



Den Grippevirus erwischt? Eine schnelle Wiederherstellung ist möglich

Die Grippe ist definitiv da! Die gute Nachricht ist, dass ich Ihnen helfen kann, sich schnell zu erholen! Als ich für einen Flug nach Zentral-Oregon aus der Tür eilte, um meine Eltern, meine Schwester und meine Nichte zu besuchen, ließ ich leider meine Flasche Triple Flu Defense zurück. Tatsächlich tat mein Hals am Tag nach meiner Ankunft weh und meine Nase fing an zu laufen. Ich fing sofort an, mit Salzwasser zu gurgeln und die Nase zu spülen. Zum Glück hatte ich HMC, EHB und Astra Isatis (drei meiner Lieblingsmittel gegen Erkältungen) zur Hand, von denen ich alle 3-4 Stunden …



Die Grippe ist definitiv da! Die gute Nachricht ist, dass ich Ihnen helfen kann, sich schnell zu erholen!

Als ich für einen Flug nach Zentral-Oregon aus der Tür eilte, um meine Eltern, meine Schwester und meine Nichte zu besuchen,

ließ ich leider meine Flasche Triple Flu Defense zurück. Tatsächlich tat mein Hals am Tag nach meiner Ankunft weh und meine Nase fing an zu laufen. Ich fing sofort an, mit Salzwasser zu gurgeln und die Nase zu spülen. Zum Glück hatte ich HMC, EHB und Astra Isatis (drei meiner Lieblingsmittel gegen Erkältungen) zur Hand, von denen ich alle 3-4 Stunden jeweils 2-3 schluckte.

Obwohl ich nicht vorhatte, den ganzen Weg nach Oregon zu fliegen, um mich von einem Virus zu erholen, stellte sich heraus, dass es eine perfekte Gelegenheit war, natürliche Therapien für Erkältungen und Grippe zu testen. Ich möchte meine Erfahrung mit Ihnen teilen, damit Sie bereit sind!

Eine schnelle Genesung ist möglich!

Am Anfang fühlte ich mich erschöpft und sehr verstopft. Dann fing die Magen-Darm-Grippe an. Ich verbrachte den ganzen Tag mit Kopfschmerzen im Bett, ohne ein Gramm geistiger oder körperlicher Energie. Gleich am nächsten Tag stand ich auf, putzte mir ein paar Mal die Nase, und das war es! Ich war wieder mein gewohntes Selbst! Obwohl es offensichtlich vorzuziehen ist, die Grippe zu vermeiden (ich werde Ihnen weiter unten mehr darüber erzählen), was normalerweise ein langwieriger Prozess (selbst für mich) ist, war es im Handumdrehen vorbei.

Natürliche Wege, um Ihrem Körper zu helfen, Viren zu besiegen!

Zusätzlich zu den oben erwähnten Nahrungsergänzungsmitteln hatte ich die Gelegenheit, mehrere immunstärkende Therapien auszuprobieren, darunter therapeutische Berührung (ich hatte eine erstaunliche Massage im nahe gelegenen Spa), Ruhe und Entspannung (ich hatte bereits geplant, mich zu entspannen) und heiß /Kältetherapie (viele heiße Duschen, Whirlpool, Zaubersocken und Sitzen am heißen Feuer). Ich habe zufälligerweise keine Musik eingeschaltet, aber das wäre eine großartige Ergänzung gewesen, basierend auf der Forschung, ebenso wie eine positive Einstellung zum Leben.

Essen Sie, um die Grippe zu verhindern!

Ich glaube, dass die Vermeidung von Gluten und Milchprodukten einen signifikanten Unterschied gemacht hat. Da mein Körper diesen entzündlichen Lebensmitteln schon lange nicht mehr ausgesetzt war, fiel es mir viel leichter, mich von der durch das Virus verursachten Entzündung zu erholen. Zucker ist auch ein Minimum in meiner Ernährung, was es meinem Immunsystem ermöglichte, sofort auf das Virus zu springen.

Vermeiden Sie die Grippe!

Der beste Weg, sich auf eine unvermeidliche Exposition vorzubereiten, besteht darin, Lebensmittelallergene zu vermeiden, sich entsprechend Ihrer Blutgruppe zu ernähren, sich jede Nacht 8 Stunden zu erholen und regelmäßig Sport zu treiben. Das beste Produkt ist Triple Flu Defense (TFD), ein flüssiges homöopathisches Mittel, das von meinem Kollegen Dr. Nenninger entwickelt wurde. Nehmen Sie während der Grippezeit einmal pro Woche 20 Tropfen ein. Wenn Sie exponiert waren (oder wenn Sie in ein Flugzeug steigen), nehmen Sie TFD dreimal täglich ein.

Ich teile diese Geschichte in der Hoffnung, dass Sie die Erkältungs-/Grippeviren vermeiden können (stellen Sie sicher, dass Sie TFD griffbereit haben), und wenn Sie beginnende Symptome bemerken, springen Sie direkt ein und unterstützen Sie Ihr System. Es ist möglich, sich von der Grippe zu erholen, besonders wenn Sie sich täglich gut um sich selbst kümmern.

Na und zurück in New York!

Dr Doni

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki