

 ● В связи с большой нагрузкой на медицинские учреждения мы, специалисты в области здравоохранения, подготовили это сообщение для населения на случай, если вы не хотите рисковать и сразу же обращаться в больницу;

---

● Симптомы появляются с третьего дня после заражения (симптомы вируса).

→ 1 фаза;

- боль в теле
- боль в глазах
- головная боль
- рвота
- диарея
- Насморк или заложенность носа

- распад
- горящие глаза
- жжение при мочеиспускании
- чувство лихорадки
- Царапины в горле (боль в горле)

→ Очень важно считать дни появления симптомов: 1-й, 2-й, 3-й.

● Действовать нужно до появления лихорадки.

● Внимание, очень важно пить много жидкости, особенно очищенной воды. Пейте много воды, чтобы сохранить сухость в горле и очистить легкие.

---

→ 2 фаза; (с 4-го по 8-й день) воспалительный.

- Потеря вкуса и / или запаха
- Усталость с минимальными усилиями
- Боль в груди (грудная клетка)
- стеснение в груди
- Боль в пояснице (в области почек)

---

→ Вирус поражает нервные окончания;

● Разница между усталостью и одышкой:

- Одышка - это когда человек сидит - не прилагая никаких усилий - и у него одышка;
- Усталость - это когда человек пытается сделать что-то простое и чувствует усталость.

---

→ Необходимо много жидкости и витамина С.

---

Sov Covid-19 связывает кислород, поэтому качество крови плохое, кислорода меньше.

---

→ 3 фаза - исцеление;

● На 9-й день наступает фаза заживления, которая может длиться до 14-го дня (выздоровление).

● Не откладывайте лечение, чем раньше, тем лучше!

---

→ Всем удачи!

Лучше соблюдать эти рекомендации, профилактики много не бывает!

- Посидите на солнце от 15 до 20 минут.
- Отдыхайте и спите не менее 7-8 часов.
- Пейте полтора литра воды в день.
- Все продукты должны быть горячими (не холодными).

→ Обратите внимание на то, что pH коронавируса колеблется от 5,5 до 8,5.

Поэтому все, что нам нужно сделать для уничтожения вируса, - это потреблять больше щелочной пищи, превышающей кислотный уровень вируса.

Такие как;

- Бананы, зеленый лимон → 9,9 pH
- Желтый лимон → 8,2 pH
- Авокадо - 15,6 pH
- Чеснок - 13,2 pH
- Манго - pH 8,7
- Мандарин - 8,5 pH
- Ананас - 12,7 pH
- Кресс-салат - 22,7 pH
- Апельсины - 9,2 pH

---

→ Откуда вы знаете, что у вас Covid-19 ?!

- зуд в горле
- сухость в горле
- сухой кашель
- Высокая температура
- затрудненное дыхание
- потеря запаха и вкуса

---

НЕ храните эту информацию только для себя, раздайте ее всей семье и друзьям.