erreichen, ohne toxische Auswirkungen des Zinks aufgrund erhöhter Zinkserumspiegel befürchten zu müssen. Im Kampf gegen das Toxin ist Quercentin die Knarre und Zink die Kugel!

- Nahrungsmittel die Quercentin enthalten: Kapern, Liebstöckel, Dill, Zwiebeln (besonders rote), Beeren, Äpfel mit Schale, Buchweizen, Spargel, Cranberries, Romana Salat...
- "An Apple a Day, keeps the Doctor away."
- Quercentin ist hitzebeständig, aber wasserlöslich. Ohne Deckel geht es beim kochen durch den Dampf verloren.



Vitamin D³!

Vitamin D³ ist ein Hormon das in den Sommermonaten durch Sonnenstrahlen in der Haut produziert wird und ist ein unverzichtbarer Allrounder für das Immunsystem und somit die Entgiftungsmöglichkeiten. Es ist fast überall im Immunsystem beteiligt ("immunmodulierend") und es gibt inzwischen einige Studien die deutliche Effekte auf Infizierungsrate, Verlauf und Mortalität zeigen. Bei einem Mangel besteht eine 80% höhere Chance die Krankheit zu bekommen. Ein Vitamin D³ Mangel verursacht schwere Verlaufe bei einer Infektion. Nur in den Mittags-Stunden an denen die Sonne sehr hoch steht kann in Deutschland zwischen April und September Vitamin D³ in der Haut produziert werden. Zum Glück kann der Körper eine Überproduktion speichern. Leider sitzt ein Großteil der Gesellschaft da meistens im Büro oder einem anderen Gebäude. Mit dem Alter nimmt die Vitamin D³ Produktion ebenfalls ab. Die meisten Menschen der nördlichen Hemisphere haben daher einen chronischen Mangel des Sonnenvitamins, besonders in den Wintermonaten wo von den spärlichen Reserven gelebt wird, kann dieser im Frühjahr sehr akut werden. Genau dann wenn mal wieder *"die Zahlen explodieren"* oder Grippewellen durchs Land fegen. Jahresniedrigpunkt ist Ende März. Die besten Level hat man Anfang Oktober. **Eine Milliarde Menschen** haben einen klaren Vitamin D Mangel, und 50% der Weltbevölkerung haben keinen idealen Spiegel. Sogar im sonnigen Iran hat fast ein Drittel der Menschen heute einen Mangel. Es ist eine schleichende Epidemie, die sich seit vielen

Jahren abzeichnet, hausgemacht ist und uns nun das Genick bricht. Vitamin D^3 ist ein absolutes Muss!

- Zur Prophylaxe in den Herbst und Wintermonaten 5.000 IE-10.000 IE Vitamin D^3 am Tag supplementieren, wobei man bei einem vorherrschenden Mangel erstmal deutlich mehr nehmen muss. Die 25(OH)D Konzentration im Blut sollte **konstant 50ng/l betragen**. Lasst euch beim Hausarzt testen. Leider wird das in Deutschland bei gesunden Menschen nicht von der Kasse bezahlt und kostet etwa 30€.
- Höhere Dosen Vitamin D^3 sollte man **immer** zusammen mit Vitamin K^2 einnehmen (einem Kalziumtransporter), sonst könnte eine Kalzinose ("Verkalkung der Arterien") die Folge sein, denn die Kalziumaufnahme im Darm wird durch Vitamin D erhöht. Da beide Fettlöslich sind, sollte man sie immer zum Essen einnehmen. Gute Supplemente enthalten sowieso beide Vitamine. Vitamin K^2 kommt hauptsächlich in (dunkel)grünem Gemüse vor. Weizengraspulver ist eine sehr gute Quelle.
- Im Sommer immer brav zwischen Vormittag und frühen Nachmittag rausgehen, Haut zeigen und die schöne Sonne tanken! Statt der Sonnencreme (die voller Titandioxid und Hormondisruptoren ist und die beim Baden schädlich für die Umwelt ist), solltet ihr lieber Astaxanthin und andere Antioxidantien als Sonnenschutz von innen nehmen (dazu später mehr).
- Der Körper braucht Magnesium um das Vitamin D durch die UV-Strahlen in der Haut zu produzieren. Hier darf kein Mangel bestehen.
- Es könnte sich lohnen auch den Menschen mit denen man täglich Kontakt hat Vitamin D^3 zu schenken und sie zu überreden es auch zu supplementieren. Die Studienlage dazu ist mehr als ausreichend um jeden zu überzeugen es wenigstens zu probieren. Wenn der Sommer ein paar Monate her ist, dann haben sie mit Sicherheit einen deutlichen Mangel. Besonders wenn sie schon älter sind. Und so schützt man auch sich selbst.

Ivermectin!

Ivermectin ist ein antiparasitäres Medikament welches in den 1970er Jahren von Nobelpreisträger Satoshi Omura in Japan erfunden wurde. Der Wirkstoff ist eine Mischung aus zwei ähnlicher *Avermectine* die aus einem Bakterium in der Nähe von Tokio entnommen wurden. Bis heute basiert die Ivermectin-Produktion auf Bodenproben aus

dieser Region. Seine potente Wirkung gegen Parasiten und Würmer machte es schnell zu einem Star in der Veterinär-Medizin, wo es fortan Millionen Tiere von Wurm- und Parasitenbefall heilte. Da es sehr gut vertragen wurde folgten bald danach Human-Studien und seit 1984 wird es bei Menschen gegen einige parasitäre Krankheiten eingesetzt. Dieser Stoff wurde in den letzten paar Jahrzehnten Millionen von Menschen verschrieben, er ist in normalen Dosierungen nicht toxisch und gut verträglich. So konnte man in Afrika (beinahe) die damals sehr verbreitete Flussblindheit ausrotten.

"Ivermectin ist ein bekanntes, von der FDA zugelassenes Medikament gegen Parasiten, das seit mehr als vier Jahrzehnten erfolgreich zur Behandlung von Onchozerkose (Flussblindheit) und anderen parasitären Krankheiten eingesetzt wird. Es ist eines der sichersten bekannten Medikamente. Es steht auf der Liste der unentbehrlichen Arzneimittel der WHO und wurde weltweit 3,7 Milliarden Mal verabreicht. Für seine globale und historische Wirkung bei der Ausrottung endemischer Parasiteninfektionen in vielen Teilen der Welt hat dieses Produkt den Nobelpreis erhalten." (FLCCC)

Das von den Medien beschworene "tödliche Wurmmittel für Pferde" ist also nicht weiter als plumpe Wort-Propaganda. Ja, Pferde bekommen es auch (wie manch anderes Menschen-Medikament). Ja, in hohen Überdosierungen könnte es (wie das meiste) gefährlich werden. Diese Formulierung stellt aber nicht die Tatsachen dar. Und das ist natürlich auch voll beabsichtigt. Es soll eine spöttische Irritierung beim unbedachten Leser erreicht werden - mehr nicht. Das reicht leider aus um bei den meisten Lesern die bloße Möglichkeit auszuschließen, dass dieses Medikament tatsächlich helfen könnte und jeden der es erwähnt als Spinner abzutun. Da antivirale Wirkmechanismen bereits in der Vergangenheit erforscht wurden, griff man dieses Medikament wieder zur Erforschung in der COVID Behandlung auf. Heute gibt es knapp 100 Peer-Reviewed Studien (78 mit Kontrollgruppe) zum GO-Krankheitsbild und die allermeisten lassen eine sichere Effektivität in der Behandlung belegen oder vermuten. Sowohl in Prophylaxe, Verlauf und Mortalität. Die hochkorrupte FDA, die Remdesivir bereits nach EINER EINZIGEN Studie für die Behandlung zugelassen hat, wartet aber immer noch "auf eine bessere Datenlage". Diese Studie kommt zum Beispiel zur Konklusion:

"*Mit mäßiger Sicherheit lässt sich die Zahl der COVID-19-Todesfälle durch den Einsatz von Ivermectin stark verringern. Der Einsatz von Ivermectin in einem frühen Stadium des klinischen Verlaufs kann die Zahl derer, die zu einer schweren Erkrankung fortschreiten, verringern. Die offensichtliche Sicherheit und die geringen Kosten lassen darauf schließen, dass Ivermectin wahrscheinlich einen erheblichen Einfluss auf die SARS-CoV-2-Pandemie weltweit haben wird.*"

Wenn da nicht diejenigen wären die gar nicht daran interessiert sind, dass diese Pandemie endet bevor fast alle Menschen der Erde diese Partikel im Körper haben. Seitdem wird eine bis dato beispiellose Kampagne gegen dieses Jahrzehnte lang als sehr sicher geltende Medikament gefahren (Die Flccc Alliance fasst eine Sammlung von Studien zusammen die von keinerlei Nebenwirkungen in der Behandlung der Krankheit berichten). Patienten müssen dennoch gegen Krankenhäuser klagen bis sie endlich damit behandelt werden, Ärzte die es erfolgreich zur Behandlung nutzen werden aus Krankenhäusern gefeuert oder verlieren ihre Lizenz. Das liegt daran da die Krankenhäuser in den USA ihre Finanzierungen verlieren würden, sobald sie gegen Richtlinien der WHO verstoßen (wie das hier ist weiß ich nicht). Und dieser Druck sortiert automatisch schwarze Schafe aus - ganz egal ob sie Menschen helfen konnten oder nicht. Ganz anders im indischen Bundesstaat Uttar Pradesh. Ein medizinisches Team in der Hauptstadt des Bundesstaates (in Agra) gab unter der Leitung von Dr. Anshul Pareek Ivermectin an alle Mitglieder seines Krisenreaktionsteams aus, das mit der sofortigen Identifizierung und Isolierung von diagnostizierten oder vermuteten COVID-19-Patienten beauftragt war. Trotz des hohen Risikos ist einige Monate später kein einziger jemals krank geworden.

Der Überwachungsbeauftragte des Bundesstaates, Vikssendu Agrawal, reichte diesen Bericht ein, und die Gesundheitsbeamten nahmen Ivermectin in ihr Behandlungsprotokoll auf, wodurch Uttar Pradesh zum ersten Bundesstaat des Landes wurde der seinen Bürgern prophylaktisches und therapeutisches Ivermectin verabreicht. Aufgrund der WHO-Empfehlung und der immer noch starken Stimmung im Lande sich an die Vorgaben zu halten, wurde die Ivermectin-Empfehlung jedoch heruntergespielt und nur zurückhaltend umgesetzt. Der Wendepunkt kam als Indien Ende März und im April 2021 einen großen Ansturm erlebte. Das indische Gesundheitssystem klammerte sich buchstäblich an jeden Strohhalm um sich über Wasser zu halten und angesichts der Tausenden von Patienten, die täglich starben, gaben das *All India Institute of Medical Science* und der *Indian Medical Research Council* ihre Jetzt-oder-nie-Empfehlung ab, Ivermectin für die frühzeitige Behandlung von Fällen und die Vorbeugung von Personen, die mit einer infizierten Person in Kontakt gekommen waren, aufzunehmen.

