

„Jeśli ludzie są racjonalni, to nie ma potrzeby, aby chronić ich przed skutkami ich własnych wyborów”

- Daniel Kahneman

primum non nocere - stara i dobra zasada medyczna, którą dyskredytuje się od wielu lat.

Po pierwsze – NIE SZKODZIĆ

Zgodnie z nią trzeba unikać niepotrzebnego ryzyka, a do tego, aby podjąć RACJONALNĄ decyzję niezbędna jest wiedza oparta na FAKTACH. Fakty są takie, że **"szczepionka" nie hamuje transmisji wirusa**, czyli nie zakończy "pandemii", a tekst reklamowy "ostatnia prosta" jest ... tylko hasłem reklamowym i nie ma nic wspólnego z wynikami badań i rzeczywistością.

"Szczepienie" nie zmniejsza ryzyka infekcji. Twierdzenie, że zmniejsza objawy jest, delikatnie mówiąc iluzoryczne i nie ma na to naukowego dowodu. (trzeba byłoby się zarazić i ocenić przebieg infekcji, potem cofnąć się w czasie, zaszczepić się i powtórnie przeżyć infekcję - to byłby doświadczalny, naukowy dowód ewentualnej skuteczności "szczepionki" i to w tym tylko aspekcie, bo to, że **nie skończy "pandemii"** wiadomo było od początku z ulotek producentów, gdyż ta procedura medyczna nie ogranicza transmisji wirusa).

A nawet jeśli „szczepionka” zmniejsza objawy infekcji, to nietrudno wyobrazić sobie sytuację, gdy „zaszczepiony”, który zachoruje (bo „szczepionka” nie zmniejsza ryzyka infekcji) będzie miał znikome objawy, które zbagatelizuje lub ich nie zauważy i nadal będzie chodził do pracy, spotykał się z przyjaciółmi i rodziną.... – stanie się przysłowiowym koniem trojańskim roznoszącym infekcję!

I jak to się ma do sloganu reklamowego „bądź odpowiedzialny”?

Najwyższy czas wziąć sprawy własnego zdrowia we własne ręce i oprzeć się na dowodach naukowych, a nie o wiedzę gazetową, czy telewizyjną.

Aktor, sportowiec, czy inny celebryta wiedzy medycznej nie posiada i powie wszystko to, co zostanie zamówione - za to właśnie jest opłacany.

To Państwo macie podjąć racjonalną decyzję, a do tego potrzebna jest znajomość faktów wynikających z naukowych dociekań.

Aby zmniejszyć ryzyko infekcji i ewentualnych powikłań musimy zadbać o nasz układ odpornościowy.

W literaturze medycznej jest mnóstwo prac wskazujących na skuteczność profilaktyki i leczenia infekcji wirusowych. Poniżej kilka z nich. Warto się z nimi zapoznać, aby podjąć racjonalną decyzję, bo jak Państwo wiecie w mediach, poza sianiem strachu i paniki - cisza. A to właśnie media i agendy rządowe powinny Państwa uświadamiać o profilaktyce i leczeniu infekcji. (wyniki badań z załączonych linków są w języku angielskim i powinny być tłumaczone na język polski i codziennie rozpowszechniane przez media) Z jakiegoś powodu tego nie robią, więc trzeba je wyręczyć:

Prawdziwa wolność to wtedy, kiedy człowiek może decydować jak chce żyć.

-Hans Hellmut Kirst

VITAMIN D

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32252338/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32784601/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33487035/>

[Immune-boosting role of vitamins D, C, E, zinc, selenium and omega-3 fatty acids: Could they help against COVID-19? \(nih.gov\)](#)

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32252338/>

VITAMIN C

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32636851/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33121019/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34388587/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33297491/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33117359/>

ZINC

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32837895/>

[Potential health benefits of zinc supplementation for the management of COVID-19 pandemic \(nih.gov\)](#)

[Zinc against COVID-19? Symptom surveillance and deficiency risk groups \(nih.gov\)](#)

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32784601/>

SELENIUM

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32708526/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32992282/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32464491/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33015130/>

QUERCETIN

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34135619/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34194240/>

[Quercetin as a potential treatment for COVID-19-induced acute kidney injury: Based on network pharmacology and molecular docking study \(nih.gov\)](#)

[Quercetin for COVID-19 and DENGUE co-infection: a potential therapeutic strategy of targeting critical host signal pathways triggered by SARS-CoV-2 and DENV \(nih.gov\)](#)

NAC

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32837898/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33824674/>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33607929/>

GLUTATHIONE

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7263077/>

[Glutathione Supplementation as an Adjunctive Therapy in COVID-19 - PubMed \(nih.gov\)](#)

[Could glutathione depletion be the Trojan horse of COVID-19 mortality? - PubMed \(nih.gov\)](#)

Proponowane dawkowanie:

WITAMINA D

trzeba tak dobrać dawkę, aby zapewnić poziom we krwi ok. 80 g/ml

WITAMINA C

Jako profilaktyka ok 2 gramy na dobę, a przy pierwszych objawach infekcji zwiększyć do 4 gram lub 8 gram u palaczy

CYNK

trzeba tak dobrać dawkę, aby zapewnić poziom we krwi ok. 90 $\mu\text{mol/l}$

SELEN

Trzeba tak dobrać dawkę, aby zapewnić poziom we krwi: dla kobiet 80 $\mu\text{g/l}$,

dla mężczyzn natomiast ok 100 $\mu\text{g/l}$

QUERCETYNA

profilaktycznie ok. 300 mg na dobę, a przy pierwszych objawach infekcji zwiększyć dawkę dwukrotnie

N-A-C

profilaktycznie ok. 500 mg na dobę, a przy pierwszych objawach infekcji zwiększyć dawkę dwukrotnie

GLUTATION

profilaktycznie ok. 500 mg na dobę, a przy pierwszych objawach infekcji zwiększyć dawkę dwukrotnie

Skuteczność suplementacji wykazano w wielu badaniach i, co najważniejsze nie wykazano żadnych objawów ubocznych. Ze szczepionkami na Covid bywa różnie...

<https://www.unz.com/gatzmon/a-catastrophe-unveils-itself/>

<https://www.science.org/content/article/having-sars-cov-2-once-confers-much-greater-immunity-vaccine-vaccination-remains-vital>

<https://ordomedicus.org/szczepienie-dzieci-przeciwko-covid-19-niewielkie-korzysci-istotne-ryzyko/>

Masz podjąć jedną z ważniejszych decyzji Twojego życia.

W przypadku leku, jeśli będzie Ci szkodził możesz go w każdej chwili odstawić ale „odszczerpić” się już nie będziesz mógł.

BĄDŹ ODPOWIEDZIALNY i podejmij własną, przemyślaną i racjonalną decyzję.

I jeszcze słowo o tzw. „antyszczepionkowcach”. Nie znam, nie widziałem. Twór medialny, aby było na kogo zwalić jakiegokolwiek niepowodzenia. Znam Pacjentów, którzy nie chcą się szczepić – i mają do tego prawo! To jest ich decyzja, na podstawie własnej oceny zysków i strat. Ale nie zabraniają się szczepić tym, którzy mają inne zdanie, uznając, że każdy ma prawo podejmować własne decyzje.

„Ci, którzy chcą leczyć i chronić chorych i słabych poprzez zajmowanie się życiem zdrowych, są zbyt niebezpieczni, by oddać im nawet zwierzęta pod opiekę.”

- Ayn Rand