

# ZIOŁA

## PRZECIWWIRUSOWE

---

NATURALNA ALTERNATYWA  
dla leczenia lekoopornych wirusów

---

**Ważny tekst od autora  
na czas pandemii koronawirusa COVID-19**

Tłumaczenie: Aleksandra Kotłęga

**STEPHEN HARROD BUHNER**



# **LECZENIE ZIOŁOWE W PRZYPADKU ZAKAŻENIA KORONAWIRUSEM**

Stephen Harrod Buhner – luty 2020  
(autor książek *Antybiotyki ziołowe* oraz *Zioła przeciwwirusowe*)

Niestety prawda jest taka, że żyjemy w czasach coraz to bardziej poważnych zakłóceń w funkcjonowaniu ekosystemów naszej planety. W miarę jak sytuacja ulega pogorszeniu, coraz więcej chorobotwórczych mikroorganizmów przedostaje się przez te uszkodzone macierze ekologiczne do świata ludzi. (Prawie zawsze taka sytuacja ma swoje źródło w gatunkach zwierząt charakterystycznych dla danego regionu). Nowo powstały patogen, który budzi coraz większy niepokój na całym świecie, znany jest pod nazwą SARS-Cov-2 – choroba, którą powoduje, nazywa się Covid-19. I owszem, to dość mylące, że mówimy Cov-2, kiedy chodzi o wirus, ale Covid-19, kiedy dochodzi do zakażenia. (Tylko dlatego, że grupka osób posiada wyższe stopnie naukowe, nie znaczy, że są one rozsądne lub wiedzą, jak rozmawiać ze zwykłymi ludźmi.)

Choć poniższy opis pewnie nie przyda się tym z nas, którzy znajdują się na pierwszej linii frontu (tj. osobom bez tytułu doktora), koronawirusy to otoczkowe wirusy RNA o dodatniej polaryzacji – czyli mają zakaźny materiał genetyczny, te o ujemnej nie. Jak większość wirusów RNA, regularnie biorą udział w rekombinacji swojego kodu genetycznego – bezustannie tworzą coraz to nowe warianty samych siebie. Wirusy są jednymi z najszybciej adaptujących się organizmów na tej planecie.

Mimo to, że istnieje kilka przeciwwirusowych środków leczniczych, jedyną prawdziwą metodą leczenia infekcji wirusowych, jaką dysponuje medycyna zachodnia, są szczepionki. Niestety stworzenie szczepionki przeciwko nowym organizmom zwykle zajmuje około roku (dlatego też opracowanie szczepion-

ki na Covid-19 trochę potrwa, i najprawdopodobniej będzie ona, podobnie jak szczepionka na SARS, jedynie częściowo skuteczna). A ponieważ organizmy wirusowe (choćby grypa) przeważnie bez przerwy zmieniają swój genom, nowe szczepionki na takie infekcje muszą być opracowywane każdego roku. Za pomocą paradygmatów medycyny zachodniej, prawie zawsze o wiele ciężiej poradzić sobie z patogenami wirusowymi niż z bakteriami (okazuje się jednak, że bakterie ciężiej kontrolować, niż początkowo uważano).

Istnieje prawdopodobnie tuzin lub dwa koronawirusów, jednak tylko około siedem z nich (jak do tej pory) jest w stanie zarażać ludzi. Pierwszy z nich, który wywołał poważny niepokój wśród społeczności międzynarodowej, nosi nazwę SARS (Sudden Acute Respiratory Syndrome, ang. nagła, ciężka niewydolność oddechowa). Nowy koronawirus, który wywołał pandemię, należy do tej samej rodziny i nosi nazwę SARS-Cov-2. Podobnie jak początkowy wirus SARS, jest on groźnym patogenem, kiedy zaczyna rozprzestrzeniać się wśród dużej liczby osób. Niestety, SARS-Cov-2 jest znacznie bardziej agresywnym patogenem niż wirus SARS. Analiza pierwszych 75 tysięcy zarażonych wykazała, że jego wskaźnik śmiertelności wynosi około 2,3%, co czyni go jakies 23 razy bardziej zabójczym, niż sezonowe infekcje grypy (to dlatego światowa pandemia może być naprawdę poważna). Podobnie jak wirusy grypy, atakuje on przede wszystkim płuca, i najczęściej rozprzestrzenia się drogą kropelkową – choć mógłby także rozprzestrzenić się przez bezpośredni kontakt z wydzielinami organizmu osoby zakażonej.