Das Ergebnis dieser Politik ist so erstaunlich, dass es hier mit massiven Druck vertuscht und runtergespielt werden muss. Anfang Oktober 2021, also vor "Omicron", berichtet der **dicht besiedelte Bundesstaat mit 241 Millionen Einwohnern** in den letzten drei Monaten von nur noch 100 Fälle am Tag gehabt zu haben und in den letzten Septemberwochen sollen es sogar nur noch 20 Fälle pro Tag gewesen sein. Man hat irgendwann nur noch von 199 aktiven Fällen insgesamt berichtet - die Rate positiv getesteter ging in dem Bundesstaat also auf 0.01% herunter, wodurch sogar 33 Distrikte des Bundesstaates offiziell COVID-frei erklärt wurden.. Und das bei einer absolut lächerlichen Spritzquote, denn in Uttar Pradesh ging die Kampagne von allen Bundesländern Indiens am langsamsten voran (je nach Quelle haben damals nur 5- 22% der Bevölkerung zwei Spritzen erhalten, was meiner Meinung nach in diese Entwicklung positiv mit hineingespielt hat). Die indischen Medien machen den frühen und flächendeckenden Einsatz von Ivermectin dafür verantwortlich.

Der Schwarzmarkt des Verschreibungspflichtigen Ivermectin blüht inzwischen in Europa und den USA, doch die Menschen die es beschaffen werden von den Medien diffamiert und der Zoll beschlagnahmt rigoros (vor allem in Österreich). In den USA organisieren sich inzwischen eine ganze Reihe von Ärzten in allen Bundesländern die sich den Anordnungen der korrupten WHO entgegensetzen und ihre Patienten mit Ivermectin behandeln. In Indien, Südostasien und Afrika kann man das Zeug aber billig und ohne Rezept in jeder Apotheke kaufen, denn die von parasitären Krankheiten gebeutelte Länder würden auch einen großen Fehler begehen wenn sie anders verfahren würden. Wer hierzulande keinen Arzt findet der es verschreiben möchte (sprecht es an), der kann aus diesen Ländern Ivermectin-Generika über das Internet bestellen und muss dann nur hoffen das der Zoll es nicht abfängt. Oft klappt es aber. Ich muss hier aber aus rechtlichen Gründen darauf hinweisen, dass man bei einer Einfuhr von verschreibungspflichtigen Medikamenten aus dem Nicht-EU Ausland gegen das Arzneimittelgesetz verstoßen könnte und sich bei einer Beschlagnahmung strafbar machen könnte. Besonders bei größeren Mengen. Benutzt lieber duckduckgo.com statt google.com zur Recherche (Algorithmus-Zensur).

Zur Dosierung:

- Die meisten Protokolle und Studien (z.B. hier) gehen von folgender Dosierung aus: 0.2mg pro kg Körpergewicht bei einem leichten Verlauf (erste Symptome) und 0.4mg pro kg Körpergewicht bei einem schwereren Verlauf. Bei einer 69-77kg schweren Person wären das laut FLCCC bei einem leichten Verlauf zum Beispiel 15mg, also genau 5 Pillen mit 3mg Dosierung. Es gibt die Pillen mit 3mg, 6mg, und 12mg Dosierung. Die 3mg sind aber oft leichter zu bekommen. Zwei bis maximal drei Tage dieser Behandlung sollten absolut ausreichen, länger am Stück sollte man nicht machen. Wie immer sollte man erst einen Allergietest mit ganz geringen Mengen machen.
- Diese Dosierungen stehen auch im offiziellen Beipackzettel der Apotheke. Können also gar nicht zu schädlich sein.
- In dieser Studie wurde den Patienten 0.2 mg pro Kg für jeweils zwei Tage gegeben und das alle 15 Tage wiederholt. Das Ergebnis bei Erkrankten: Eine 70% Reduktion in Mortalität und eine 54% Reduktion in Hospitalisierung.
- Ich würde von einer täglichen Prophylaxe abraten. Lieber ähnlich wie oben verfahren, nur eine einzige Dosierung etwa ein- bis zweimal im Monat oder erst bei den ersten Symptomen. Diese Studie geht aber von einer Infektionsreduktion von 74% bei einer *wöchentlichen* Prophylaxis aus (bei 0.2mg/kg).
- Falls Ivermectin nicht verfügbar ist, sollte laut FLCCC das **Schwarzkümmelöl (Nigella Sativa)** eine Alternative darstellen (3 Teelöffel täglich schlucken). Schwarzkümmelöl hat eine 4000-jährige Geschichte erfolgreicher traditioneller Verwendung als *"Heilmittel für alles außer dem Tod selbst"*, wie der Prophet Mohammed sagte. Es ist für seine antiparasitären, antifungalen, antiviralen und antibakteriellen Eigenschaften bekannt und wurde in vergangenen Studien schon mit Ivermectin verglichen (und die Kombination aus beidem soll sogar noch besser sein). Es ist zwar eines der teuersten Öle, dafür aber in vielen Supermärkten erhältlich.

Calculation for ivermectin dose (0.2 mg per kg)

Body weight Conversion: 1 kg ≈ 2.2 lbs (doses calculated per upper end of weight range)		Dose 0.2 mg/kg ≈ 0.09 mg/lb (Each tablet = 3 mg; doses rounded to nearest half tablet above)	
70–90 lb	32–40 kg	8 mg	(3 tablets = 9 mg)
91–110 lb	41–50 kg	10 mg	(3.5 tablets)
111–130 lb	51–59 kg	12 mg	(4 tablets)
131–150 lb	60–68 kg	13.5 mg	(4.5 tablets)
151–170 lb	69–77 kg	15 mg	(5 tablets)
171–190 lb	78–86 kg	16 mg	(5.5 tablets)
191–210 lb	87–95 kg	18 mg	(6 tablets)
211–230 lb	96–104 kg	20 mg	(7 tablets = 21 mg)
231–250 lb	105–113 kg	22 mg	(7.5 tablets=22.5 mg)
251–270 lb	114–122 kg	24 mg	(8 tablets)
271–290 lb	123–131 kg	26 mg	(9 tablets = 27 mg)
291–310 lb	132–140 kg	28 mg	(9.5 tablets=28.5 mg)

For higher doses used in our I-MASK+ Protocol please multiply the value found in the table for 0.2 mg/kg, e.g.:

- **0.4 mg/kg:** double the 0.2 mg/kg dose
- **0.6 mg/kg:** triple the 0.2 mg/kg dose

Tablets can be halved for more accurate dosing. Then round to nearest half tablet above.

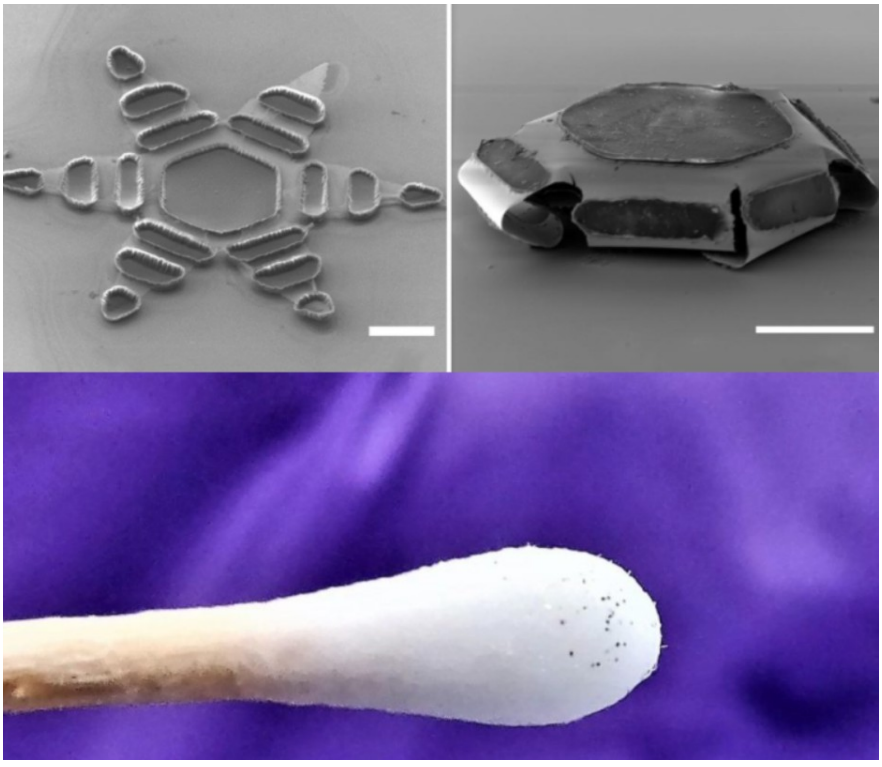
Note that Ivermectin is available in different tablet strengths (e.g. with 3, 5 or 6 mg) and administration forms (tablets, drops) depending on the country (please refer to the package information).

In our table we calculate doses using 3 mg tablets (the most common dose per tablet in the U.S.).

If your tablets contain a different amount of ivermectin than 3 mg, you must calculate the number of tablets to equal the dose of ivermectin required.

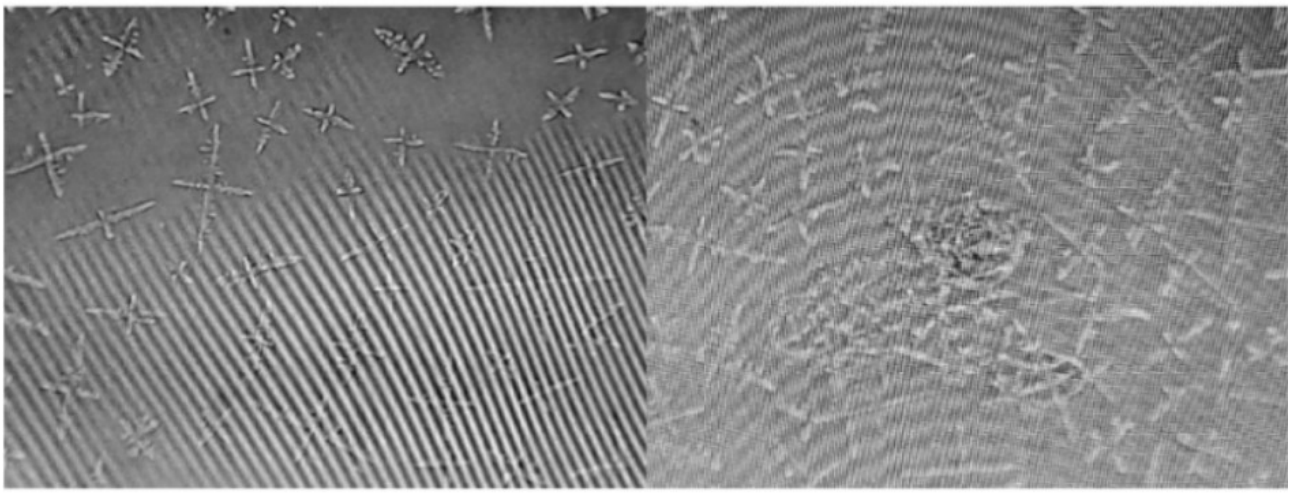
Irgendetwas im Wirkungsmechanismus von antiparasitären Stoffen muss auch auf andere physische und körperfremde Stoffe gehen (denn Parasiten und Nanopartikel sind im Grunde genommen *genau das*). Ein paar weitere antiparasitäre Stoffe sollen bei den Krankheitsbildern ebenfalls wirken. Zum Beispiel Hydroxychloroquine, Grapefruitkern-Extrakt oder Suramin, zu denen wir gleich kommen werden.

Und ist es so weit hergeholt, dass sie sich bei der Entwicklung dieser Nanopartikel an den Wirkmechanismus von Parasiten orientiert haben? Und der Körper sie als solche erkennt? Immerhin haben sie sich schon bei der Entwicklung anderer Nanomedizin, laut eigenen Wortlaut, von parasitären Würmern inspirieren lassen. Ich denke da zum Beispiel an die Theragripper der John Hopkins Universität. Winzige metallische und Pentagramm förmige "Microdevices" die sich wie ein parasitärer Wurm an die Schleimwand der Innereien beißen und ganz gezielt "Medikamente" freilassen können.

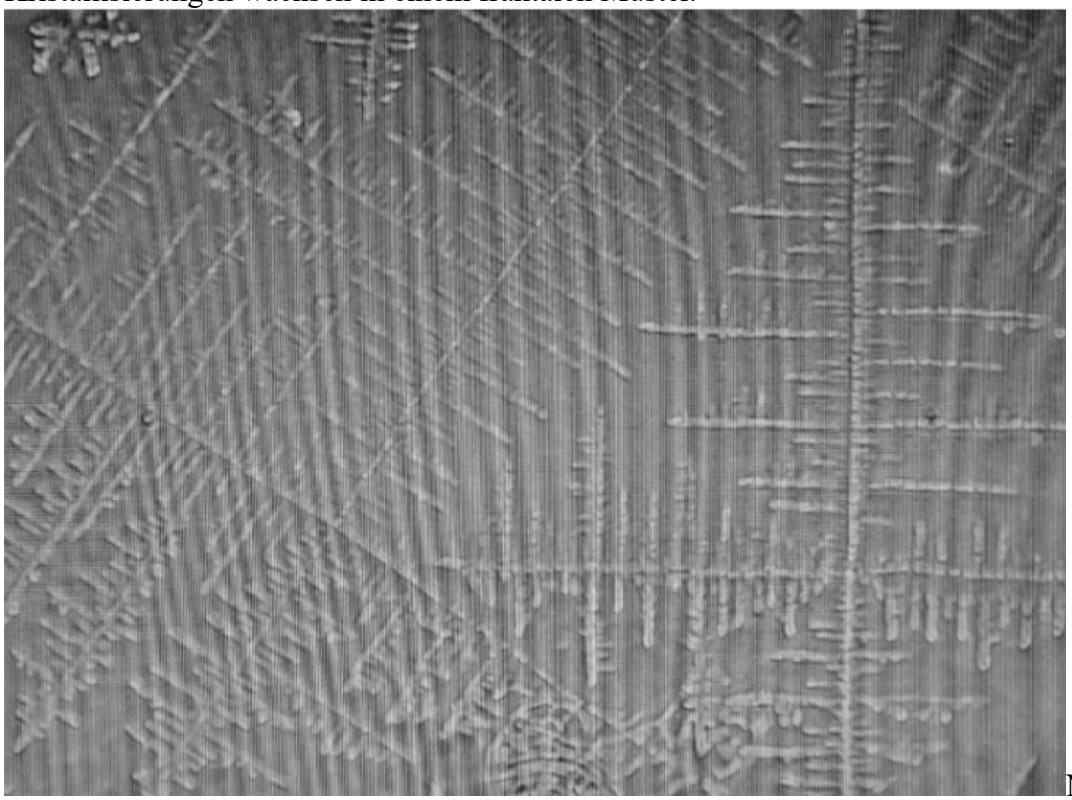


Micro-Devices... Nano-Devices sind noch ein tausendfaches kleiner und wären mit bloßem Auge nicht erkennbar.

Doch Ivermectin hat eine weitere Nutzen der nicht unerwähnt bleiben sollte. Die slowakischen Wissenschaftler, welche die Test-Stächen untersucht haben, konnten in diesen das von DARPA entwickelte Hydrogel feststellen. Dieses Hydrogel kristallisiert sich zu einer Art Mini-Antennen, sobald es in Kontakt mit menschlichen Flüssigkeiten wie z.B. dem Speichel im Rachen oder den Muccus in der Nase kommt. Im Blutkreislauf soll es die roten Blutkörperchen attackieren und zu Verklumpungen führen. Das Hydrogel befindet sich laut den Wissenschaftlern von "La Quinta Columna" auch in den Spritzen. Antikörper des Immunsystems sollen diese Kristallisierungen stören können, doch Ivermectin soll diese Kristallisierungen komplett auflösen können. Folgende Bilder stammen von dem slowakischen Team.

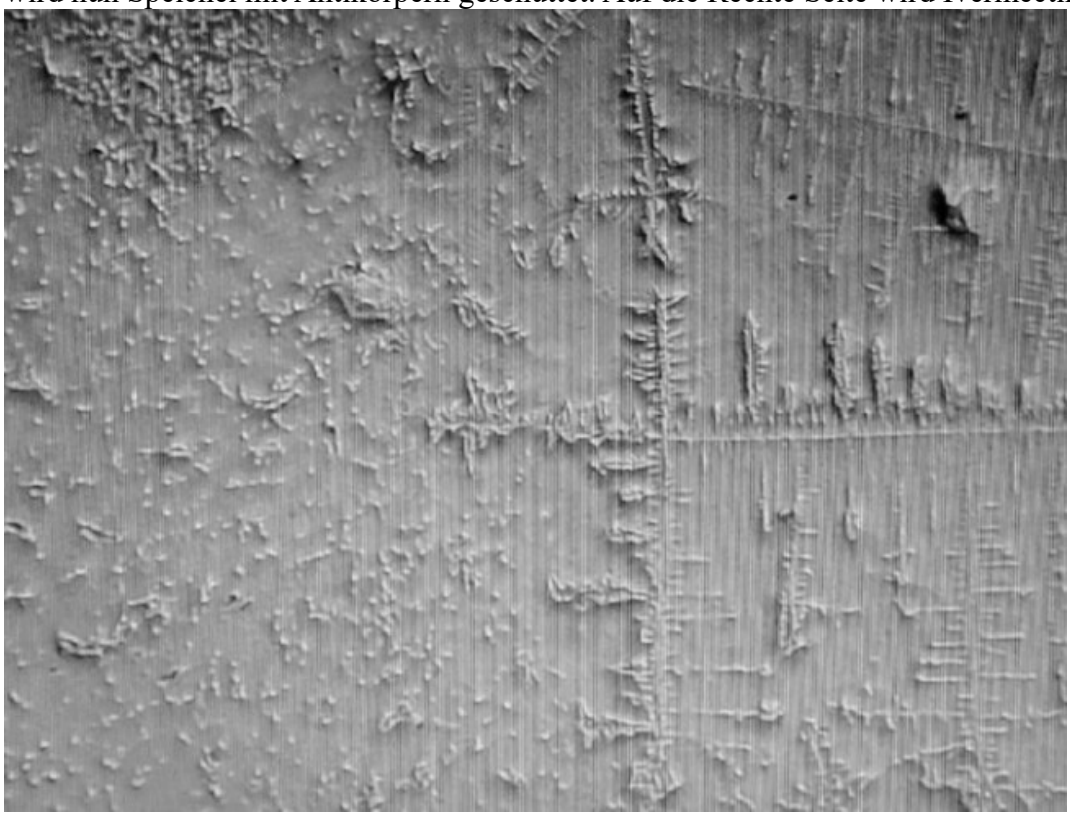


Das Hydrogel beginnt wenige Minuten nach dem Kontakt mit Speichel zu kristallisieren. Diese Kristallisierungen wachsen in einem fraktalen Muster.

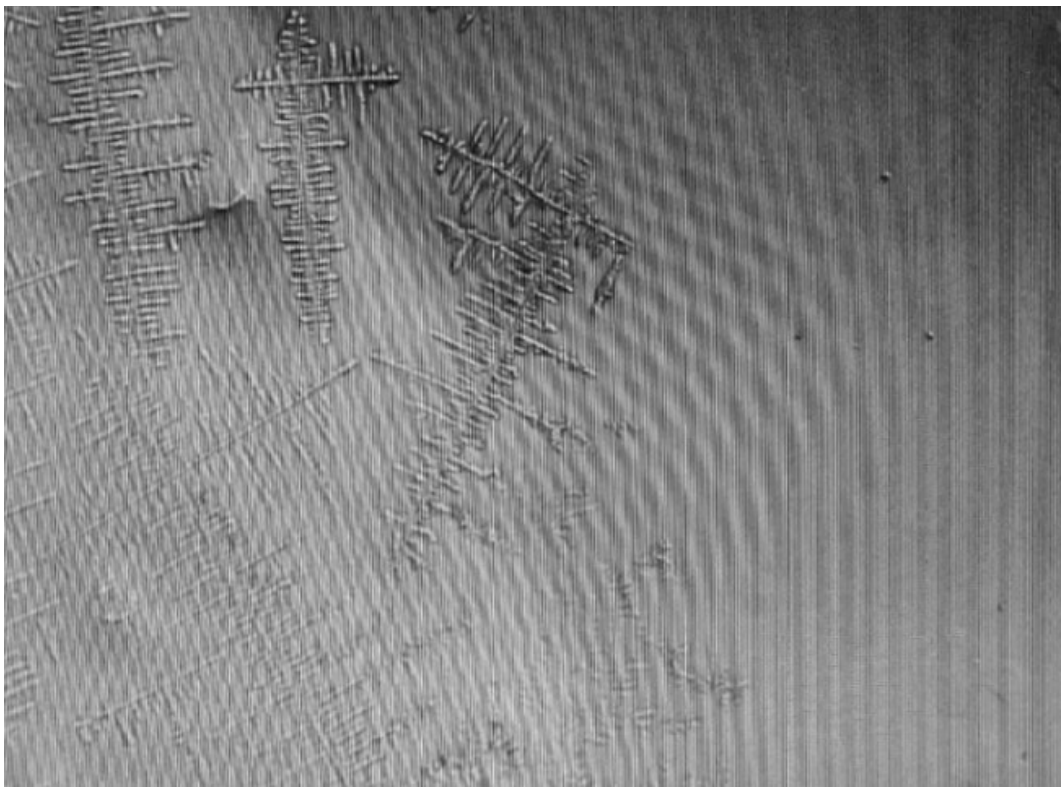


Nach 24h sieht das ganze so aus. Diese Strukturen wachsen dreidimensional. Sie wachsen also auch in das Gewebe (im Rachen/oberen Nasenraum). Dabei bewegen sie sich Richtung magnetischer Felder, also in Richtung der Zirbeldrüse des Gehirns.

