**CORONA EN BAKSODA; HOE KUN JE BAKINGSODA GEBRUIKEN ALS JE SYMPTOMEN VOELT**

Disclaimer: ik ben geen arts, en pretendeer niet medische behandelingen te vervangen. Deze informatie is te gebruiken op eigen verantwoordelijkheid

**DIT IS EEN ERVARING VAN IEMAND; DOE ER JE VOORDEEL MEE**

Zo, ik had het goed te pakken! In járen niet zo'n last gehad.

In eerste instantie leek het met een sisser voorbij te zijn gegaan. Een klein beetje minder gevoeld en wat moe en kortademig maar mijn vrouw kreeg koorts en best heftig, met hoofdpijn, hoesten en snotteren. Ik gleed er als het ware langs.

Maar toen kreeg ik het na een bezoek van mijn zeer snotterende zoon zes dagen later het toch echt te pakken.

Mijn gesteldheid: ik ben 66 jaar, fit, leef gezond en 1,83 lang en weeg 70 kg. Ik ben wel hartpatiënt vanwege een klepvervanging, maar sport regelmatig en geen klachten.

**SYMPTOMEN:**

Bij het naar bed gaan ineens erg rillerig. Heb ik nooit en dat viel me op. Ik voelde me niet lekker.

Die nacht ineens keelpijn, snotverkouden, alle bijholtes dicht en volgende dag pijnlijk. En koorts. Ik heb toen niet meteen gemeten maar later bleek rond de 38 graden.

En moe.

Vervolgens kwam er druk op de borst en longen bij. En toen begon ik me wel wat zorgen te maken. Ik had een wel heel slechte nacht die nacht. Weinig slaap en veel onrust in het lijf.

De volgende dag kreeg ik ineens een ingeving. Ik moest ineens denken aan natriumbicarbonaat ofwel baking soda. Ik heb daar een boek van op de plank staan.

Dat direct nageslagen en daar kwam ik iets tegen over de Spaanse Griep periode van honderd jaar geleden. Veel meer doden dan nu en ook geen remedie.

In die periode is in de nasleep door artsen Baking Soda voorgeschreven en dat bleek wel soelaas te bieden. Groot voordeel was dat iedereen dat ongeveer in de keukenkast had staan en het bijna niets kost. (Nu ook nog steeds niet trouwens 🙂 )

De kuur die daar stond die in dat soort gevallen werd voorgeschreven heb ik gevolgd.

**HOE ZIET DE KUUR ERUIT?**

Dag 1:

Neem totaal zes keer om de twee uur één glas water van 125ml met daarin opgelost 2,5 gram baking soda. Dat is één afgestreken theelepeltje)

Goed roeren tot het helemaal is opgelost (gaat heel snel).

Op een lege maag dan wel een uur na een lichte maaltijd).

Mijn schema was: half 8, half 10, half 12, half 2, half 4, half 6.

Dag 2: Neem totaal vier keer om de drie uur één glas water van 125ml met 2,5 gram.

Dag 3: 's Morgens voor het ontbijt en 's avonds voor het avondeten een zelfde glas.

Dag 4: ev. 's Morgens voor het ontbijt een glas.

Hou dit vol tot alle klachten weg zijn en je kunt het ook ter preventie blijven doen.

**RESULTAAT**

Ik voelde direct de eerste dag al verbetering!

* Holte pijn verdween als sneeuw voor de zon.
* Keelpijn weg.
* De koorts verdween in de loop van de dag.
* Vermoeidheid weg.
* Druk op de borst van de longen weg.
* Ademwegen weer helemaal vrij.
* Die nacht goed kunnen slapen.

Volgende dag van de kuur 's avonds was ik 90% hersteld.

Het is nu vier dagen na die eerste dag. En ik knap nog steeds meer op. Voel me steeds energieker en ga nog steeds vooruit. Ik schat dat ik nu op 95% zit. Heb nog wat slijm op te ruimen uit de longen, maar dat zit steeds losser en gaat steeds makkelijker.

Ik vind dat ik dat in deze tijd niet voor mij moet houden en moet delen. Je moet zelf weten wat je er mee doet. Maar wie weet redt het iemand van de IC en dat is niet verkeerd toch? Je moet het toch zelf doen!

**HOE WERKT HET?**

Baking soda ofwel natriumbicarbonaat is een lichaamseigen stof die door de nieren wordt gebruikt om de pH (zuur base balans) en de CO2 - Zuurstof balans in het bloed te regelen.

Door oraal innemen van natriumbicarbonaat voor het eten dan wel op een lege maag komt het bicarbonaat direct in de darmen en zo de bloedbaan en verhoogt de pH zeer snel.

Dat is behulpzaam aangezien we hier over het algemeen door onze westerse leefwijze en zeker als je ziek bent, verzuurd bent. Je pH is te laag en daardoor is je afweer verslechterd.

Hogere pH is basisch daar kunnen virussen slecht tegen, lage pH is verzuurd en dat is gedijen voor allerlei soorten aandoeningen en virussen.

Dat is het principe. Ik ben geen arts en kan geen enkele verantwoording nemen maar natriumbicarbonaat is een zeer bekend middel ook in het ziekenhuis en volkomen veilig. Op iedere eerste hulp van het ziekenhuis hebben ze dit bij de hand als infuus.

**LAATSTE ADVIEZEN**

Verder blijf weg van anderen zolang je niet 100% bent. Doe ik ook.

En pas op jezelf!

Beterschap!

<https://gezonderleven.com/drink-dagelijks-water-en-baking-soda/>