



GUIDE DE SUPPLÉMENTS ALIMENTAIRES POUR DÉTOXIFIER L'ORGANISME DE L'OXYDE DE GRAPHENE CONTENU DANS LES VACCINS COVID-19 (version 1.0 / date 22/07/2021)

AVIS LÉGAL : utilisez ce guide d'information à titre indicatif et à vos propres risques. N'oubliez pas de respecter les indications et la posologie de chaque produit. Nous vous recommandons de toujours consulter votre médecin ou votre pharmacien, surtout si vous prenez des médicaments.



L'OXYDE DE GRAPHENE ET LE CONTENU DES VACCINS COVID-19

L'oxyde de graphène est introduit dans le corps des personnes par différentes voies : les masques, l'atmosphère que nous respirons (chemtrails), les tests PCR et même par les serviettes hygiéniques utilisées par les femmes. Bien entendu, il pénètre également dans l'organisme par le biais des vaccins contre la grippe et les vaccins contre la Covid-19, causant dans ces cas-là de graves dommages à la santé, voire la mort.

L'oxyde de graphène cause des dommages à l'organisme, en déclenchant des syndromes inflammatoires et un effondrement du système immunitaire, en altérant le stress oxydatif et pouvant entraîner une détérioration de la santé de la personne en quelques heures (tempête de cytokines, pneumonies bilatérales et autres symptômes Covid-19 que nous connaissons déjà).

Pour plus d'informations sur l'oxyde de graphène, nous vous recommandons de regarder les vidéos suivantes :

<https://odysee.com/@laquintacolumna:8/L%27OXYDEDEGRAPH%C3%88NECAUSECOVID19:7>

<https://odysee.com/@laquintacolumna:8/COMMENTDEGRADERL%27OXYDEDEGRAPHENE-VERSIONFRAN%C3%87AISE:8>

GUIDE DE COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

Ce guide présente une série de compléments alimentaires dont l'efficacité a été démontrée pour soulager les syndromes de la maladie appelée Covid-19 :

- Ils n'ont pas de contre-indications médicales, à condition de prendre les doses correctes.
- Ils ne nécessitent pas de prescription médicale.
- Ils peuvent être achetés dans les herboristeries, les pharmacies, les drogueries, les para pharmacies, etc.
- Toutefois, en cas de doute, nous vous recommandons de consulter votre médecin ou votre pharmacien (**voir avis juridique-page 1**).

Comme principe de base, lors de la prise de compléments, il est toujours recommandé de les prendre le matin à jeun, ou au petit-déjeuner, car leurs propriétés sont beaucoup mieux absorbées par le corps.





N-ACETYL CYSTEINE (NAC)

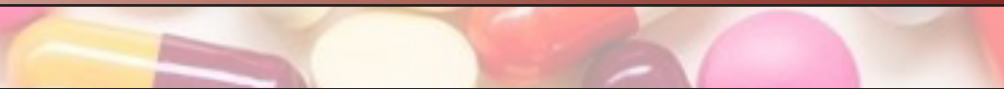
La N-acétylcystéine ou NAC est un puissant antioxydant. Il contribue à retarder et à réparer les dommages causés aux cellules, au point de pouvoir ralentir la progression de maladies graves.

Il est généralement disponible en comprimés de 300 mg, 600 mg et 750 mg.

La quantité quotidienne est d'environ 20 mg/kg/jour, divisée en plusieurs doses, chaque dose ne dépassant pas 600 mg. Cependant, les 750 mg peuvent également être pris.

Une capsule le matin en traitement préventif.

Les personnes ayant des formes plus graves, jusqu'à trois par jour, sans dépasser le dosage indiqué par personne.



ZINC

Ce grand antioxydant contribue également à renforcer le système immunitaire. Le zinc fait partie de l'enzyme superoxyde dismutase, qui est responsable de l'élimination des radicaux qui accélèrent le processus de vieillissement. Il protège l'ADN et le noyau des cellules.