Podobnie jak z większością wirusów dróg oddechowych, infekcja powoduje kaszel i kichanie, które pozwalają wirusowi znaleźć więcej gospodarzy. (Wielu zakażonych wykazuje nieznaczne objawy, lub nie wykazuje żadnych, dzięki czemu mogą pełnić funkcję cichych nosicieli.) Wirus co gorsza może przetrwać stosunkowo długo na większości powierzchni, stąd też może przenosić się poprzez dotyk. (Ty dotykasz klamki, następnie swoich ust lub nosa, i gotowe.)

SARS i MERS (Middle East Respiratory Syndrome, tj. Bliskowschodni Zespół Niewydolności Oddechowej, powodowany przez spokrewniony patogen wirusowy) mają również tendencję do zakażenia przewodu pokarmowego u chorych. U około jednej czwartej zakażonych rozwija się dość intensywna biegun-

ka. Pierwsze badania nad nowym wirusem odkryły cząstki wirusa w próbkach kału, co wskazuje na to, że może on również przenosić się za pośrednictwem odchodów (podobnie jak dzieje się to w przypadku SARS i MERS), oraz najpewniej także za pośrednictwem moczu (znowu, jak SARS i MERS).

Podobnie jak SARS, Cov-2 wywiera dość szczególny, trzyetapowy wpływ na tkankę płucną u osoby zakażonej: początkowe stadium infekcji, które pozwala na replikację wirusa, odpowiedź układu odpornościowego, która w poważniejszych przypadkach może obejmować nadaktywność układu immunologicznego, i stosunkowo niewielkie lub bardzo poważne uszkodzenia płuc. To powiedziawszy, większość infekcji zwykle przebiega bardzo podobnie do grypy. Większość ludzi tak naprawdę będzie przekonanych, że zakazili się wirusem grypy, a nie koronawirusem. W rzeczywistości, infekcje Cov-19 w przypadku około trzech czwartych zakażonych wywołają stosunkowo łagodne objawy. Jedynie około 18% zakażonych doświadczy poważnego zakażenia, z czego w większości będą to osoby starsze, których odporność pogorszyła się z wiekiem; osoby z zaburzeniami układu odpornościowego; i ludzie z chorobami współistniejącymi, chociażby takimi jak przewlekła obturacyjna choroba płuc (POCHP).

W dużym uproszczeniu, oto co poważne zakażenie Cov-19 robi z płucami. Kiedy dostanie się do płuc, wirus ten zakaża poszczególne komórki, w tym rzęski. Rzęski mogą być porównane do drobnych włosków. Wystają z komórek w płucach i bezustannie poruszają się niczym fale oceanu. To umożliwia przemieszczanie się śluzu i cząstek stałych w górę i usuwanie ich z płuc.

Podczas infekcji, wirusy SARS często zabijają rzęski, które zakażą, co pozwala na gromadzenie się zanieczyszczeń i płynów w płucach (stąd zapalenie płuc). Kiedy infekcja robi się poważna, układ odpornościowy staje się wysoce aktywny. To sprawia, że organizm wysyła ogromne ilości komórek odpornościowych do płuc, żeby powstrzymać infekcję, usunąć zanieczyszczenia, i naprawić tkanki.

W dużym uproszczeniu (raz jeszcze), podczas infekcji, uszkodzone komórki wysyłają przekaźniki chemiczne, którym (mimo że jest ich wiele i mają różne nazwy) osobiście nadają jedno wspólne określenie: cytokiny. (Tak naprawdę to kwestia nazewnictwa, one wszystkie są cząsteczkami przekaźnikowymi, które wykonują różne zadania w organizmie w przypadku infekcji.)

Kiedy wirus Cov-2 znajdzie już odpowiednie komórki, posługuje się bardzo charakterystycznymi i z punktu widzenia ewolucji starożytnymi strategiami, żeby się do tych komórek dostać, przejąc je, i zacząć namnażać się w ich strukturach. Następnie przebija ich błonę, żeby móc uwolnić nowe wirusy do organizmu, które potem mogą zarazić następne komórki, i tak dalej, i tak dalej. Przy okazji stymuluje kaszel, żeby móc zakazić więcej ssaków i przenieść się na nowych gospodarzy.

