

Bescherming tegen virale infecties

Dagelijks **3000 tot 4000 IU of 75-100 µg Vit D3 in olie vorm** tijdens de maaltijd 3 x per week **Caps Quentakehl D4** als anti-viraal middel. Caps open maken en nuchter in de mond strooien. Zelfde dag 3 x per dag 5 druppels **Cerivikehl** rechtstreeks in de mond, een tijdje in de mond houden en doorslikken. Na het doorslikken diep ademhalen → hoestreflex.

Zelfde dag 3 x per dag 10 druppels **Zinkokehl** rechtstreeks in de mond.

In de tussendagen 2 x per dag 10 druppels **Sanumgerman** rechtstreeks in de mond, een tijdje in de mond houden en dan doorslikken of 1-3 capsules per dag **Immunoton Forte** met wat water innemen.