

Nützliche Hinweise für die Gesundheit und Heilung

Keine Panik; Stress meiden! Das Wichtigste für die Prävention, bei Ansteckung und für die Heilung bei besagten Viren, ist ein starkes Immunsystem! Tägliche Bewegung am Besten in der Natur, Park, Wald, Durchblutung, frische Luft, präventiv schwitzen, kalt duschen, heiß baden,.. Sonne tanken in Maßen, Gesundheitsschlaf oder gut ausschlafen! Präventiv hilft auch Achtsamkeit untereinander, freundlicher Austausch auf 'Abstand'. Lebensmittel wie Granatapfel, Ingwer, Knoblauch, Kokosöl, Sanddorn, Süßholz helfen präventiv gegen Viren etc. Wichtig ! Vitamin B6 ist gut für Bildung von Immunbotenstoffen, Vitamin E für Abwehrzellen und gegen freie Radikale. Selen und/oder Zink ist auch gut für die Immunsystemstärkung, enthalten in Cashewnüssen, Fisch, Kürbiskernen, Mandeln, Mohn und Sesam. Sauerkraut, Kefir, Kimchi und Miso enthält die wichtigen Probiotika, diese können auch das Immunsystem stärken. Mehr ist im Prinzip nicht nötig, jeweils eins oder zwei der u.g. Lebensmittel ist ausreichend. Jeder sollte wissen was sein Immunsystem stärkt und stärken kann. Knoblauch und Süßholz sind wahrscheinlich die stärksten Blocker gegen schädliche Bakterien und Viren!

Hier noch zwei 5-Punkte für die Prävention und die Milderung der Symptome bei Ansteckung. Im Prinzip reicht jeweils eines der gesunden Lebensmittel für die Immunsystemstärkung und Reduzierung von Viren. Ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung mit den aufgezählten Lebensmittel kann fast jeden bakteriellen und viralen Befall verhindern bzw. mindern.

- Brokkoli, Knoblauch! Kohlgemüse, Salbei, Sauerkraut, Süßholz !!
- Grüner Tee (3x täglich), Honig mit Knoblauch, Kokosöl, Kurkuma
- Hanföl, Leinöl, Bio-Sonnenblumen und/oder Walnussöl, Kümmel, Oregano
- Granatapfel ! Ingwer, Paprika rot, Reis, Sanddorn! Süßkartoffeln
- Sonnenblumenkerne, Kefir, Kimchi, Miso – Probiotika

Natürlich hat jedes Land, jede Region und jeder Kontinent spezielle Heilmittel bzw. Lebensmittel. Bitte setzt diese Liste fort, wenn möglich.

Mit vielen der Lebensmittel sind Immunpräparate überflüssig, können jedoch bei Risikogruppen und Patienten von Ärzten oder Apothekern empfohlen bzw. verteilt werden! Mineral-Vitamindepots alle Tage sind nicht verkehrt. Einige der genannten Mittel für die Prävention sind auch bei Ansteckung wirksam, da für die Heilung primär ein starkes Immunsystem nötig ist. Cayennepfeffer und Chilli kann auch helfen, nicht jeder verträgt jedoch starke Schärfegrade.

Hier sind noch einige sehr wichtige Informationen, wie Ihr Corona reduzieren und sogar den Virus stoppen könnt.

Die offiziellen Tipps wie Desinfektion, Händewaschen usw. sind für die meisten Menschen klar.. hier sind einige fortschrittliche Methoden und bessere Lösungen, die wahrscheinlich wirklich helfen könnten - zur Vorbeugung und sogar zur Heilung!

1. Trinken von Heilwasser, gesunde Ernährung und Stärkung des Immunsystems, wöchentliche Mineral- und Vitaminedepots - die offiziellen Gesundheitsbehörden sollten M & V-Depots verteilen.
2. Alle 1-3 Tage Knoblauch bedeckt die Haut mit einer Schutzschicht gegen einige Bakterien und Viren! Knoblauch hat das Potenzial viele Krankheiten zu vermeiden, nicht nur bei bakteriellen oder virellen Problemen.
3. Es ist sehr wichtig, im Notfall über 'medizinisches' UV-C-Licht nachzudenken und es evtl. für gewisse Räume in größerem Maßstab zu verwenden, insbesondere für Kurierdienste, Postämter (Verteilungszentren), Lebensmittel- und andere Zustelldienste. Dreck, Fett, Öl,.. je nach Kombination kann die Verbreitung von Viren enorm fördern! Fettige Speisen und sehr ungesunde Lebensweise kann im Bezug auf Virenverarbeitung sehr nachteilig sein. Es gibt tragbare UV-C-Geräte in Entwicklung und Produktion. Öffentliche Hotspots wie Busse, Bibliotheken, Krankenhäuser, Züge, Straßenbahnen, Universitäten könnten solche "medizinischen" UVC-Lichter einsetzen - gerade früh, Mittag, Abends oder wenn sie halt leer sind.
4. Es gibt einen Adaptogen-Heiltee wie Ginseng, der Schaden und Leiden für infizierte Menschen reduzieren kann und sogar das Potenzial hat die Krankheit vollständig zu heilen!
5. Vor einiger Zeit wurde ein Baum gefunden, der eine der wirksamsten Substanzen enthält. Medizinische Tests haben gezeigt das er den Virus im Körper erheblich reduzieren kann. Die schlechte Nachricht, der Baum ist sehr gefährdet und nur in wenigen Regionen wie in Indonesien verfügbar. Eine indust. Synthetisierung ist möglicherweise in ca. 4-8 Monaten möglich, je nach Nation, Region oder Situation.

Bitte teilt die wichtigen Informationen weiter, konstruktives Feedback und Übersetzungen sind willkommen. Seid nicht egoistisch oder ignorant, es macht alles noch schlimmer. Solidarität und Courage sind heutzutage wichtiger denn je. Seid solidarisch mit Betroffenen, besonders mit stark betroffenen Nationen wie Italien und Spanien. Wenn es um Gesundheit geht, sollte es nicht am Geld mangeln, Menschenrechte gehen vor.

Wenn Ihr weitere Informationen wollt kontaktiert gerne per E-Mail contactad oder über andere offizielle Kanäle. @greeningdeserts.com