

Griep?

Werk aan je eigen virusscanner!



Hoesten, spierpijn, keelpijn, diarree, verkoudenheid en een loopneus. Wie de griep heeft voelt zich lamkend. Alles is teveel, maar over een weekje ben je heus wel weer beter. Een griepje lijkt zo onschuldig en toch staat de media er vol van. Vaccinatie, epidemie en pandemie. Het zijn woorden waar je dagelijks mee om de oren wordt geslagen. Zijn we in verhoogde staat van paraatheid en overgeleverd aan de grillen van een virus? Of kun je zelf ook nog iets doen om besmetting te voorkomen?

‘Doe iets warmes aan, anders vat je kou’, is een goedbedoelde raad. Griep wordt niet veroorzaakt door kou, maar door een virus. Een virus kan alleen het systeem binnendringen als de weerstand is verminderd. Je houdt het lichaam gezond door bijvoorbeeld verantwoorde voeding, voldoende rust, regelmatig bewegen en water drinken. Dat weten we allemaal, maar er is meer.

Vaccinatie

In 1918 stierven er 20 tot 100 miljoen mensen wereldwijd aan de Spaanse Griep. Tegenwoordig houdt de Mexicaanse griep de gemoederen flink bezig. In juni van dit jaar werd fase 6 afgegeven, met een verhoogd risico voor de Nieuwe Influenza A (H1N1). Moeten we nu bang worden? Is er een virusramp op komst? Is er reden tot paniek? Liefst 34 miljoen aan Tamiflu vaccinaties is door de overheid besteld, maar moet je je wel laten inenten? Kom je er niet vanzelf over heen? En wie zegt dat het virus niet uitdooft als we allemaal alert zijn op het voorkomen van verspreiding? Over vaccinaties hoor je de wildste verhalen. In nagenoeg alle vaccines zit Thimerosal. Dat is een conserveermid-

del op basis van kwik, iets dat zwaar giftig is en vermoedelijke genetisch gemanipuleerd materiaal bevat. Wetenschappers trekken op internet massaal aan de bel en waarschuwen dat de cocktails in vaccinaties verantwoordelijk zouden zijn voor de toename van autisme en allerlei ontwikkelingsstoornissen. In het Limburgs Dagblad van 18 juli, staat dat het griepvaccin niet zonder risico is. Je kunt er chronische verlamming van krijgen en er zelfs aan dood gaan. En dan is het nog maar de grote vraag of inenten zo zinvol is. Zijn er alternatieven?

Water en nog eens water

Ja, die zijn er, alternatieven. Regel een is hygiëne. Houd altijd een zakdoek voor je mond als je niest. Gebruik het zakdoekje een keer en gooi het daarna weg. Raak zo min mogelijk je neus, mond of ogen aan. Ventileer het huis. Maak de deurklinken, de telefoon en het toetsenbord van je pc regelmatig schoon. Een hulpmiddel is bijvoorbeeld een ozon-generator. Het is een klein apparaatje dat je gemakkelijk op de kraan aansluit, waardoor zuurstof in ozon wordt omgezet. Alleen al het wassen van handen met ozonwater is

voldoende om heel wat ziekteverwekkers te doden. Schoon is dan ook daadwerkelijk schoon. Water is hoe dan ook het beste medicijn. Het lichaam heeft minimaal 2 liter water per dag nodig om normaal te kunnen functioneren en om aandoeningen te voorkomen. Prettige bijkomstigheid: met ozonwater hoeft je niet meer met flessenwater uit de supermarkt te sjouwen. Dat is niet alleen voordeling, maar ook milieuvriendelijk.

Colloïdaal Zilver

Een ander hulpmiddel is colloïdaal zilver. In 1900 is wetenschappelijk bewezen dat zilver een sterk antibioticum is dat veel schadelijke bacteriën, schimmels en virussen opruimt. Het middel wordt ingezet om verkoudheden, griep en infecties te voorkomen. Het helpt tegen een verminderde weerstand, waardoor je sterker wordt tegen aanvallen van buitenaf. Juist het immuunsysteem krijgt door het gebruik van colloïdaal zilver extra steun. Het helpt ook tegen infecties, ontstekingen en bij keel en longklachten. Let wel even op waar je dit koopt, want er zijn kwaliteitsverschillen. In 1997 deed de Amerikaan Jim Humble tijdens een reis door het oerwoud een bijzondere ontdekking. Humble had altijd flesjes gestabiliseerde zuurstof bij zich om het vervuilde rivierwater drinkbaar te maken. Iemand van de expeditie kreeg een aanval van malaria. Om toch maar iets te doen gaf Humble hem wat van zijn speciale zuurstof. Binnen een paar uur was de man helemaal opgeknapt. Wat had het virus vernietigd? Humble ging op onderzoek en ontdekte dat in gestabiliseerde zuurstof kleine hoeveelheden chloordioxide zit. Het schijnt niet alleen het lichaam te reinigen, maar geeft ook nieuwe energie.

Sindsdien is het ‘Miracle Mineral Supplement’ (MMS) op de markt. Het is heftig spul en je mag er maar een paar druppels per dag van nemen, maar dan worden ook meteen alle afvalstoffen afgevoerd. Je zou denken dat zo’n wondermiddel kapitalen kost, maar voor ongeveer twintig euro heb je twee flesjes in huis. MMS maakt niet alleen korte metten met alle gifstoffen in je lichaam, je krijgt er ook nog eens een strakke huid van.

Nog wat tips

En dan is er nog de Swing Zapper, een klein apparaatje dat vanzelf een serie frequenties kiest dat alle schadelijke bacteriën en virussen doodt. Het enige dat je hoeft te doen is de staafjes een paar minuten per dag vast te houden en hele populaties indringers worden zwaar uitgedund. Zeker in het begin lijkt het alsof er een bepaalde druk uit je systeem is verdwenen. Je voelt je meteen beter in je vel zitten en je valt ongemerkt ook nog een paar kiloetjes af.

Maak van je lichaam een fort zodat ongewenste indringers geen kans krijgen. Door zelf niet langer vatbaar te zijn voor de griep, voorkom je verspreiding. Zelfs al heb je de griep, deze tips helpen je om sneller te herstellen. Daarnaast heeft elk mens een zelfgenezend vermogen, met een beetje hulp en extra zorg, is het lichaam tot wonderen in staat. Raadpleeg bij twijfel altijd een arts. Informeer naar wat in vaccins zit. Luister naar je gevoel. Laat je nooit bang maken, bouw aan je eigen ‘virusscanner’ zodat het griepvirus je niet pakken krijgt.