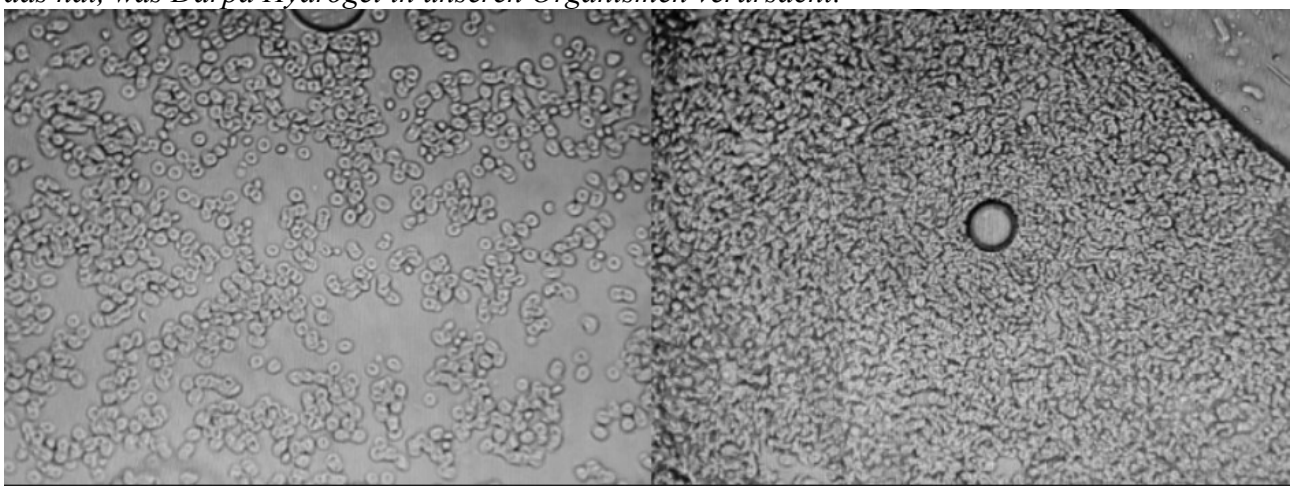
Nun machten sie einen Test. Dieses Bild ist die Ausgangssituation. Auf die linke Seite dieser Probe wird nun Speichel mit Antikörpern geschüttet. Auf die Rechte Seite wird Ivermectin gegeben.



Wie man links sieht führte die Gabe von Speichel mit Antikörpern zu einer sofortigen und dauerhaften Zersetzung der fraktalen Strukturen.



Doch die Gabe von Ivermectin (rechts) führt zur kompletten und dauerhaften Auflösung der Hydrogel Strukturen. *"Dies zeigt deutlich, dass Ivermectin eine unglaublich starke Wirkung gegen das hat, was Darpa Hydrogel in unseren Organismen verursacht."*



Links: Normale lebende Blutzellen. Rechts: Diese Blutzellen nach der Gabe von Hydrogel. Verklumpt... Wundern einen da die Thrombosen, Lähmungen und Herzinfarkte?

Ein britischer Polizist gab aufgrund dieser Funde einen Aufruf auf, alle Tests aus dem Verkehr zu ziehen und als Beweismittel für biologischen Terrorismus an die nächste Polizeistelle zu bringen.

Hydroxychloroquin!

Hydroxychloroquin ist ein antiparasitäres Medikament, welches hauptsächlich zur Behandlung und Prophylaxe der Malaria eingesetzt wird. Diese potenziell tödliche Krankheit wird durch einen Parasiten verursacht, der durch Mückenstiche auf den Menschen übertragen wird. Diese Krankheit ist hierzulande quasi nicht mehr existent, würde aber ohne solche Medikamente in Subsahara-Afrika und manchen Teilen von Südostasien immer noch für über eine Millionen Tote im Jahr sorgen. In vielen Teilen

Afrikas wird eine Pille Hydroxychloroquin prophylaktisch jeden Sonntag eingenommen um einen potenziellen Ausbruch der parasitären Eier und somit die Malaria im Keim zu ersticken (*die "Sunday Sunday Pill"*). Durch die Verbreitung solcher Medikamente sind die Malaria-Toten in den letzten Jahrzehnten zurückgegangen. Die CDC empfiehlt daher jedem Subsahara-Afrika Touristen (in Malaria-Gebieten) prophylaktisch 300mg Hydroxychloroquin wöchentlich einzunehmen. So schlimm kanns ja dann wohl nicht sein? Es wird außerhalb von Afrika primär bei Rheumatischen Beschwerden verschrieben und dabei dauerhaft eingenommen. Das einzige Problem: Bei dauerhafter Einnahme können irgendwann Augenprobleme auftreten - das sollte man beachten und regelmäßig überprüfen. Manche können zudem empfindlich auf den Stoff reagieren und neurologische Symptome entwickeln. Hydroxychloroquin wurde als Behandlung gegen das GO-Krankheitsbild untersucht und es wurden vielversprechende Effekte entdeckt. Besonders in der frühen Anwendung ist es Effektiv. Ich gehe davon aus, dass ähnlich wie bei Ivermectin die Nanopartikel aus dem Körper gezogen werden (und vermutlich das Hydrogel aufgelöst wird). Das Medikament lässt sich auch als Generika aus Asien über das Netz kaufen, sofern es die netten Freunde vom Zoll nicht abfangen.

Dosierung laut FLCCC:

- 200mg Hydroxychloroquin täglich zur Prophylaxis.
- Bei akuter Vergiftung: 2x 200mg Hydroxychloroquine täglich für 5 Tage.

Wie kam man überhaupt auf dieses Medikament? Der Wirkstoff kommt aus der Chinarinde, aus welcher bereits Urvölker Südamerikas Tees zubereiteten und sich so erfolgreich vor der Malaria-Krankheit schützten. In England erbrachte dann ein Wissenschaftler des 19. Jahrhunderts den Zusammenhang zwischen dem Chinarinde-Wirkstoff Chinin (*engl. Quinine*) und einem Schutz gegen die zuvor als Krankheits-Auslöser identifizierten Parasiten der Mücken. Das erste Chininhaltige Medikament wurde entwickelt und sofort den britischen Afrika-Forschern, Missionaren und Kolonialisten gegeben, von denen bis dato so viele ihr Leben an Malaria verloren haben. Diese lösten die Pillen in Sprudelwasser auf und erfanden so das *Tonic-Water*. Zusammen mit den von England mitgebrachten Gin, etwas Zucker, Eis und Zitrone wurde für die Reisenden aus dem bitteren Medikament ein "belebendes Getränk" - der Gin-Tonic war geboren! Das wurde ab sofort regelmäßig zur Prophylaxe getrunken. Und so sind die Malaria-Toten der britischen Kolonialisten in Afrika und Indien rapide zurückgegangen. Der antiparasitäre

Wirkstoff von Hydroxychloroquin, dem bis heute *Nummer Eins* Medikament gegen die Krankheit, befindet sich also auch in jedem Tonic-Water von Schweppes und bietet so eine billige und im Supermarkt erhältliche Alternative! Allerdings ist das sehr bittere Chinin heute nur noch in geringen Mengen enthalten - für einen therapeutischen Effekt ist also mehr als ein Glas nötig. Je nach Sorte des Tonic-Water sind heute etwa 60-80mg pro Liter enthalten. Achtung: Manche reagieren auf höhere Mengen Tonic-Water empfindlich!

Weitere Hilfsmittel zur Verteidigung!

- Die **Shikimisäure** ist in Sternanis, Fenchel und Kiefernadeln enthalten. Es ist der natürliche Hauptwirkstoff aus dem das meistverschriebene Grippe-Medikaments **Tamiflu** synthetisiert wurde. Sternanis wird seit Jahrhunderten in China gegen Krankheiten und Plagen eingesetzt. Studien versprechen eine Wirksamkeit gegen das GO-Krankheitsbild. Diese Studie zeigt das die Antiviralen Effekte der Shikimisäure in Kombination mit Quercentin deutlich verstärkt sind. Aus den Kiefernadeln des Waldes kann man einen Tee machen. Einen "Fenchel-Anis-Kümmel Tee" gibt es z.B. von der Marke *Teekanne* in jedem Supermarkt. Ich bin Fan von der Marke *Yogi-Tee*, die haben auch einige mit Anis und Fenchel (einfach bei den Zutaten schauen). Ein bis zwei Tassen Tee pro Tag sind bestimmt nicht verkehrt. Die Nadeln der Kiefer enthalten in ihren ätherischen Ölen zusätzlich den antiparasitären Wirkstoff Suramin, der seit 100 Jahren als Medikament gegen einige parasitäre Krankheiten eingesetzt wird. Der Stoff hat auch andere interessante Einsatzmöglichkeiten. Suramin hindert das Protein vor dem Eintreten in die Zelle und ist dabei 20-mal potenter als das COVID-Medikament Remdesivir. Besonders die Nadeln der Weymouth-Kiefer im Nordosten der USA sind besonders geeignet, es gehen aber auch die meisten Kiefern hierzulande. Einfach 80 Grad heißes Wasser auf eine kleine Hand voll Nadeln geben und einen Tee machen. Ihr werdet merken das sich ölige Tropfen auf der Wasseroberfläche absetzen - die müsst ihr unbedingt mit trinken. Vermeidet aber die Verwendung dieser giftigen Sorten: Ponderosa-Kiefer, Balsam-Tanne, Lodgepole- und Monterey-Kiefer. Darüber hinaus gibt es auch eine Reihe von Bäumen, die gemeinhin als "Kiefern" bezeichnet werden, in Wirklichkeit aber giftige Nachahmer sind, wie die Englische Eibe, die Norfolk-Kiefer und die Eiben-Kiefer. Diese sollten niemals für die Zubereitung von Kiefernnadeltee verwendet werden. Die allermeisten der dutzenden Kiefernarten sind aber voll in Ordnung. Schwangere sollten keine Kiefernadeln konsumieren.

- Auf den **Vitamin C**-Spiegel zu achten schadet nie. Es ist ein wasserlösliches und lebensnotwendiges Antioxidant und ist in höheren Dosen bei der Prophylaxis und bei dem GO-Krankheitsbild nützlich. Besonders bei schweren Verläufen sollen sehr hohe Dosen Vitamin C signifikante Verbesserung bringen. Infusionen hoher Dosen Vitamin C sollen bei Long-Covid helfen. Doch auch in der Prophylaxis macht es bestimmt Sinn. Es entlastet das Immunsystem vor einigen Umwelteinflüssen, damit sich dieses auf die wichtigen Dinge konzentrieren kann. Es ist auch DAS Antioxidant der Lunge (wässriges Millieu). Etwa 500mg am Tag sollen den Gluthationspiegel um 50% erhöhen und so unterstützt es ebenfalls das Immunsystem. Vitamin C aktiviert zudem die Leberenzyme, die für den Abbau von Giftstoffen verantwortlich sind. Der Körper kann nur maximal 200- 250mg auf einmal aufnehmen und gewinnbringend verwerten. Höhere Mengen sollte man also auf mehre kleinere Dosen über den Tag verteilen (z.B. Morgens, Mittags, Abends). Bei Krankheit dürfen es laut den Protokollen auch mal 1000-2000mg am Tag sein. Vitamin C ist in so gut wie allen Gemüse- und Obstarten enthalten. Wahre Vitamin C Bomben wären z.B. Acerola-Kirchen, Hagebutten, Sanddornsaft, Schwarze Johannesbeeren, Petersilie, Bärlauch, rote Paprika, Brokkoli und mehr.... (Hier eine ganze Liste). Je roher desto besser natürlich. Alternativ kann man natürlich auch ein qualitatives Vitamin C Pulver oder Kapsel-Präparat nutzen. Raucher haben einen höheren Grundbedarf.

- **Hesperidin** ist ein Bioflavonoid und kommt hauptsächlich in den Schalen von Zitrusfrüchten wie z.B. Blutorangen, Orangen, Zitronen, Limetten, und Grapefruits vor. Frische Pfefferminzblätter sind auch eine gute Quelle. Es ist ähnlich wie

Quercentin einer der Spike-Protein Blockierer, *"indem es die Interaktion zwischen dem S-Protein und dem zellulären Rezeptor ACE2 blockiert und die Expression von ACE2 und TMPRSS2 reduziert."* In der Prophylaxe also unverzichtbar! Man kann zum Beispiel die Schalen der Zitrusfrüchte und etwas Pfefferminzblätter in einer Wasserflasche/Krug einlegen, nachdem man sie für den morgendlichen Smoothie ausgepresst hat, und dann dieses Wasser über den Tag trinken. Oder man raspelt die äußere Schalen in in den Smoothie. Säfte mit Fruchtfleisch sollen zudem mehr Hesperidin enthalten als Säfte ohne. Es befindet sich nicht nur in der farbigen äußeren Schale, sondern vor allem auch in dem weißen Teil der Schale. Es soll auch bei Krampfadern, Entzündungen und einem hohen Cholesterinspiegel nützlich sein. Es minimiert bei einer fettreichen Ernährung auch die Leberverfettung. Supplemente mit Hesperidin sind natürlich ebenfalls erhältlich. Ein weiteres Hilfsmittel der Zitrusfrüchte ist der **Grapefruit-Kern Extrakt**. Als Nasenspray angewendet in einer Mischung mit Xylitol wirkt er sehr effektiv bei milden bis moderaten Verläufen. Das Xylitol verhindert den Eintritt in die Zellen und das (antiparasitäre) Grapefruit-Kern-Extrakt killt den Partikel. Wäre bei den ersten Symptomen eine gute Maßnahme. Und wäre bei Menschen mit Geruchsverlust einen Versuch wert.

- **Astaxanthin** ist ein rotes Beta-Carotin und kommt vor allem in Algen vor. Es ist der Grund warum das Fleisch von Garnelen, Hummer und Lachs rosarot ist, denn die enthalten durch die Nahrungskette gewisse Mengen des Astaxanthin aus den Algen. Selbst Flamingos verdanken ihre rosa Farbe durch ihre Astaxanthin haltige Ernährung aus dem Wasser. Algen, Lachs, Hummer, und Garnelen sind somit auch die Astaxanthin-Nahrungsquellen für Menschen. Es ist ein enorm starkes Antioxidant (etwa 10 mal stärker als Vitamin E und 100 mal stärker als Vitamin C) und schafft es aufgrund der kleinen Molekülgröße auch durch die Blut-Hirn-Schranke. So kann es wie die Alpha-Liponsäure, entgegen vieler anderer Antioxidantien, auch im Gehirn seine Radikalreduzierenden Eigenschaften anwenden. Das aufgenommene Astaxanthin kann bei Überschuss vom Körper gespeichert werden. Der Stoff ist gut für die Augengesundheit, stark entzündungshemmend und gilt als immunmodulierend. Der Stoff gilt zudem als neuro-protektiv bei temporären und chronischen neurologischen Krankheiten. Zur Prophylaxe gegen die negativen Auswirkungen der Nanopartikel im Gehirn bietet sich eine supplementierung des Stoffes also an. Er ist zudem vielversprechend

gegen die entzündlichen Prozesse des GO-Krankheitsbild. Etwa 6mg pro Tag sollten voll ausreichen. Bei einem 12mg Präparat nimmt man es einfach nur alle zwei Tage. Auch beim Menschen besteht die Möglichkeit bei der längeren Einnahme eine etwas rötere Haut zu bekommen (besonders an den Hand- und Fußinnenflächen), denn das Antioxidant wird primär in der Haut gespeichert. Doch keine Sorge: Im Sommer ist das eine Art natürlicher Sonnenschutz von innen. Nach zweiwöchiger Einnahme kann die Zeit in der Sonne (bevor ein Sonnenbrand entsteht) um 20% verlängert werden. Ich finde man wird so in der Sonne eher gebräunt. Und kann so mit weniger Hautschäden länger das Vitamin D³ tanken. (Studie, Studie, Studie)

- Weitere Stoffe die vor/bei den neurologischen Schäden durch das Nano-Toxin schützen sollten sind die Bioflavonoide **Resveratol** und **OPC**, sowie ein hochdosierter **Vitamin B-Komplex**. Der Effekt von B-Vitaminen darf hier nicht unterschätzt werden, besonders Vitamin B12 und B9 sind bei dem Aufbau der Myelin-Schicht der Nerven beteiligt (aber auch B1 und B6 sind unglaublich wichtig für die Nerven). Diese Schutzschicht der Nerven war in vielen Nervenkrankheiten (die den Langzeit-GO-Folgen ähneln) beeinträchtigt und hochdosiertes Vitamin B hat hier geholfen. Das ist definitiv einen Versuch wert! Vitamin B2 ist zudem ein wichtiger Player in der Glutathions-Regeneration. Resveratol und OPC (*Oligomere Proanthocyanidine*) kommen hautsächlich in den Schalen bzw. den Kernen von roten/blauen Trauben vor, therapeutische Mengen sind aber nur über eine Nahrungsergänzung möglich (*Sie zusätzlich zu essen schadet aber natürlich auch nicht*). Sie schützen die Neuronen vor schädlichen Außeneinwirkungen, verlangsamen neurodegenerativen Verfall und mehr. Omega-3 Fettsäuren der **EPA und DHA Verbindungen** schützen das Gehirn vor entzündlichen Prozessen und können bei längerer Einnahme antidepressive und antipsychotische Effekte haben. Bei ihnen sollte die Dosierung hoch angesetzt werden. Diese Fettsäuren sind nur in Fisch, Krabben oder Algen enthalten, doch auch hier wäre ein Algenöl-Supplement sinnvoll. Häufig enthalten sie auch noch das Vitamin E.

- Andere Immun- und Entgiftungsunterstützenden Stoffe die in den Protokollen empfohlen werden sind: **Spirulina**-Pulver und **Chlorella**-Algen-Pulver (Entgiftung, auch gegen Schwermetalle, potenziell hilfreich bei der Krankheit -> Studie, Studie), **Kurkuma gemischt mit schwarzen Pfeffer** (Entgiftung, Entzündungshemmend, Immunsystem -> sehr Effektiv bei der Krankheit) und **Magnesium-Citrat** (indirekt Blutdrucksenkend und Nerven-entspannend, bei fast allen biologischen Prozessen beteiligt)

- Das **EGCG** (epigallocatechin gallate) des Grüntee verhindert effektiv eine "Infizierung" in dem der Partikel am andocken des ACE-2 Rezeptors blockiert wird. In der selben Studie wird zudem diskutiert ob ein regelmäßiges *gurgeln* von Grüntee eine effektive Methode wäre um eine Kontaminierung zu verhindern (dies soll schon bei influenza wirksam gewesen sein). EGCG und andere Polyphenole des Grüntee reduzieren auch die Spike-Proteine-Replikation in den Zellen. Ist also ebenfalls ein wichtiger Begleiter in der Prophylaxis! Grüntee hat auch eine Reihe weiterer gesundheitlicher Effekte: Herzgesundheit, Hirnfunktion, Anti-Karzinogen, Fett-Verbrennung, Cholesterol-Senkung und Diabetes-Prävention. Bei täglichem Konsum von ein paar Tassen soll es die Lebenszeit verlängern. Man kann ihn ganz normal als Tasse Tee oder Eistee-Getränk konsumieren, es gibt aber auch EGCG-Präparate. Bis zu 1600mg sind eine unbedenkliche Dosierung. Grüntee enthält naturbedingt Fluorid... Bio-Grüntee soll weniger Fluorid enthalten als konventioneller Grüntee. Zwei - bis drei Tassen am Tag sind mit Sicherheit eine gute Idee! Tipp: Wer mehr Nutzen aus verschiedenen Tees ziehen will, der kann auch zwei Teebeutel unterschiedlicher Tee-Sorten in einer großen Tasse oder einer Kanne mixen. Dann muss man nicht so viele Tassen am Tag trinken. Seid kreativ :) Alternativ kann man sich auch auf Meine-Teemischung.de eine eigene Tee-Mischung in Apotheken Qualität zusammenstellen und sich liefern lassen.

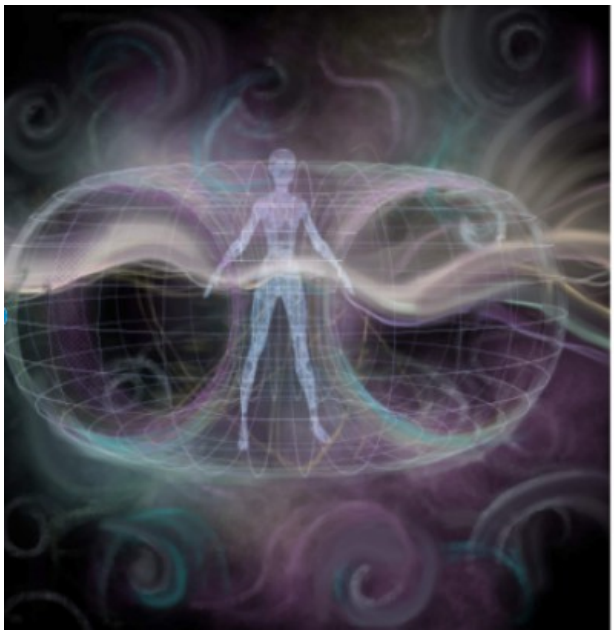
- Die Nanopartikel/Hydrogel erzeugen zunehmend hohen Bluthochdruck, verklumptes Blut und kardiovaskuläre Probleme. Es empfiehlt sich ein

Blutdruckmessgerät zuhause zu haben. Natürliche Hausmittel dagegen sind: Hibiskus-Tee; auch bekannt als Malve-Tee, (schon wenige Tassen am Tag senken den Blutdruck *deutlich*), Knoblauch, Mistel, und Weißdorn. Aus den letzten drei gibt es Präparate im Drogeriemarkt die Extrakte aus allen drei enthalten (KMW). Weißdorn gilt zudem als Herzstärkend. Doch ich würde das alles nur bei Bedarf oder ab und zu nehmen. Die dauerhaft effektivste Lösung besteht darin die Partikel und das Hydrogel aus dem Blut zu entfernen (Blutwäsche, Glutathion, Huminsäuren, Ivermectin, HCQ, Vitamin C usw.) und die Zellaufnahme davon gering zu halten (Vitamin D^3, Quercentin, Hesperidin, Kurkuma, EGCG usw.). Manche Protokolle empfehlen daher beim aktiven Krankheitsbild blutverdünnendes Aspirin (325mg pro Tag) einzunehmen. Außer man darf aufgrund anderer Krankheiten keine Blutverdünner einnehmen. Knoblauch ist ein natürlicher Blutverdünner. Ebenso Vitamin C und Vitamin K^2.