Ważne jest, aby uświadomić sobie, że wirusy są jednymi z najstarszych organizmów żyjących na tej planecie (mimo że wielu biologów nadal upiera się, że wirusy nie są "żywe", co jednak zakwestionuje każdy trzeźwo myślący człowiek). Wirusy w rzeczywistości mają miliardy lat. Są bardzo dobre w tym co robią, i jak wszystkie organizmy żyjące, uczą się na bieżąco, po drodze przyswajając nowe wzory zachowania. Rośliny, w porównaniu, mają jedynie około miliard lat, przy czym złożone rośliny lądowe około 300 milionów lat. Dla kontrastu, nasi najstarsi przodkowie z gatunków człowiekowatych mają najwyżej 1-2 miliony lat, przy czym obecny gatunek człowieka – zaledwie 35 tysięcy lat. Medycyna zachodnia (hojnie szacując) ma 200 lat, a jej wiedza o patogenach wirusowych – zaledwie 50, do tego jest ona w większości szczątkowa, a niekiedy nawet błędna (opiera się na przestarzałych modelach statystycznych i ustaleniach medycznych).

Wszystkie patogeny są zaawansowane jeśli chodzi o modulowanie ludzkich cytokin, co pozwala im osiągać swoje cele. Nauczyły się, jak omijać wiele z naszych naturalnych odpowiedzi odpornościowych, żeby móc umożliwić sobie dostęp do organizmu, namnożyć się, a następnie przeniesienie na nowego gospodarza. Osoby starsze i takie z zaburzeniami układu odpornościowego bardzo często nie są w stanie skutecznie reagować na tak zaawansowane wirusy; ich organizm staje się przytłoczony.

Odpowiedź cytokin w organizmie człowieka często obejmuje stan zapalny (normalna i ważna część procesu leczenia i odpowiedzi na chorobę). W przypadku niektórych infekcji, jeśli układ odpornościowy nie może z powodzeniem jej powstrzymać, następuje stale nasilająca się kaskada zapalna (niekiedy nazywana burzą cytokin). To niekiedy może być niezwykle groźne. Grupa wirusów

SARS powoduje zniszczenia w płucach. Nawet jeśli dana osoba wyzdrowieje, naprawa szkód może potrwać lata. Jeśli jednak zniszczenia okażą się wystarczająco poważne, następuje śmierć.

Takie burze cytokin mogą się rozprzestrzeniać po całym ciele poprzez krew i czasem wywołują tzw. wstrząs septyczny. Ponieważ krew przepływa przez wątrobę i nerki, te organy jako pierwsze mogą doznać uszkodzeń w przypadku burzy cytokin. W końcu przestają funkcjonować, czego skutkiem jest śmierć. (W przypadku MERS, ostre uszkodzenie nerek jest bardzo powszechne.)

## **Mechanizmy infekcji komórek i naturalne sposoby działania**

Jak tylko przedostaną się do organizmu, wirusy z grupy SARS przyłączają się do powiązań tzw. 2 typu enzymu konwertującego angiotensynę (ACE2) na powierzchniach komórek. Jest to białko błony komórkowej, które znajduje się na wielu komórkach w całym ciele, w tym w płucach (jednak niekoniecznie w tkankach nosa czy zatok), przewodzie pokarmowym, sercu, komórkach naczyniowych, i nerkach.

ACE2 jest osobiście zaangażowany w regulowaniu systemu renina-angiotensyna (RAS). RAS jest aktywny w całym ciele i w większości narządów, wliczając płuca, śledzionę, węzły chłonne, nerki (gdzie reguluje homeodynamikę elektrolitów), układ naczyniowy (gdzie reguluje kurczenie i rozluźnianie się naczyń krwionośnych), i tak dalej. RAS ma kluczowe znaczenie dla funkcjonowania większości organów w ciele.

ACE2 pełni wiele funkcji regulujących, w tym konwertowanie angiotensyny 2 (Ang-2) w słabsze formy molekularne. (Angiotensyna 2 jest wysoce bioaktywną cząsteczką, ACE2 reguluje / moduluje jej działanie.)

Wirusy z grupy SARS przyłączają się do ACE2 wszędzie tam, gdzie znajduje się on na powierzchni komórek (włączając rzęski w płucach). [Zioła, które chronią ten enzym to podgatunki *Glycyrrhiza* (lukrecja), *Scutellaria baicalensis* (korzeń tarczycy bajkalskiej), podgatunki *Sambucus* (czarny bez), luteolina,

*Aesculus hippocastanum* (kasztanowiec), *Polygonum cuspidatum* (korzeń rdestowca ostrokończystego...japońskiego), *Rheum officinale*, oraz rośliny zawierające duże ilości procyjanidyn i lektyn (np. cynamon)].

Te powiązania ACE2 umożliwiają wirusową infekcję tkanek komórkowych. Kiedy dojdzie do uszkodzenia ACE-2 spowodowanego przyłączeniem się wirusa, a stężenie ACE2 w płucach (lub w innym narządzie) spadnie, działanie ACE2 zostaje osłabione lub ulega zniszczeniu, przez co system RAS nie jest już odpowiednio regulowany. Płuca wykazują zwiększoną przepuszczalność naczyń, obrzęk, nagromadzenie się neutrofilów i spadek wydolności.

Działanie ACE2 także przeważnie traci na sile wraz z procesem starzenia się organizmu. To jeden z powodów, dla którego wirusy z grupy SARS wywierają bardziej niszczący wpływ na osoby starsze [Zioła, które zwiększają aktywność ACE2 i jego stężenie w organizmie, to podgatunki *Pueria* (kudzu / opornik łatkowaty), *Salvia miltiorrhiza* (dan shen / szalwia miltiorrhiza), i *Ginkgo biloba*]. Inhibitory ACE (w kontraście do substancji zwiększających aktywność ACE2) tak naprawdę zwiększają obecność ACE2 i pomogą chronić płuca przed uszkodzeniami [Niekóre z ziół o tym działaniu to podgatunki *Crataegus* (głóg) i podgatunki *Pueraria* (kudzu)].

Po zarażeniu wirusami z grupy SARS, rozpoczyna się kaskada cytokin zapalnych: IFN-gamma, CXCL10, IL-1b, TNF-a, i IL-6 to niektóre z najważniejszych, zwłaszcza IL-6. Stężenie RANTES, MCP-1 i IL-8 jest zwiększone w przypadku około połowy zarażonych osób. Ścieżka p38 MAPk jest silnie stymulowana i w miarę postępu infekcji, poziomy PGE2 i THF-b (a później także i IL-2) także rosną. (*Salvia miltiorrhiza* jest silnym adaptogenem, którego działanie normalizuje dysfunkcję cytokin.)

Obniżenie stężenia TGF może okazać się bardzo pomocne (zioła, które mogą tego dokonać, to *Angelica sinensis* i podgatunki *Astragalus*). Stężenie HMGB1 podczas kaskady cytokin wywołanej aktywnością wirusów z grupy SARS może być wysokie, zwłaszcza u poważnie chorych (*Salvia miltiorrhiza* redukuje stężenie HMGB1). Podczas infekcji, ta kaskada cytokin powoduje masowy przepływ komórek odpornościowych, ich infiltracji i akumulacji w tkankach płuc. Zwykle im starsze jest zakażone zwierzę (człowiek lub inny gatunek), tym większy wzrost liczby cytokin i tym gorszy skutek.



Wykazano, że silne obniżenie IL-1b znacznie zmniejsza wpływ choroby na zakażonego, jednocześnie obniżając współczynnik umieralności [Niekłóre z ziół, które obniżają liczbę tego rodzaju cytokin to *Polygonum cuspidatum* (rdestowiec ostrokończysty/japoński), *Scutellaria baicalensis* (tarczyca bajkalska), podgatunki *Cordyceps*, *Pueraria* (kudzu), i *Eupatorium perfoliatum* (sądziec przerośnięty)].

Zwykle w narażonych komórkach (w zakażonym organizmie) dochodzi do ciężkiego niedotlenienia. Komórkowe niedotlenienie stymulowane systemem RAS generuje wysokie stężenie wolnych rodników poprzez gwałtowne zwiększenie poziomu Ang-2, tj. cykl niedotlenienie-ponowne dotlenienie, powodujący urazy. Komórki wytwarzają wysokie poziomy nadtlenu wodoru i rodników ponadtlenukowych. Komórki śródbłłnka stają się porowate, przez co narządy i tkanki stają się nieszczelne. W skrócie, zbyt wysokie stężenie Ang-2 (spowodowane zniszczeniem komórek ACE2 przez wirus) powoduje poważne uszkodzenie płuc. Tkanka limfatyczna i tkanka śledziony często są także zagrożone.

Ochrona komórek przed niedotlenieniem znacznie zmniejsza uszkodzenia płuc. (Przed wszystkim *Rhodiola* wykazuje takie działanie. Zapobiega uszkodzeniom oksydacyjnym wywołanym niedotlenieniem, zwiększa dyfuzję tlenu do wnętrza komórek, i zwiększa wydajność wykorzystywania tlenu.)

