

Memorandum

(Valido per qualsiasi malattia degenerativa)

Regola delle “3 E” come “Esclusione dall'alimentazione”

- 1) Escludere del tutto : qualsiasi **zucchero sintetico** e surrogato (fino a guarigione)
- 2) Escludere del tutto : **latte e derivati** (fino a guarigione)
- 3) Escludere del tutto : il **glutine** (pasta e derivati)

Cosa mangiare :

Seguire la regola delle 3E ed assumere i principi alimentari descritti nella dieta dei gruppi sanguigni del dott. D'Adamo e/o dott. Mozzi con l'unica variante di NON assumere proteine animali (uova e carne consentita) più di 2 volte alla settimana, accettabili anche le scelte vegane e crudiste purché di alimenti consentiti.

Integratori :

Come minimo integrare la Vitamina C sottoforma di Ascorbato di Magnesio & Ascorbato di Potassio

Esempio : persone adulte x 3 volte al di:

- 2 cucchiaini in volume (tot. 2150 mg) di Acido Levo_Ascorbico (Vitamina C) +
- 2 cucchiaini in volume (tot. 440 mg) di Carbonato di Magnesio *Leggero* +
- 1 *puntina* di cucchiaino (300 mg) di Bicarbonato di Potassio + 3 mg ribosio (se disponibile)

Miscelare con un cucchiaino di plastica, per evitare l'ossidazione dell'acido ascorbico, in mezzo bicchiere grande d'acqua, attendere 5 minuti e bere *subito* la soluzione quando da lattiginosa diventa trasparente (a stomaco vuoto: 15 min. prima di colazione e 45 min. prima di pranzo e cena), la soluzione ha **200mg** di **Mg++** e **117mg** di **Potassio**. Approssimativamente la soluzione andrebbe dimezzata dai 7-16 anni, portata ad 1/6 dai 3-6 anni, 1/10 dai 0-3 anni.

Profilassi :

Se avete delle otturazioni in amalgama è OBBLIGATORIO eliminarle da un dentista che lavori in regime di sicurezza, facendo seguire alle estrazioni una terapia chelante, ad esempio a base di acido α lipoico (per un adulto 300-600 mg/di a stomaco pieno: evitare se diabetici). Se avete denti devitalizzati è buona prassi eliminarli in quanto possibili focolai occulti di infezione. Qualsiasi stress emotivo o blocco psichico deve essere rimosso in quanto deleterio alla salute.

Terapie Elettromagnetiche Benefiche :

MWO di Lakhovsky (15 min), SSTLC (30 min), Orricoterapia (lastra Bior), Frequenze Rife, Diatermia, Campi Magnetici Pulsati tipo Papimi, Campi Magnetici Statici o Pulsati ma Total Body (Oldano, Dotto), Campi elettrici HV pulsati e statici (Morton, Pyro-Energen), Fototerapia con clorofilla, Getto di Plasma Freddo, collane e cinture di Lakhovsky (es. anelli chiusi da un nodo piano, di cavo silconico sez del rame ≥ 1 mmq)

Note : sicuramente per ogni patologia esistono dei protocolli e delle integrazioni specifiche da attuare, in quanto ogni “battaglia” deve avere la sua strategia, a ognuno la propria strada, ma i punti sopra esposti DEVONO sempre essere rispettati per ottenere risultati apprezzabili in tempi accettabili. Se possibile evitare di usare antibiotici di sintesi, utilizzare a non meno di 4 ore dall'assunzione della vit.C, l'argento colloidale (AC laser) quello ionico (ACI) oppure MMS1 (*brevi periodi*). L'acqua nell'alimentazione è importante quanto il cibo, evitare quella clorurata o fluorurata di acquedotto, quella gassata ed in bottiglie di plastica, l'ideale sarebbe trovare una fonte “locale” non contaminata se questo risultasse impossibile allora bere acqua in bottiglie di vetro, magari alcalinizzata, ozonizzata o gorgogliata in HH0, da apposite apparecchiature tutte facilmente reperibili in mercato, mai filtrare o bollire prima di bere. Per non escludere nessuna causa ambientale nella genesi delle patologie è bene rivolgersi agli esperti del settore per far valutare il proprio ambiente di vita in relazione a: Inquinamento Chimico ed E.M., Anomalie Geomagnetiche e Radioattività. *E' bene ricordare che una sana e bilanciata attività fisica è indispensabile a recuperare e mantenere uno stato di salute ottimale.*