- Manche betroffene Menschen *schwören* auf Lymphknotenmassagen am Hals zur Besserung von den Symptomen. Das Lymphsystem ist einer der wichtigsten Player in der Entgiftung unseres Körpers. Ich persönlich kann da ebenfalls Qi Gong empfehlen.
- Ein weiterer vielversprechender Star am Horizont der Prophylaxe sind **Cannabinoide** der Blüten von *Cannabis Sativa*. Diese Studie verspricht zum Beispiel, dass Cannabinoide den Eintritt des Partikels in die Zellen effektiv blockieren. Wer sich keinen Joint anzünden will, der kann auch einfach (völlig legales) CBD-Öl kaufen. Diese Öl-Extrakte der Cannabis-Pflanze enthalten viele gesundheitsfördernde Cannabinoide aber kein High-machendes THC. Es ist also legal erhältlich und man muss sich keine Sorgen über Verkehrskontrollen machen. Trotzdem kann es leicht entspannend und schlaffördernd wirken. Wenn man es nicht gewohnt ist sollte man die Tropfen eine Stunde vor dem Schlafengehen einnehmen. Die Dosierung ist sehr persönlich, einfach bei einer 5-10% Konzentration mit einem Tropfen pro Tag anfangen und dann langsam auf zwei bis vier hoch. Je nach dem wie man es verträgt und braucht. Aber auch höhere Dosierungen sind möglich. Einer der vielen weiteren positiven Effekte auf die Gesundheit: CBD-Öl wirkt sehr anti-psychotisch und (ähnlich wie EPA- und DHA-Fettsäuren) entzündungshemmend im Gehirn und anderen Bereichen des Körpers. Es wirkt zudem neuro-protektiv und ist somit ein wichtiger Begleiter bei den neurologischen Folgen dieses Nano-Warfare.

- Gegen die Effekte der nicht-ionisierenden Strahlung des aktuellen und der kommenden Mobilfunkstandards (5G und 6G) könnte das Kohlenstoff-Gestein **Shungit** helfen. Das Graphen Oxid hat eine RF-Absorption in genau dem Spektrum des 5G und reagiert auf dieses. Die einzelnen Nano-Partikel selbst-assimilieren so zu größeren Strukturen und sorgen so langsam für lebensbedrohliche Verklumpungen in den Arterien des Körpers. Auch SPIONs reagieren auf elektromagnetische Strahlung in diesem Spektrum und erhitzen sich. Dadurch zerstören sie das umgebende Gewebe an das sie andocken. Shungit ist voller sogenannter Fullerene, die ganz besondere physikalische Eigenschaften besitzen. Die auf der Erde extrem selten vorkommenden Fullerene sollen aufgrund ihrer einzigartigen (fußballförmigen) Molekularstruktur den Spin von elektromagnetischer Energie umkehren. So blockt Shungit die nicht-ionisierenden Strahlung (auch 5G) wie eine Art Schild. Eine Halskette aus Shungit über der Brust schützt so wenigstens das Herz und einen Teil der Lungen. Doch der Effekt von Shungit ist überschätzt und *könnte* nicht besser sein als einfach ein Stück Metall welches die Strahlung reflektiert. Der meiste Shungit der verkauft wird enthält sowieso nur einen winzigen Bruchteil an Fullerenen. Aber wer weiß...

- Deutlich besser und etablierter soll der **Q-Link** sein. Auch ihn trägt man als Kette über dem Herz-Chakra. Dieser EMF-Schutz wird bereits seit Anfang der 1990er verkauft und bis heute berichten sehr viele Nutzer von deutlich spürbaren positiven Effekten. Er arbeitet ganz anders und hat aktiven Einfluss auf das energetische Feld des Körpers und ist inzwischen in seiner dritten Ausführung erhältlich. Bis er seine vollen Effekte entfaltet muss er etwa zwei Wochen am Körper getragen werden. Auf ihrer Seite belegen einige Studien seine Wirksamkeit und eine britische Fernsehsendung soll unabhängig einen positiven Effekt auf die Blutkörperchen nachgewiesen haben. Der genaue Mechanismus ist ein Betriebsgeheimnis, aber in diesem Ding befindet sich ein Kristall in einer (Tesla)-Kupferspule welches ein energetisches Feld aussendet. Wenn es hilft, dann hilfts - selbst wenn es nur Placebo-Effekt sein sollte. Mind over Matter. Der Q-Link hat verglichen mit anderen Produkten dieser Art auf jeden Fall überdurchschnittlich viele begeisterte Langzeitkunden und soll laut manchen Kommentaren schon so manchen Skeptiker überzeugt haben. Außerdem wird er von manchen Hollywood-Stars getragen. Erinnert mich an die roten Kabbala Armbändchen - wissen die mehr als wir? Ich werde der Sache mal eine Chance geben und dann Bericht erstatten. Der Preis ist mit etwa 100$ (88€) + internationale Liefergebühren und Zoll aber ordentlich gesalzen.

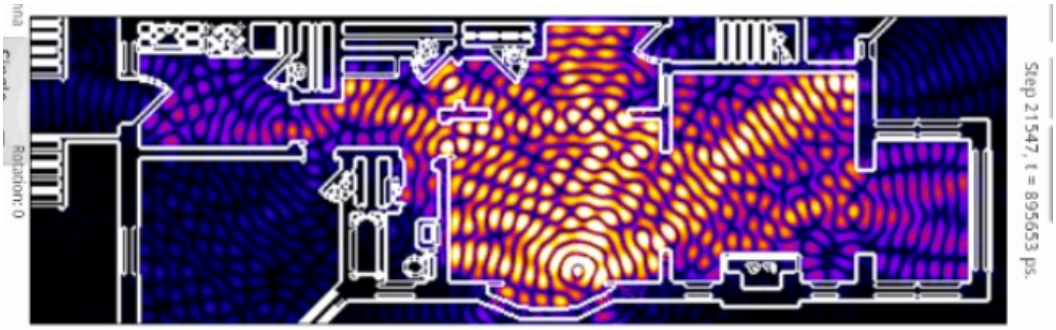


- Ein EMF-Beanie schützt *theoretisch* das Gehirn vor EMF-Einfluss, doch die sicheren Einsatzmöglichkeiten im Alltag sind etwas limitiert. Strahlung die von unten kommt wird so im Schädel hin- und her reflektiert, denn der Beanie ist ja kein abgeschlossener faradayscher Käfig. Wenn man ein Handy in der Hosentasche hat oder einen Router auf Hüfthöhe im Haus stehen hat, geschweige denn durch eine dicht belaufenen Innenstadt voller Hosentaschen-Smartphones und Starbucks-Wifis geht, kann er mehr schaden als nützen. Sie reflektieren nur die Signale ab Kopfhöhe, also der Sendemasten in höherer Höhe oder HAPS-Satelliten. Und sie schützen vor den EMF-Waffen von Gang-Stalkern der privaten und staatlichen Geheimdienste (Targeted Individuals). Manche Targeted Individuals haben sich mit mir in Kontakt gesetzt. QuWave ist auf Schutz-Technologien für Targeted Individuals spezialisiert - doch wenn ihr betroffen sein solltet, dann müsst ihr meiner Meinung auch um unbedingt um Schutz auf der spirituellen Seite beten. Gang-Stalking sind tief dämonische Attacken und der Film "Fallen" (1998) hat dies hervorragend

offenbart. Nennt mich paranoid, mir herzlich egal, aber ich fühle mich trotzdem wohler wenn ich den Beanie allzeit griffbereit habe, um für den "Tag X" (an dem "das Startsignal" dieser EMF-Waffen hochgedreht wird) vorbereitet zu sein. Darüber gab es zu viel *Prädiktive Programmierung* Hollywoods um nicht auf der Agenda zu stehen (hier seht ihr wie das bei allen aussehen wird die genügend Nano-Signalschnittstellen im Körper haben: ab Minute 3:15). Oder wie in dieser Prädiktiven Programmierung. Hier wird das Endziel dieses Nano-Warfare auch schön beschrieben. Sie brauchen sich allerdings keine Sorgen machen, dass signifikante Teile der Bevölkerung in letzter Minute zu Vernunft kommen und sich schützen werden. Dafür hat die wichtigste aller Propaganda-Kampagnen längst gesorgt: die vorausschauende Implementierung des Kampfwortes "Aluhut-Verschwörungstheorie" im Bewusstsein der Öffentlichkeit. Sie waren damit unglaublich erfolgreich.

- Unnötig starke Quellen und Nähe zu Towern sollte man meiden, man kann dies mit einem EMF-Reader in der Wohngegend überprüfen. **Aber man darf sich auch nicht verrückt machen lassen** - akzeptiert dass diese Strahlung nun mal so gut wie allgegenwärtig ist. Diese Technologien haben schließlich auch einen positiven Nutzen. Es zwingt einen aber auch niemand, statt dem bequemen Wifi ein LAN-Kabel zu nutzen (die gibt es auch fürs Handy). Oder den Router und das Handy über Nacht abzuschalten (oder wenigstens Flugmodus rein). Sie sind eine weitere toxische Quelle der man auf zellulärer Ebene auch durch Antioxidantien entgegenwirken kann. Stellt es euch vor wie (Passiv)-Rauchen - man stirbt nicht direkt, aber es belastet den Körper über die Jahrzehnte immer mehr. Der plötzlich grundlos auftretende Krebs im Alter ist kein Naturgesetz des Altwerdens - er ist ein Produkt der Umwelteinflüsse denen man Jahrzehnte lang ausgesetzt war. Wir sind elektromagnetische Wesen.

.