Raz jeszcze, wirus przede wszystkim atakuje komórki urzęsione, i tam też się replikuje. Niszczy je od środka i uniemożliwia im usuwanie śluzu z płuc. (Zioła chroniące rzęski to podgatunki *Cordyceps*, oliwa z oliwek i liść oliwiny, jakakolwiek roślina zawierająca berberyny, i *Bidens pilosa*.)

Organizm wytwarza autoprzeciwiactwa, które zaczynają atakować komórki nabłłnka i śródbłłnka gospodarza, co tylko zwiększa uszkodzenia. Ograniczenie autoimmunizacji (*Rhodiola*, *Astragalus*, podgatunki *Cordyceps*) i ochrona komórek śródbłłnka (*Polygonum cuspidatum* – korzeń rdestowca ostrokończystego) są niezwykle ważne.

Autopsje osób, które zmarły z powodu zakażenia wirusami z grupy SARS, wykazały rozległe uszkodzenia pęcherzyków w płucach. Odnotowano ogromne zniszczenia w węzłach chłonnym, włączając poważną martwicę miazgi białej i zewnętrznym zatok śledziony, zniszczenie ośrodków rozmnażania w limfie, apoptozę limfocytów, i infiltrację monocytów. Ochrona śledziony i limfy jest

niezwykle ważna [podgatunki *Ceanothus americanus* (prusznik amerykański), *Phytolacca* (szkarłatka), *Scutellaria baicalensis* (korzeń tarczycy bajkalskiej), *Salvia miltiorrhiza*, *Bidens pilosa*].

Podczas gdy wirusy z grupy SARS często replikują się w urzęsionych komórkach nabłonka, równie dobrze potrafią się namnażać w zakażonych komórkach dendrytycznych, zarówno dojrzałych, jak i niedojrzałych. To nie zabija komórek dendrytycznych, tylko powstrzymuje je przed dojrzewaniem i stymulowaniem skutecznej swoistej odpowiedzi immunologicznej.

Komórki dendrytyczne znajdują się w dużych ilościach tuż pod warstwami nabłonka w tkance płucnej. Zwiększenie aktywności cytokin, które powoduje infekcja, sprawia, że śródbłonek staje się bardziej porowaty, co pozwala wirusowi przedostać się do komórek dendrytycznych i je zarazić. Te wirusy silnie zwiększają aktywność IL-6 i IL-8 w komórkach nabłonka. Te konkretne cytokiny skupiają się wokół niedojrzałych komórek dendrytycznych i silnie hamują ich dojrzewanie oraz zdolność dojrzałych komórek dendrytycznych do wytwarzania aktywnych limfocytów T. To hamuje produkcję aktywnych limfocytów T i ułatwia wirusowi dostanie się do narządów chłonnych w płucach i ich poważne uszkodzenie. Stymulacja dojrzewania komórek dendrytycznych (podgatunki *Cordyceps*) i zwiększenie ilości limfocytów T [podgatunki *Glycyrrhiza* (lukrecja), *Ceanothus* (prusznik), podgatunki *Sambucus* (czarny bez), i cynk] mogą pomóc złagodzić objawy i nasilenie choroby.

# **Naturalny protokół w przypadku infekcji wirusami z grupy SARS, włączając COV-19**

Podstawa to znaleźć rośliny, które będą neutralizować działanie wirusów z grupy SARS, a następnie je ze sobą odpowiednio połączyć, wybierając te o najszerszym działaniu i takie, które były wykorzystywane w wielu tradycjach leczniczych w celu leczenia tego rodzaju infekcji. Potrzebujemy roślin, które wykazują następujące działania:

**1) Rośliny o szczególnych działaniu przeciwwirusowym** na wirusy z grupy SARS; najsilniejsze, jakie do tej pory odkryto, to *Scutellaria baicalensis* (korzeń tarczycy bajkalskiej, podgatunki *Houttuynia*, podgatunki *Isatis*, podgatunki *Glycyrrhiza* (lukrecja), *Forsythia suspensa* (owoce forsycji zwistej), *Sophora flavescens* i *Lycoris radiata* (niezwykle silne działanie). *Lonicera japonica* (wiciokrzew japoński) i *Polygonum cuspidatum* (rdestowiec ostrokończysty) również wykazują skuteczne działanie przeciwwirusowe na grupę koronawirusów.

