

OPI HISTORIASTA

tai muuten voi käydä huonosti

EIKÖ SEN
PITÄISI OLLA
HISTORIASSA?

“Opi historiasta tai tulet
sen toistamaan”

Sama
asia



Miksi flunssan historialla on merkitystä...



1 Oletetaan, että
pandemioita tulee lisää.

Monet asiantuntijat ajattelevat, että COVID-19 on yksinkertaisesti “ruma kenraaliharjoitus” isompaan – ja kuolettavampaan pandemiaan, mikä on edessäpäin. Olen pahoillani sanoessani että, on monia syitä uskoa sen olevan totta.

2 Menneinä vuosisatoina,
ihmiset ovat kestäneet
useita pandemioita

Voimme oppia heiltä paljon.

3 Espanjan flunssa
1918 oli erittäin
tappava.

Kolmannes maailmasta sai tappavan flunssan, joka tappoi enemmän sotilaita kuin ensimmäinen maailmansota.

4 Lääketiede ei voinut
tehdä paljoakaan tälle
tappavalle flunssalle.

Lääkärit ja hoitajat olivat avuttomia, kun tuhannet potilaat kuolivat. Mitkään normaalit hoitotoimenpiteet eivät olleet erityisen hyödyllisiä.

5 Oli muutamia toivon
pilkahduksia!

Yksi opiskelija-asuntola, jossa oli 90 opiskelijaa, sai Espanjan flunssan, siellä ei ollut kuolonuhreja, koska he käyttivät hoitomuotoja, joista tässä kirjassa kerrotaan.

6 Joillakin parantoloilla oli uskomattoman
hyviä kokemuksia flunssan hoidossa.

Parantoloiden kuolleisuus oli paljon alhaisempi kuin yleissairaaloissa.

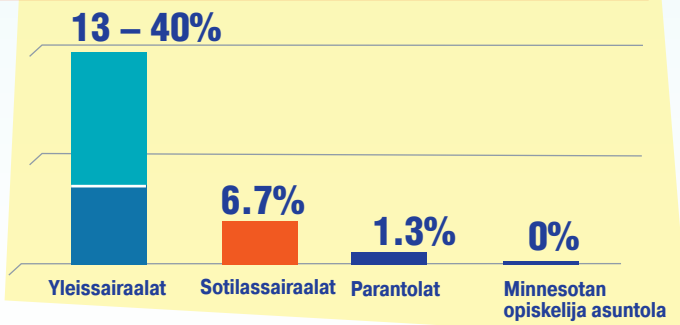
7 Samojen hoitotoimenpiteiden, jotka toimivat
vuonna 1918, on osoitettu toimivan erittäin
hyvin COVID-19 vastaan.

**Sinä voit rakentaa
immuunijärjestelmän, tutkimalla
ja ymmärtämällä, näyttöön
perustuvia, todistettuja
hoitotoimenpiteitä, jotka voivat
auttaa:**

- vastustamaan tulevia viruksia ja taudin aiheuttajia
- minimoimaan tarttuvien tautien vakavuutta
- vähentämään pitkäaikaisia terveyshaasteita, joita sinä saatat muuten kohdata kauhean viruksen tai taudinaiheuttajan tarttumisen seurauksena

Mielenkiintoisia kokemuksia flunssan tarinoista ja totuuksista

ESPANJAN INFLUENSSAKUOLLEISUUTEEN VAIKUTTI HOITOPAIKKA



Joillakin se oli pahempi kuin muilla



Espanjan flunssan aikana 1918

- 50% Alaskan aikuisista menehtyi
- Yksin New Yorkissa orvoksi jäi 21 000 lasta
- Nuoret kärsivät eniten, puolet kuolleista oli 20-30 vuotiaita

Toipuminen teltassa

Brittiläinen sotilas, Patrick Collins, vei telttansa mäelle, pois rykmenttinsä läheisyydestä, kun Espanjan flunssan ensioireet ilmaantuivat. Hän oli yksi harvoista rykmentissään, jotka selviytyivät – mikä saattoi johtua raittiista ilmasta, auringonpaisteesta ja rauhallisesta levosta korkealla mäellä.



100% toipumisaste

Minnesotassa Hutchinsonin seminaarissa 90 opiskelijaa sairastuivat Espanjan flunssaan. Johtava lääkäri määräsi potilaat vuoteisiin flunssan ensioireiden ilmaantuessa ja hoitajan tuli seurata heidän kehon lämpöä. Potilaat, joita hoidettiin vesiterapialla, pidettiin hyvin nesteytettyinä, ruokittiin yksinkertaisella kasvispohjaisella ruokavaliolla. Potilaiden tuli jäädä vuoteisiin 2-5 päivää kuumeen laskemisen jälkeen. Tuloksena oli huomattava 100% selviytymisaste Espanjan flunssasta. Käytännössä tautitapaukset eivät tulleet vakavammiksi, eivätkä pahentuneet. Huomioon ottaen taudin muualla aiheuttaman tuhon, tämä oli todella uskomatonta.



Epidemiat, jotka ovat muovanneet historiaa

- Neljäsosa Ateenan joukkojen kuolemista lavantauti kuumeseen vuonna 430eKr muutti ikuisesti vallan tasapainon kreikkalaisten kaupunkien Ateenan ja Spartan välillä.
- Kahdesti Rooman valtakunta heikkeni menetettyään neljänneksen ja kolmanneksen väestöstään epidemioiden vuoksi.
- Isorokko -ja tuhkarokkoepidemiat satuttivat Rooman valtakuntaa pahasti, mutta edistivät kristittyjen asiaa.
- Pakanat panikoivat ja hylkäsivät sairaansa. Kristityt hoitivat kaikkia sairaita. Monet epidemiasta selviytyneet pakanat huomasivat sen ja päättivät tulla kristityiksi.
- Euroopasta tuodut sairaudet tappoivat enemmän syntyperäisiä amerikkalaisia (90-95%) kuin valloittajia.
- Lavantauti tulehduksilla oli merkittävä rooli Napoleonin armeijan tuhoutumiseen Venäjällä 1812.



7 HOITOTOIMENPIDETTÄ, JOTKA AUTTOIVAT Espanjan flunssaan

Espanjan flunssaepidemia 1918 oli tappavin rutto nykyaikana – tappaen arviolta 50-100 miljoonaa ihmistä.

Jotkut onnistuivat taistelussa flunssaa vastaan paljon paremmin kuin toiset. Näin eloonjääneet tekivät.



1 He toimivat nopeasti

Minnesotan koulussa oli 90 opiskelijaa, jotka saivat kuolettavan flunssan. Heidät määrättiin vuoteeseen heti! Parantolat ympäri maata tiedottivat, mitä nopeammin potilaat hoidettiin, sitä korkeampi oli eloonjäämisaste. Ihmiset, jotka jatkoivat normaalia elämää ja ajattelivat voittavansa flunssan, eivät selviytyneet.

*Parhaat lääkärit
määräävät vähiten lääkkeitä*

— Benjamin Franklin

2 He menivät vuoteeseen... ja pysyivät siellä jonkin aikaa



Sen lisäksi, että he menivät vuoteeseen heti oireiden ilmaantuessa, selviytyivät Minnesotan koulun sisäoppilaitoksessa (missä 100% selviytyi ja kukaan ei sairastunut kovin vakavasti) olivat vuoteessa 2-5 päivää sen jälkeen, kun kuume oli laskenut. Onnelliset seuraukset, kukaan ei sairastunut uudestaan.

3 He käyttivät vesiterapiaa

- Kuumia kääreitä pantiin potilaiden kaulan ympärille ja rintakehän päälle.
- Sinä voit tehdä saman hoidon lämpimällä suihkulla, kylvyssä, saunassa tai lämpötyynillä.
- Lämpö tappaa bakteereita ja passivoi viruksia, kostea lämpö on parempi kuin kuiva.



4 He saivat runsaasti raitista ilmaa

Ensimmäisen maailmansodan aikana haavoittuneet sotilaat, joita hoidettiin telttasairaaloissa, kuolleisuus oli paljon alhaisempi kuin sotilaiden, joita hoidettiin sisätiloissa. Eräs ulkoilmasairaala oli myös erittäin tehokas Espanjan flunssan aikana. Parantolat jäljittelivät ulkoilmahoitoa suurilla avoimilla ikkunoilla, avarilla ja hyvin ilmastoiduilla huoneilla.

6 Heidän ruokavalionsa oli yksinkertainen

Parantolat, joissa oli alhainen kuolleisuusaste sekä oppilaitoksessa, jossa ei ollut kuolemantapauksia, tarjosivat yksinkertaista kasvispohjaista ruokavaliota sairaille. Ateriat olivat luonteeltaan kevyitä, jotta sairaiden immuunijärjestelmä keskittyisi flunssaan.



7 He joivat paljon vettä

Rohkaista potilaita juomaan runsaasti vettä oli varmasti tärkeä osa hoitoa rykmentissä, sisäoppilaitoksessa ja parantoloissa.

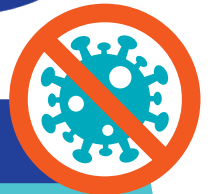
5 He kylpivät auringossa

Aurinkoisina päivinä potilaat vietiin ulos auringonpaisteeseen.

Jo yhden päivän aikana monet potilaat, jotka oli otettu ulos, osoittivat huomattavaa paranemista. Parantolat aukaisivat isot ikkunat antamalla auringonsäteiden tulla sisälle ja siirsivät potilaat niin lähelle ikkunoita kuin oli mahdollista.



Toimintasuunnitelma



- Löydä tapoja saada enemmän raitista ilmaa kodissasi ja töissäsi ja toteuta ne käytännössä. Tee sama auringonvalon suhteen.
- Harkitse normaalia "toimintatapaa", kun sinulla nousee kuume. Jos lepo ja luonnonterapiahoitot eivät ole aiemmin olleet erityisesti ohjelmassasi, niin tee etukäteen suunnitelma kokeillaksesi uutta, uusia asioita.
- Hanki kaikki, mitä tarvitset – pidä ne saatavilla hoitoihin, joita aiot kokeilla.