

# Mitä voit tehdä, jos otit COVID-piikin?

## What Can You Do if You Got the COVID Jab?

Tri Mercola'n artikkelista: [Can Super-Shots and 'Morality Pills' End COVID?](#)  
(Voivatko superpistokset ja 'moraalipillerit' lopettaa COVIDin?)



Kuten edellä on todettu, koska rokotteessa käytetyn piikkiproteiinin mRNA on muokattu "tehokkaammaksi", käänkösvirheet voivat johtaa väärityneisiin proteiineihin, joilla on hyvin vakavia terveyshaittoja.

Onneksi elimistössäsi on prosessi, joka on suunniteltu korjaamaan tämän vääritymisen, sillä noin kolmannes elimistön tuottamista proteiineista on vääränlaisia heti niiden valmistuksesta lähtien.

On olemassa kaksi yksinkertaista strategiaa, joiden avulla voit maalittaa näitä proteiineja uudelleenkäännettäviksi tai poistettaviksi. Ensimmäinen, josta olen puhunut usein aiemminkin, on ajallisesti rajoitettu syöminen syömällä kaikki ateriat kuudesta kahdeksaan tunnin ikkunan sisällä, joka päättyy vähintään kolme tuntia ennen nukkumaanmenoa. Tämä stimuloi autofagia-nimistä prosessia nukkuessasi ja aamulla, kun paastoaikasi ylittää 14 tuntia.

Toinen, vähemmän tunnettu strategia on säännöllinen saunominen. Jos sauna on tarpeeksi kuuma, kehosi tuottaa lämpösokkiproteiineja, jotka uudelleenkäännevät (refold) tai poistavat väärityneitä (misfolded) proteiineja. Sinun on vain varmistettava, että sauna on tarpeeksi kuuma ja että hikoilet todella runsaasti. Biometriaa voit mitata nostamalla lämpötilaasi suusta mittaavalla lämpömittarilla noin 101-102 Fahrenheit-asteeseen (38.3 - 38.9 Celsius-astetta)

Lisäksi menetät todennäköisesti 1-2 kiloa johtuen hikoilusta. Muista vain juoda riittävästi vettä ja korvata menettämasi suola. Lisäksi monet saunat ovat täynnä korkeita sähkömagneettisia kenttiä, joten valitse saunasi huolellisesti. Monissa uusissa infrapunasaunoissa on poistettu magneettikentät, mutta lähes kaikissa niissä on korkeat sähkökentät, jotka voivat olla ongelmallisia.