**2) Blokowanie przyłączenia się wirusów do powiązań ACE2.** Takie działanie przede wszystkim wykazują: podgatunki *Glycyrrhiza* (lukrecja), *Scutellaria baicalensis* (korzeń tarczycy bajkalskiej), podgatunki *Sambucus* (czarny bez), luteoliny, *Aesculus hippocastanum* (kasztanowiec), *Polygonum cuspidatum* (korzeń rdestowiec ostrokończysty), *Rheum officinale* (rabarbar lekarski), i rośliny bogate w procyanidyny i lektyny (np. cynamon).

**3) Zwiększanie aktywności i ochrona ekspresji ACE2** (zwłaszcza u osób starszych), i hamowanie Ang-2. Zioła wykazujące to działanie to podgatunki *Pueria* (kudzu), *Salvia miltiorrhiza* (Dan shen / szatwia militiorrhiza), i Ginkgo biloba. Używaj inhibitorów ACE (w kontraście do substancji zwiększających aktywność ACE-2), żeby zwiększyć liczbę ACE2 i pomóc chronić płuca przed uszkodzeniami: podgatunki *Crataegus* (głóg) i podgatunki *Pueraria* (kudzu) działają właśnie w ten sposób.

**4) Modulacja odpowiedzi cytokin** (*Salvia miltiorrhiza*), w tym obniżenie stężenia TGF [*Angelica sinensis* (dzięgiel chiński), *Astragalus mongholicus*], re-

gulowanie HMGB1 (*Salvia miltiorrhiza*), i redukowanie IL-1b [*Polygonum cuspidatum* (rdestowiec ostrokończysty), *Scutellaria baicalensis* (tarczycza bajkalska), podgatunki *Cordyceps*, *Pueraria* (kudzu), i *Eupatorium perfoliatum* (sadziec)],

**5) Ochrona komórek płuc** przed niedotlenieniem (podgatunki *Rhodiola*).

**6) Ochrona rzęsek** (podgatunki *Cordyceps*, oliwa z oliwek i liść oliwny, jakiegokolwiek rośliny zawierające berberyny, i *Bidens pilosa*).

**7) Redukowanie autoimmunizacji** i zwiększenie zdrowej odpowiedzi odpornościowej (*Rhodiola*, podgatunki *Astragalus*, podgatunki *Cordyceps*).

**8) Ochrona komórek śródbłonna** (*Polygonum cuspidatum* – rdestowiec ostrokończysty).

**9) Ochrona śledziony i układu limfatycznego** [podgatunki *Ceanothus* (prusznik), *Phytolacca* (szkarłatka), *Scutellaria baicalensis* (korzeń tarczycy bajkalskiej), *Salvia miltiorrhiza*, *Bidens pilosa*].

**10) Stymulacja dojrzewania komórek dendrytycznych** (podgatunki *Cordyceps*) i zwiększenie liczby limfocytów T [podgatunki *Glycyrrhiza* (lukrecja), *Ceanothus* (prusznik), podgatunki *Sambucus* (czarny bez), i cynk].

## Sugerowane protokoły

(UWAGA: NAWET JEŚLI NIE UDA CI SIĘ SKOMPLETOWAĆ WSZYSTKICH ZIOŁ DO PEŁNEGO PROTOKOŁU, UŻYJ TE KTÓRE MOŻESZ ZDOBYĆ (JEDNO LUB KILKA)... CZY TO W FORMIE NALEWKI, FORMIE SUSZONEJ (DO PRZYGOTOWYWANIA NAPARÓW LUB ODWARÓW) LUB W KAPSUŁKACH. WSZYSTKO TO BĘDZIE WSPIERAĆ TWOJE CIAŁO PODCZAS PROFILAKTYKI LUB KIEDY DOJDZIE DO ZAKAŻENIA.

**Protokół ogólny:** Shuanghuanglian. (Uwaga: ten preparat leczniczy okazał się bardzo pomocny w początkowej fazie epidemii SARS w Chinach – przegląd wspomnianych mechanizmów wskazuje, dlaczego. Obecnie przeprowadza się badania kliniczne z jego udziałem w Chinach w leczeniu infekcji Cov-19). Ta mieszanina składa się z owoców *Forsythia suspensa* (forsycja zwisła) (2 części), *Lonicera japonica* (wiciokrzew japoński) (1 część), *Scutellaria baicalensis* (tarczycza bajkalska) (1 część).