- Etwas Off-Topic, aber EMF-blockierende Handy/Rucksack-Taschen gibt es auch und ich würde allen Demonstranten oder "Spaziergängern" da draußen so eine Tasche empfehlen. Nicht nur in den USA, sondern auch in Deutschland benutzt die Polizei inzwischen flächendeckende Ausspähungen aller Smartphones auf Demonstrationen. Solche Cell-Cite-Simulators können theoretisch sogar den kompletten Empfang in der Gegend zerstören - ihr wisst schon... wenn sie irgendwann keinen Bock mehr haben, dass man ihre Gewalt live ins Netz streamt. Selbst als vorbeilaufender Passant landet man in der Auswertung. Ich habe persönlich solche Sendeeinheiten auf Polizeiautos bereits auf Demonstrationen in Deutschland gesehen. Der RFID-Chip im Personalausweis kann nur auf maximal zwanzig bis sechzig Zentimeter Nähe ausgelesen werden. Wer sich dennoch schützen will kann sich einen RFID-blockierenden Kartenschieber oder gleich einen RFID-blockierenden Geldbeutel zulegen (macht auch bei den Kreditkarten als Schutz vor modernen "Taschendieben" Sinn). Oder in die Tasche legen.

- Orgon-Pyramiden sollen die Wohnung von künstlichen EMF-Smog befreien, indem sie durch ihre Form, Kupferspulen und verschiedene Kristalle das allgegenwärtige natürliche Orgon-Energiefeld der Erde lokal verstärken. Es könnte sich hier um eine sehr antike Technologie vergangener Kulturen handelt die man wiederentdeckt hat (darüber könnte man ganze Bücher schreiben). Im schlimmsten Fall sind sie ein teures, aber dafür sehr hübsches Deko-Stück. "Chembuster" im Garten sollen ein Mittel gegen Streifen über dem Haus sein. Einfach im Internet recherchieren. Man kann sie auch selber herstellen.

- Ich empfehle Heilfrequenzen der 741Hz Frequenz! Die 285Hz Frequenz ist auch hilfreich. Insgesamt gibt es 9 Solfeggio-Frequenzen und jede hat einen eigenen Effekt auf den ganzen Körper oder spezifische Chakren. Alle Zellen gehen in Resonanz wenn sie Kontakt mt diesen Schallwellen haben. Damit hatte ich und viele andere schon erstaunliche Erfahrungen und sie sind umsonst. Unsere Körper bestehen zu 80% aus Wasser und dieses Wasser reagiert sehr sensibel auf bestimmte Ton-Frequenzen (positiv wie negativ). Der Feind nutzt in jedem zweiten Radiolied Frequenzen um Schaden zuzufügen. Hier wird der Effekt von Cymatics künstlerisch sehr schön dargestellt, stellt euch nur vor welche Effekte Ton auf unsere Zellen hat. Es gibt in die Richtung auch schon einige wissenschaftliche Forschung. Jeder kennt was für einen überwältigenden emotionalen Effekt Musik auf den Geist und die Emotionen haben kann (wer das nicht kennt hat mein herzliches Beileid. Wie hast du bisher gelebt?!). Ich persönlich bin absolut überzeugt davon, dass die Effekte weit über Placebo hinaus gehen. Ich habe mit diesen Heil-Frequenzen schon Pilz-Infektionen über Nacht verschwinden sehen, die definitiv medikamentöse Behandlung gebraucht hätten, Schmerzen haben nach 20-30 Minuten Frequenz-Behandlung deutlich nachgelassen und kamen sofort wieder wenn der Ton aufhörte und vor allem emotional können diese Töne wahre Heiler sein. Am besten meditiert man zu den Frequenzen oder noch besser: Über Nacht bei mäßiger Lautstärke der Lautsprecher mehre Stunden im Schlaf durchlaufen lassen. Vorher sollte man viel Wasser trinken, denn man könnte viel Schwitzen. Je länger man sie am Stück hört desto besser der Effekt, daher gehen die Videos meistens mehrere Stunden. Und je öfter man sie anwendet, desto besser. Meditative Mind ist dafür ein exzellenter Youtube-Channel und bietet hunderte solcher schönen Videos. Wenn du jetzt die Augen drehst, dann kann ich nur sagen: Probiere es ein paar mal aus! Was hast du zu verlieren?

https://www.youtube.com/watch?v=eLrJUdBHiXA&t=16208s

- Apropos Schwitzen: **Sport, Sauna und heiße Bäder** sind natürlich auch sehr effektiv bei jeder Entgiftung! Sport sollte regelmäßig zur Prophylaxe angewendet werden, bei einer akuten GO-Vergiftung ist aber Ruhe und Entgiftung gefordert. Sportliche Betätigung steigert die Glutathion-Level, besonders bei Frauen.
- VIEL sauberes Wasser trinken! 2,5l pro Tag dürfen es schon sein, bei sportlicher Betätigung auch etwas mehr. Den ganzen Dreck rausschwemmen... Los steh auf, ich weiß dass du schon eine Weile kein Wasser getrunken hast... Wie bereits unter *Hesperidin* erwähnt wurde, kann man die Schalen von Zitrusfrüchten in die Wasserflasche einlegen. Aber nur Bio - ihr wollt ja keine Pestizide im Wasser. Neben dem Vorteil der guten Inhaltsstoffe geben sie dem Wasser auch leckeren Geschmack und Vitamin C. Das macht es für Wasser-Muffel leichter mehr davon zu trinken. Ein Wasserfilter wäre eine Überlegung wert, wobei es natürlich keine Infos gibt ob sie auch bei diesem Nano-Material funktionieren.

Supplement Empfehlungen!

Prinzipiell finde ich, dass einige Supplemente auf jeden Fall Sinn machen in den Alltag implementiert zu werden. **Trotzdem ersetzen sie nicht einen gesunden Lebensstil aus nährstoffreicher Ernährung und regelmäßiger Bewegung**. Mir ist natürlich auch

bewusst, dass sich nicht jeder zehn Supplemente im Monat leisten kann. Besonders in diesen Inflations-Zeiten. Und vielleicht ist das von den Psychopathen auch so gewollt - neben den Alten, Kranken und Faulen auch die Armen aussortieren. Daher habe ich auch immer die Nahrungsmittel aufgeschrieben welche diese Stoffe enthalten. Ich sag mal klipp und klar welchen Stellenwert das haben sollte: Im Idealfall deckt ihr euch mit **allen** Stoffen und Möglichkeiten ein, schließlich geht es hier um Leben und Tod, langes Leiden, den Fortbestand der menschlichen Rasse und womöglich sogar noch um das Seelenheil! (*"Is ja nur ein PIEKS"*) Da lohnt es sich eine ganze Apotheke am Start zu haben :) Allein schon für den Ernstfall. All diese Sachen wirken nachweißlich etwas gegen das Krankheitsbild. Es wird aber gerne ignoriert, dass die Kombination aus vielen verschiedenen effektiven Schutzmechanismen natürlich umso besser wirken könnte. Ein Studie die sehr viele dieser Mechanismen **kombiniert anwendet** gibt es aber leider nicht.

Aber wenn ihr aussortieren müsst: Die Prioritäten liegen bei Vitamin D³, Glutathion/NAC, Quercentin, Zink, Huminsäuren und Ivermectin. Alle Produkte die nun folgen sind reine Empfehlungen von mir und ich bin in keiner weise mit den Unternehmen affiliiert. Es sind keine Affiliate-Links! Dies ist keine offizielle Werbung, sondern nur eine ernst gemeinte Empfehlung um euch vor den Nano-Toxinen zu schützen. Es steht euch frei nach anderen Produkten zu recherchieren oder die hier empfohlenen außerhalb des Onkel-Bezos Laden zu kaufen. Ihr könnt euch auch bei mir melden wenn ihr gute/bessere Produkte gefunden habt. Ich achte prinzipiell darauf nur Produkte zu kaufen die keine unnötigen Zusatzstoffe enthalten. Schließlich nimmt man das Zeug für lange Zeit sehr regelmäßig ein. Titandioxid, Siliciumdioxid und Magnesiumstearat sind da zum Beispiel so Ausschlusskandidaten. Außerdem achte ich auf gute Verbindungen der Stoffe und eine hohe Bioverfügbarkeit. Deshalb würde ich auch von den klassischen Drogeriemarkt/Supermarkt Präparaten klar abraten... *Abtei*, *Doppelherz* und Co. sind zwar günstig, haben aber meistens unzureichende Dosierungen, schlecht aufnehmbare Verbindungen der Stoffe und eine lange Liste von teils schädlichen und in jedem Fall unnötigen Zusatzstoffen. Bei einem sehr knappen Budget sind die aber besser wie gar nichts...

- Immun-Elixir Pulver von Apha-Foods enthält pro Portion: Kurkuma (2g), Ingwer-Extrakt (100mg), Vitamin D (~3.500 I.E), Vitamin K (50 mcg), hohe Dosen Vitamin C (667mg), Quercentin (100mg), Zitrus-Bioflavonoide (100mg), OPC (100mg), Zink (2,4mg), Selen (37mcg), etwas NAC (100mg). Enthält 30 Tagesdosen und kostet etwa 30€. Sehr gute Qualität und so eine Art "Eier legende Wollmilchsau". Vieles ist zwar nicht in perfekter Dosierung drin, aber dafür ist von fast allem was dabei. Und macht sich lecker im Smoothie.

- Wer mehr auf Kapseln steht: Dieses Produkt enthält 240 Kapseln für knapp 30€. Eine Tagesdosis (2 Kapseln) enthalten 1200mg natürliches Vitamin C, 32mg Hesperidin, 20mg Quercentin und 20mg Rutin. Hält also 4 Monate.

- Quercentin 500mg pro Kapsel. 6 Monate Vorrat. Hohe Dosierung. Gute Qualität ~ 27€.

- Bei NAC kann man nicht viel falsch machen. Dieses Produkt bietet 180 Kapseln in hoher Dosierung (800mg) zu einem fairen Preis von ~30€. Hält also 6 Monate. Wer auf den schwefligen Geschmack nicht klar kommt, hier ein kleiner Tipp: Beim schlucken die Nase zuhalten. In den USA hat Amazon.com bereits den Verkauf (vermutlich auf Druck der korrupten FDA) eingestellt. Falls der Verkehr dieses Stoffes weiter unterdrückt werden sollte, kann man auf den NAC-Precursor Methionin oder notfalls einfach auf ein qualitatives Proteinpulver aus der Fitness-Abteilung ausweichen.

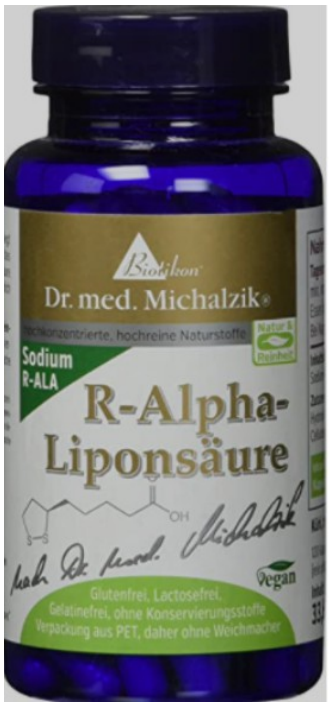
- Liposomales Glutathion (400mg) und Resveratrol (40mg) in flüssiger Form. Hohe Bioverfügbarkeit in den Zellen (nahezu 100%!). Leider etwas teuer. Und schmeckt gewöhnungsbedürftig. Die 28€ teuren 250ml reichen für 31 Tagesportionen. Bietet sich besonders bei bereits aktiver Vergiftung an. NAC und das zur Prophylaxe zu kombinieren ist etwas Over-the-Top. Eher abwechseln.

