

Dva najvažnija suplementa u očuvanju zdravlja su **Magnezijum klorid i Natrijum Askorbat**

Da bi ste se **u potpunosti** zaštitili od nadolazeće gripe a i od drugih virusnih i bakterijskih infekcija trebate svaki dan redovito unijeti u organizam:

- 5-10 gr Natrij Ascorbata i
- 600-1000 mg Magnezij Klorida.

**Natrij (sodium) Ascorbat** (vitamin c u obliku soli) aktivira kemokinezu i kemotaksiju imunskih stanica, a magnezij klorid za 333% povećava fagocitozu - što znači da će isti broj leukocita u istom vremenskom razdoblju, ako uzimate magnezij klorid, uništiti tri (3) puta više virusa i bakterija.

Kemokineza označava brzinu gibanja imunskih stanica, a kemotekasija je osjetljivost imunskih stanica da točno pogode mjesto infekcije. kemotaksički, najosjetljiviji su neutrofili koji prvi stižu na mjesto infekcije.

**Sodij (natrij) ascorbat** pojačava kemokinezu i kemotaksiju za dvadeset puta.

Važno je znati da konzumiranje šećera (čak i meda), u idućih 8 sati značajno smanjuje aktivnost fagocitoze - zaključite sami što si radite kad jedete slatko.

Gledajte da što više unosite svježih, prijesnih, hrane, povrća i voća i to u odnosu **80% povrća prema 20% voća**.

Ako se ovoga budete držali, imati ćete sigurnu zaštitu od bakterijskih i virusnih infekcija tijekom cijele godine, bez ikakve uporabe vakcina i antibiotika.

**Roso Nenad dr. naturopatije**

Za narudžbe i više informacija u Hrvatskoj:

[www.valetudo-drroso.com](http://www.valetudo-drroso.com)

## **Sigurna zaštita od gripe**

Srijeda, 26 Listopad 2011 09:12

---

U Srbiji se može naručiti na +381 11 2310 488 (Branislav), a više informacija dobiti na +381 62 77 33 50 (Željko) ili na

[zseatovic@gmail.com](mailto:zseatovic@gmail.com)