**Sugerowana dawka:** 1 łyżeczka 3x dziennie. Jednakże: Ja używałbym także jednocześnie preparatu wzmacniającego odporność z poniższego protokołu, żeby aktywować najskuteczniejszą odpowiedź odpornościową na ten konkretny patogen wirusowy.

**Protokół leczenia zakażenia wirusami z grupy SARS:** Składa się on z trzech nalewek:

**1) Preparat podstawowy:** *Scutellaria baicalensis* (tarczycza bajkalska) (3 części), *Polygonum cuspidatum* (rdestowiec ostrokończysty) (2 części), *Pueraria* (2 części), *Glycyrrhiza* (1 część), wygotowana nalewka z liścia *Sambucus* (1 część). **Dawkowanie:** 1 łyżeczka 3x dziennie, w stanach ostrych: 1 łyżeczka 6x dziennie.

**2) Preparat na odporność:** *Cordyceps* (3 części), *Angelica senensis* (2 części), *Rhodiola* (1 część), *Astragalus* (1 część). **Dawkowanie:** Tak jak w podpunkcie 1.

- 3) **Ochrona komórek / modulacja cytokin / wspieranie śledziony i limfy:**  
*Salvia Miltiorrhiza* (3 części), *Ceanothus* (2 części), *Bidens pilosa* (1 część).  
**Dawkowanie:** Tak jak w podpunkcie 1.

## **Parę uwag co do przygotowywania powyższych preparatów**

“Część” odnosi się do ilości używanej rośliny. Dlatego jeśli już masz te nalewki, to – jeśli odmierzasz w mililitrach – powinieneś mieszać 90 ml nalewki z tarczycy bajkalskiej, i po 60 ml z nalewki z rdestowca i z Puerarii, oraz po 30 ml z nalewek z Glycyrrhiza i wygotowanego liścia *Sambucus*. Dawkowanie takie, jak podałem powyżej. (Pamiętaj, że jeśli chcesz robić własne nalewki, możesz zasięgnąć wskazówek, jakie zawarłem w mojej książce “Antybiotyki ziołowe”, druga edycja, lub też skorzystaj z jakiegokolwiek podobnego źródła.)

### **O wygotowanej nalewce z czarnego bzu (*Sambucus*)**

Nie jest ona dostępna w sklepach. (Proszę, przeczytaj obszerną część na temat czarnego bzu w mojej książce “Antybiotyki ziołowe”). Liść czarnego bzu i kora mają szczególnie silne działanie lecznicze, w tym na patogeny wirusowe. Niestety przeciwnicy ziołolecznictwa na początku XX wieku zaczęli roznosić plotki, jakoby czarny bez (*Sambucus*) był rośliną trującą. To nieprawda. W kolejności malejącej, kora, liście i owoce mogą powodować wymioty u niektórych ludzi, nie u wszystkich. (Mnie osobiście to nie dotyczy, dlatego używam niewygotowanych nalewek). Wszystko zależy od dawki i tego, jak bardzo dana osoba jest podatna na działanie tej rośliny. Jednakże, jeśli to zioło zagotujemy (przygotujemy wywar), związki, które powodują wymioty, przestają być aktywne.  
**Uwaga:** Liście i kora wykazują znacznie silniejsze działanie przeciwwirusowe

niż owoce czy kwiaty. Nie sugerowałbym stosowania liści w leczeniu tego patogenu; moim zdaniem nie są one wystarczająco silnie działające. **Aby przygotować wygotowaną nalewkę z liści czarnego bzu:** Ugotuj 110 g suszonych liści czarnego bzu (lub 55 g, jeśli używasz świeżych liści), w 2 litrach wody, dopóki ta nie wyparuje do połowy. Ostudź, precedź, a następnie odmierz ilość pozostałego płynu. Dodaj 25% czystego alkoholu zbożowego. Jeśli tam, gdzie mieszkasz, nie możesz kupić czystego alkoholu zbożowego (tj. alkoholu 95%), to po tym, jak już ostudzisz i precedzisz płyn, ponownie go wygotuj, aż połowa wyparuje. Ponownie ostudź, a następnie odmierz, i dodaj do niego tę samą ilość 40%-50% wódki, najlepiej 50%. Mam nadzieję, że wkrótce taka nalewka pojawi się w sprzedaży.

