

Stovky lekárov volajú po globálnej distribúcii vitamínu D proti covidu

- CZ24 News | 4. června 2021



Viac ako 200 lekárov a vedcov sa dalo dokopy, aby podporili celosvetovú distribúciu vitamínu D ako pomoci pri liečbe covidových infekcií a zníženie počtu hospitalizácií, prijatí na JIS-ky a úmrtí.

Lekári vyzývajú všetky vlády a systémy zdravotnej starostlivosti na celom svete, aby okamžite odporúčali a distribuovali vitamín D dospeljej populácii.

Dávno pred objavením sa ochorenia Covid-19 bola väčšina svetovej populácie náchylná trpieť infekciami. To preto, že 70 percent svetovej populácie má nedostatok vitamínu D a oslabenú imunitu.

Všetok súčasný lekársky výskum ukazuje, že spoločným menovateľom hospitalizácií, prijatí na JIS-ky, vážnych priebehov ochorenia a úmrtí z dôvodu ochorenia Covid-19 je nedostatok vitamínu D.

Vitamín D je nielen lacný, ale aj netoxický. Už dávno sa počas pandémie mohol distribuovať ľuďom na celom svete, no úrady verejného zdravotníctva, ministerstvá a ďalšie štátne orgány, hanebne volili opačný prístup, vedúci k zbytočnému utrpeniu a smrti.

Zameranie sa na vitamín D by malo byť hlavnou prioritou vlád na celom svete

Nedostatok vitamínu D sa medicínsky definuje ako menej než 20 ng/ml (50 nmol/l) a postihuje viac ako 33 percent populácie.

Nedostatočnosť vitamínu D sa definuje ako menej než 30 ng/ml (75 nmol/l) a postihuje viac ako 50 percent populácie. Aby sa im dostal do obehu vitamín D v minimálne postačujúcej miere (30 ng/ml), odporúča sa väčšine ľudí konzumovať denne 6 200 medzinárodných jednotiek (IU) vitamínu D.

Nedostatok vitamínu D je obvyklejší u ľudí tmavej pleti, lebo majú vysoký obsah melanínu, ktorý bráni absorpcii slnečného svetla. Deficit je bežný aj u ľudí s nadváhou alebo obezitou.

Vitamín D je rozpustný v tuku; z toho dôvodu sú hladiny vitamínu D v obehu vyššie u ľudí, ktorí majú zdravú hmotnosť. Ľudia žijúci na severnej pologuli majú nedostatok vitamínu D bežne, najmä v zime, keď sú vnútri a mimo slnečného svetla.

Nedostatok tohto vitamínu má aj staršia populácia, najmä keď je zatvorená v domovoch opatrovateľskej starostlivosti, ktoré im neumožňujú chodiť von.

Lekári analyzovali viac ako 188 vedeckých štúdií o vitamíne D a zhodujú sa, že:

- vyššie krvné hladiny vitamínu D sa spájajú s nižšími mierami infekcie SARS-CoV-2,
- mnohé štúdie naznačujú, že vitamín D pôsobí na COVID-19 silnejšie než na väčšinu ostatných zdravotných stavov, so zvýšeným rizikom pri hladinách nižších než 30 ng/ml (75 nmol/l) a silne zvýšeným rizikom pri hladinách nižších než 20 ng/ml (50 nmol/l),
- vyššie hladiny vitamínu D sa spájajú s nižším rizikom ťažkého priebehu (hospitalizácie, JIS alebo smrti),
- intervenčné štúdie a randomizované kontrolované pokusy naznačujú, že vitamín D môže byť veľmi účinnou liečbou,
- mnohé štúdie odhaľujú závažné biologické mechanizmy, prostredníctvom ktorých vitamín D vplýva na ochorenie COVID-19,

Modelovanie kauzálnej inferencie, Hillove kritériá, intervenčné štúdie a biologické mechanizmy naznačujú, že vplyv vitamínu D na ochorenie COVID-19 je veľmi pravdepodobne kauzálny, nie iba súvzťažný.

Pandémia ochorenia COVID-19 sa do veľkej miery udržiava pri živote infikovaním osôb s nízkou hladinou vitamínu D a úmrtia sa sústreďujú hlavne na tých, ktorí ho majú nedostatok.

Najdôležitejšou zodpovednosťou zdravotníctva je zameranie sa na samotný nedostatok imunity

Lekári a vedci sa zhodujú v tom, že dospelí by mali prijímať 10 000 IU vitamínu D3 denne, aspoň po dobu 2 týždňov, aby sa hladiny vitamínu D cirkulujúceho v ich krvi dostali na postačujúcu úroveň.

Odporúčajú tiež, aby potom každý dospelý prijímal 4 000 IU vitamínu D3 denne, aby si zdravú hladinu udržal.

Vysokorizikovým skupinám (ľuďom s tmavou pleťou, s nadváhou) odporúčajú túto dávku zdvojnásobiť. Pacientom hospitalizovaným s ochorením Covid-19 by mala byť podávaná vyššia dávka, čo sa ukázalo byť užitočné pri pomoci s uzdravením pacientov v dvoch dôležitých štúdiách z roku 2020.

Pacienti, ktorí prijímali 60 000 IU vitamínu D denne po dobu 7 dní, mali väčšiu pravdepodobnosť vyliečiť sa bez komplikácií či smrti.

Lekári tiež odporúčajú príjem 500 mg vitamínu C dvakrát denne. Keďže vitamín C je rozpustný vo vode, je najlepšie užívať ho po celý deň. K jeho potravinovým zdrojom patria hlavne citrusové plody, no v podstate každé ovocie a zelenina.

Väčšine ľudí tiež chýba minerál selén. Títo lekári odporúčajú 200 mikrogramov selénu denne. Rovnako dôležitý pre zastavenie replikácie vírusu je zinok a ten sa môže konzumovať v dávkach do 30 mg denne.

Asimilácii zinku v bunkách môže napomôcť aj quercetín, prírodný rastlinný pigment a anitoxidant. Lekári ho odporúčajú 250 mg dvakrát denne.

Pretože ťažké ochorenie Covid sa prejavuje príznakmi zrážania krvi a trombózy, odporúčajú lekári aspirín (250 mg denne), kým pretrvávajú symptómy.

Dôležitý pre udržanie vysokých hladín kyslíka v krvi je aj oxid dusnatý. Lekári odporúčajú vitamíny skupiny B, ktorých vysoká koncentrácia sa nachádza v potravinách ako cvikla a spirulina.

Pre ďalšiu liečbu odporúčajú lekári predpísanie ivermektínu, osvedčeného antivirotika.

Zdroj: <https://www.badatel.net>