

24 Settembre 2009

Inoltre un consiglio terapeutico del Dott. Samorindo Peci, utile per contrastare il terrorismo mediatico.

VPT

## **Protegersi naturalmente dall'influenza A/H1N1**

Molti di voi per motivi diversi stanno pensando di non farsi vaccinare contro l'influenza A. Personalmente, per motivi diversi dal vostro (forse), non lo farò. Questo però non deve portarci ad avere un atteggiamento incosciente perché il virus esiste ed ognuno di noi deve in qualche modo proteggersi. Come molti di voi sanno, credo molto nelle capacità di autodeterminarsi dell'organismo attraverso stimoli adeguati, di proteggersi e di affrontare le situazioni di emergenza immunologica.

La storia del virus H1N1 è lunga ed io sono stanco di discutere di cose che mi portano sempre al di fuori del mio ruolo di medico.

Non ho voglia e forza di discutere di politica e di strategie economiche farmaceutiche, di fronte ad un qualsiasi virus sia esso influenzale o laboratoristico.

Da medico devo cercare di dare una soluzione ai miei pazienti, ai miei studenti e alle persone che mi stanno vicino.

A questo punto consiglio a chi ha scelto di non vaccinarsi di affrontare l'inverno con la seguente modalità ed invito gli studenti ed i miei pazienti a divulgare questa informazione.

1. Non cambiare le proprie abitudini sociali, ma proteggersi non portando alla bocca le mani, anche se questo comporta mettere un urticante o del peperoncino sulle mani per togliersi il vizio, di cui spesso non si è neanche consci.
2. Utilizzare un' alimentazione non affaticante dell'organismo, evitare cibi pesanti, piatti troppo elaborati, formaggi e carni non ben cotte.
3. Invertire, per chi non è vegetariano, l'ordine di importanza dei cibi e portare al raddoppio i consumi alimentari di frutta e verdura.
4. Supporto vitaminico: Acerola compresse (meglio della vitamina C tradizionale) una compressa da 400mg al mattino per tutto l'inverno + M2X della Oti, complesso vitaminico, due compresse al mattino dopo colazione
5. Dal punto di vista vaccinatorio: IVER OTI complesso Grippe influenzale, un fialoide di granuli ogni 15 giorni per sei volte da sciogliere in bocca a digiuno.

Dott. Samorindo Peci