Il est normalement disponible en gélules de 15 mg, 25 mg et 50 mg.

Prenez 1 capsule par jour, de 15mg à 25mg. Pour les affections plus graves, il est préférable de prendre 1 capsule de 25 mg ou 50 mg.

Il est fondamental de prendre du NAC + ZINC tous les jours. Sa consommation est essentielle pour dégrader l'oxyde de graphène. De bons résultats peuvent être obtenus en une semaine.



GLUTATHION

Sert d'alternative à la NAC, bien que la N-acétylcystéine soit beaucoup mieux assimilée par l'organisme.

Il peut également être utilisé comme supplémentation croisée, en remplaçant la NAC par le glutathion.

Il est normalement disponible en comprimés de 100 mg, 250 mg et 500 mg. Pour l'adulte, on peut prendre 1 capsule par jour, de préférence à jeun ou pendant les repas.



ASTAXANTHINE

L'astaxanthine est un puissant antioxydant naturel de la famille des caroténoïdes qui protège contre l'oxydation cellulaire, un processus impliqué dans le vieillissement et le développement de diverses maladies.

La dose normale de vente est de 5 mg. Les personnes qui en prennent remarquent une grande amélioration de leur vue.

Il peut être pris en même temps que la NAC et le ZINC.



QUERCETINE

C'est un bon antioxydant qui nous aidera également à faire face au stress oxydatif causé par l'oxyde de graphène.

Normalement il est disponible en doses de 400 mg, 500 mg et 650 mg.

Il peut être pris en 1 à 2 capsules par jour.



VITAMINE D

Pour les personnes qui ne prennent pas beaucoup de soleil et qui présentent une carence en vitamine D.

La forme D3 est préférable.

Dans les pays nordiques, où l'ensoleillement est faible, la plupart des gens prennent un complément de vitamine D3.

On peut prendre une capsule le matin.



CHARDON MARIE

Sert de protecteur de l'estomac. Il est hautement antioxydant.

Favorise l'élimination des calculs biliaires et aide à prévenir leur formation. Prévention des infections respiratoires, lors des épisodes de rhume et de grippe.

Pour une utilisation quotidienne, veuillez consulter le dosage. Pour les adultes, c'est normalement une gélule de 300 mg.



MELATONINE

Aide à réconcilier les cycles de sommeil, car ce sont précisément les champs électromagnétiques qui inhibent la mélatonine, et provoquent ainsi l'altération des cycles de sommeil.

Aide à augmenter les niveaux de glutathion et à éliminer la toxicité produite par l'oxyde de graphène.

Il est généralement disponible en doses de 1 mg à 5 mg, mais aussi en 10 mg. Pour les adultes, il est recommandé de prendre de 1,5 mg à 5 mg, soit 1 gélule le soir.

Il est fondamental de prendre NAC + ZINC tous les jours. Sa consommation est essentielle pour la dégradation de l'oxyde de graphène. De bons résultats peuvent être obtenus en une semaine. En plus de la NAC et du ZINC, la mélatonine peut également être ajoutée à l'apport quotidien, dans ce cas toujours le soir.

[Comment augmenter naturellement le taux de glutathion](#)

Le glutathion est un antioxydant important qui aide les cellules et les organes à rester protégés. Contrairement à de nombreux autres antioxydants, le corps produit en fait lui-même du glutathion. La quantité de glutathion que vous produisez dépend de facteurs tels que votre environnement, votre état de santé et le vieillissement. Heureusement, vous pouvez augmenter naturellement votre taux de glutathion si vous donnez à votre corps les bases nécessaires à sa production, et si vous réduisez le stress afin que le corps puisse conserver une plus grande partie du glutathion qu'il produit.

Accédez à l'article complet en cliquant sur le lien suivant :

[Comment augmenter naturellement le glutathion: 12 étapes \(wikihow.com\)](#)

Pour plus d'informations, consultez le site

www.laquintacolumna.net