## Inne rośliny aktywne przeciwko koronawirusom z grupy SARS

*Artemisia annua* (Bylica roczna), *Cassia tora*, *Cibotium barometz*, *Dioscorea batatas* (Pochrzyn chiński), podgatunki *Eucalyptus*, *Gentiana scabra* (goryczka), *Linaria aggregate*, *Lonicera japonica* (Wiciokrzew japoński), *Panax ginseng* (Żeń-szeń właściwy), *Polygonum multiflorum* (Rdest wielokwiatowy), *Taxillus chinensis*, *Pyrrhosia lingua* (Pyrozja), i *Rheum officinale* (Rabarbar lekarski).

## Źródła:

- \* Bandara, M. et al. Indigenous herbal recipes for treatment of liver cirrhosis, *Procedia Chemistry* 14 (2015): 270-276.
- \* Basak, Ajoy. et al. Inhibition of proprotein convertases-1, -7 and furin by diterpenes of *Andrographis paniculata* and their succinoyl esters, *The Biochemical Journal* 338 (1999): 107-13.
- \* Buhner, Stephen Harrod. *Herbal Antibiotics*, second edition, Storey Publishing, 2012.
- \* Buhner, Stephen Harrod. *Herbal Antivirals*, Storey Publishing, 2013.
- \* Dharmananda, Subhuti. Shuanghuanglian: Potent anti-infection combination of Ionicera, forsythia, and scute, [itmonline.org/arts/shuang.htm](http://itmonline.org/arts/shuang.htm), nd. 18
- \* Hoffmann, H, et al. Human coronavirus NL63 employs the severe acute respiratory syndrome coronavirus receptor for cellular entry, *Proceedings of the National Academy of Sciences USA* 102(22) (2005): 7988-93.
- \* Kuhn, JH, et al. Angiotensin-converting enzyme 2: a functional receptor for SARS coronavirus, *Cellular and Molecular Life Sciences* 61 (2004): 2738-43.
- \* Lewis, Ricki. Covid-19 vaccine will close in on spikes, [blogs.plos.org/dnascience/2020/02/20](https://blogs.plos.org/dnascience/2020/02/20).
- \* Li, Guangdi and Erik De Clerq. Coronavirus (2019-nCoV), [nature.com/articles/d41573-020-00016-0](https://nature.com/articles/d41573-020-00016-0).
- \* Li, W, et al. Angiotensin-converting enzyme 2 is a functional receptor for the SARS coronavirus, *Nature* 426 (2003): 450-4.
- \* Li, W, et al. Efficient replication fo severe acute respiratory syndrome coronavirus in mouse cells is limited by murine Angiotensin-converting enzyme2, *Journal of Virology* 78 (2004): 11429-33.
- \* Li, W, et al. Receptor and viral determinants of SARS-coronavirus adaptation to human SCE2, *The EMBO Journal* 24(8) (2005): 1634-43.
- \* Marshall, R.P. The pulmonary renin-angiotensis system, *Current Pharmaceutical Design* 9(9) (2003): 715-22.
- \* McKeever, Amy. Here's what coronavirus does to the body, *National 19 Geographic*, February 18, 2020.



- \* Peng, M. et al. Luteolin restricts dengue virus replication through inhibition of proprotein convertase furin, *Antiviral Research* 143 (2017): 176-85.
- \* Wevers, Brigitte and Lia Van der Hoek. Renin-angiotensin system in human coronavirus pathogenesis, *Future Virology* 5(2) (2010): 145-161.
- \* Xia, Shuai. et al. A pan-coronavirus fusion inhibitor targeting the HR1 domain of human coronavirus spike, *Science Advances* 5 (2019): eaav4580.
- \* Zimmer, Katarina. Why Some Covid-19 cases are worse than others, *The Scientist*, February 24, 2020.

**(UWAGA: NAWET JEŚLI NIE UDA CI SIĘ SKOMPLETOWAĆ WSZYSTKICH ZIOŁ DO PEŁNEGO PROTOKOŁU, UŻYJ TE KTÓRE MOŻESZ ZDOBYĆ (JEDNO LUB KILKA)... CZY TO W FORMIE NALEWKI, FORMIE SUSZONEJ (DO PRZYGOTOWYWANIA NAPARÓW LUB ODWARÓW) LUB W KAPSUŁKACH. WSZYSTKO TO BĘDZIE WSPIERAĆ TWOJE CIAŁO PODCZAS PROFILAKTYKI LUB KIEDY DOJDZIE DO ZAKAŻENIA.**