- Shilajit Mumijo Kapseln. Huminsäure und Fulvinsäure aus dem Himalaya. Diese Säuren enthalten auch viele verschiedene Spurenelemente. Für 29€ gibt es einen Monatsvorrat. Gibt vielleicht auch welches mit einem besseren Preis-Leistungsverhältnis.

- Vitamin D³ von Alpha Foods kommt mit der 160 Kapsel Version pro Kapsel mit 4000 I.E. Vitamin D³, 75 mcg Vitamin K² und etwas Omega-3 Fettsäuren aus Algen für die Aufnahmefähigkeit. Entsprechend schmecken sie auch. Bei dem 4 Monats-Vorrat kommt man für 17€ problemlos über den Winter. Eine bis zwei am Tag sollten passen. Bedenkt aber dass man bei einem **nachgewiesenen** Mangel die Dosis kurzeitig erhöhen muss und auch im Sommer supplementieren muss wenn der gemessene Spiegel nicht passen sollte. Ignoriert die DGE-100%-Tagesdosis Empfehlung. Die ist kriminell niedrig angesetzt und bringt kaum was.

- Hier bekommt man einen Jahresvorrat von Zink-Bisglycinat bei 25mg Dosierung für 15€.

- R-Alpha-Liponsäure in 200mg Dosierung. Verstärkt die Wirkung des Glutathions und anderer Vitamine deutlich und wirkt auch im Gehirn. Leitet auch Schwermetalle aus. Etwas teuer aber dafür gute Qualität.



- Astaxanthin von Alpha Foods enthält 12mg pro Kapsel, enthält 80 Stück und kostet 20€. Wenn man sie nur alle zwei Tage nimmt reicht das für über 4 Monate. Wirkt ebenfalls im Gehirn.

- Dieses Produkt enthält pro Tagesdosis 380mg OPC und 120mg Resveratol. Für 25€ kommt man damit zwei Monate. Wenn man die Dosis halbiert (190mg OPC und 60mg Resveratol) reichen die Kapseln für vier Monate.

- Dieser Vitamin B Komplex kostet 20€ , reicht aber für 6 Monate und ist *sehr hoch* dosiert. Sehr zu empfehlen.

- Hier bekommt man für 15€ ein gutes Präparat mit Mariendistel-Extrakt (200mg Silymarin) und anderen sinnvollen Leberkräutern. Das fördert den Glutathion-Spiegel und die Lebergesundheit. Und somit allgemeinen Entgiftungsfähigkeiten. Hält 4 Monate.

- Hier bekommt man einen 6 Monat Vorrat von 50mg Sulforaphan aus Brokkoli-Extrakt für 20€. Geschmack ist gewöhnungsbedürftig - notfalls Nase zuhalten. Bedenkt dass Brokkoli selber eher wenig Sulforaphan enthält. Nennenswerte Mengen bekommt man nur über frische Brokkolisprossen (am besten ausm Bio-Markt) oder einem Extrakt. Es erhöht den Glutathion-Spiegel in den Zellen. Es ist auch ein sehr starkes anti-karzinogen und hilft sehr gut bei Magengeschwüren. Trotzdem lohnt es sich natürlich auch den ausgewachsenen Brokkoli regelmäßig im

Speiseplan zu haben!

- Hier ist ein grünes Bio-Pulver aus Moringa, Weizengras, Gerstengras, Spirulina und Chlorella-Alge für 13€. Habs aber auch schon für 10€ im Bio-Laden gesehen. Macht sich gut im morgendlichen Smoothie. Nur ein Beispiel, es gibt mit Sicherheit welche mit besseren Preis-Leistungs-Verhältnis. Einfach suchen...

Der Montmorency Sauerkirsch-Extrakt ist eine natürliche Quelle für Melatonin und erhöht somit den Glutathion-Spiegel in einigen Organen. Diese Kirschenart enthält sechsmal so viel Melatonin wie andere Kirschenarten. Melatonin hilft zudem sehr gut bei Schlafstörungen. Der Sauerkirschextrakt ist entzündungshemmend und hilft außerdem effektiv beim Abbau von schädlichen Stoffwechsel-Säuren wie Harnsäure (z.B. Fleisch) und Purinsäure (Bier). Bei diesem Produkt bekommt man einen dreimonatigen Vorrat für 26€ bei einer Tagesdosis von 1100mg. Alternativ kann man auch ein anderes Melatonin-Präparat nehmen, aber die Montmorency Kirsche hat halt gleich mehrere Effekte und ist natürlich.

- Hier wäre zum Beispiel ein Algenöl-Produkt mit soliden EPA und DHA Werten. Im Rossmann bekommt man aber auch 30 akzeptable Algenöl-Kapseln von ihrer Eigenmarke für 5€. Schaut aber gerne wo anders. Fisch-Öl ist leider eher mit Schwermetallen belastet. Ich kann schon lange nicht mehr ohne Omega-3 leben. Es schützt das Gehirn vor Entzündungen und könnte somit gegen negativen Auswirkungen des Nano-Toxins schützen. Es wirkt zudem antidepressiv und ist gut für das Herz und die Augen.

- Hier ist ein Grüntee-Extrakt mit akzeptabler Dosierung (600mg ECGC pro Tagesdosierung) und schwarzen Pfeffer für bessere Bioverfügbarkeit. Für 18€ kommt man damit zwei Monate. Sollte man am besten am Morgen oder Mittags nehmen, denn diese Grüntee-Extrakte können naturbedingt auch mal etwas Koffein enthalten.

- Ein gutes Magnesium-Citrat Pulver für 15€. Hält schon ne weile. Deutlich besser als der Magnesium-Oxid und Magnesium-Carbonat Mist im Drogeriemarkt. Etwa 350mg kann man pro Tag schon nehmen. Am besten etwas morgens und etwas abends nehmen. Dieses Produkt enthält einen kleinen Löffel mit dem man das gut einteilen kann. Magnesium sollte man aber nicht überdosieren.

- Hier wäre zum Beispiel ein natürliches Nasenspray mit Xylitol und Grapefruitkern-Extrakt für ca. 12€. So kann man inhalierte Partikel gleich im Keim ersticken bevor sie ein größeres Problem werden. Aber nicht übertreiben, Nasensprays können süchtig machen und das ist kein Spaß. Da GKE auch antiparasitär wirkt (und das antiparasitäre Ivermectin gegen das Hydrogel der Tests wirksam ist), **wäre es einen Versuch wert nach (erzwungenen) Antigen- und PCR-Tests sofort dieses Nasen-Spray zu benutzen**. Von GKE gibt es auch Kapseln und Tropfen für die körperliche Anwendung. Hat aber Wechselwirkungen mit einer ganzen Reihe von

Medikamenten. Das gilt sogar schon für ein Glas Grapefruit-Saft. Unbedingt vorher überprüfen.

- Hoch-Qualitatives CBD-Öl ist leider etwas teuer. Ich hatte mit diesem 10% CBD-Öl von CannabiGold sehr gute Erfahrung. Es enthält ein breites Spektrum an Cannabinoiden und ich fands ganz lecker und gut wirksam. Kostet 47€ - hält im Normalfall aber auch ein paar Monate. Man findet aber auch etwas billigere.

- Manches kann man aber auch simpel über günstige Sachen aus dem Supermarkt regeln. Zum Beispiel den sehr hohen Selen-Gehalt aus den Paranüssen oder die Shikimisäure aus dem Fenchel-Anis-Tee. Mal abgesehen von (frischen) Kurkuma, Knoblauch, Brokkolisprossen, Hibiskustee, Grüntee, Tonic-Water, Schwarzkümmelöl, KMW-Präparat und mehr.... Die Kiefernadeln gibt es sogar

gratis im Wald und die Sonne auch. Sportliche Betätigung muss auch nichts Kosten. Die Liebe Gottes kostet auch nur Hingabe. Meditation, Heilfrequenzen und ein ruhiger Geist sind auch umsonst. Im Gegensatz zur Ablehnung des Toxin - die könnte bald sehr teuer werden (wenn man es zulässt). Gesunde Ernährung steht immer noch an erster Stelle. Aber leider befinden wir uns in extremen Zeiten und die erfordern potentere Maßnahmen. Besonders wenn man akut vergiftet wird, oder von EMF Waffen attackiert wird, will man vorbereitet sein. Ein möglichst frühes gegensteuern ist hier absolut entscheidend. Denn unserer Obst und Gemüse wird durch den modernen Anbau immer nährstoffärmer, unser Fleisch könnte sogar eine Quelle des Gifts sein und vulnerable Gruppen haben auch einfach einen erhöhten Bedarf. Und der Feind schläft nicht.

Trotz all dieser negativen Aussichten ist doch der beruhigende Punkt, dass unser Geist und unsere schöne Erde alles bereitstellt um ein gesundes, freies und schönes Leben zu leben. Wir müssen dies nur erkennen und entsprechend handeln. Ich meine: Wortwörtlich *die Erde unter unseren Füßen* ist ein ein Gegengift (Huminsäure)! Diese Tatsache sollte für uns alle sehr ermächtigend sein. Es gibt nicht nur "das Böse" da draußen, sondern es wird sich auch um uns gesorgt. Mindestens so wichtig wie die Unterstützung der körperlichen Abwehrmechanismen durch gesundes Essen, die konzentrierten Wirkstoffe (Nahrungsergänzungsmittel, Medikamente) und Sport ist eine entspannte und positive Einstellung. Seid wie die Paranuss auf dem obigen Bild :) Unsere Gedanken und tief sitzenden Einstellungen über uns haben direkten Einfluss auf die Prozesse in unserem Körper. Die ständige Angst vor Krankheit und die Isolation lassen unseren Stressspiegel in die Höhe steigen und der ist auf Dauer pures Gift. Und deshalb ist *die Angst* (neben Nanopartikeln und EMF) auch eine der vielen "stillen Waffen in diesem stillen Krieg". Meditiert und lasst die Angst los... Unser Geist ist mächtiger als man uns weiß haben lassen will. Er kann körperliche Krankheiten heilen (Placebo-Effekt) und körperliche Krankheiten auslösen (Nacebo-Effekt). Lerne diese Macht zu erkennen und für dich zu nutzen - es liegt an dir ob du dich für Liebe oder Angst entscheidest. Das was momentan stattfindet lässt sich kaum aufhalten. Aber es liegt in deiner Hand was mit dir dabei geschieht.

PG.

Protokoll von perception.gates.home.blog