Protocol For Covid-19

PDF Book

పరుచూరి మల్లిక్ గారు

కరోనా రాకుండా
తీసుకోవాల్సిన ముందు
జాగ్రత్తలు

Category 1 - కరోనా సోకని వారు

కరోనా రాకుండా తీసుకోవాల్సిన ముందు జాగ్రత్తలు:

రోజూ ఉదయం లేవగానే దంతావధానం చేసి ముందుగా రెండు గ్లాసులకు తగ్గకుండా మంచి నీరు త్రాగవలెను.

1. **మెంతులు:**

రోజూ ఉదయము, సాయంత్రము 1 ½ స్పూన్ నీటిలో నానబెట్టి తీసుకోవాలి. రోజూ మీరే ఒక సమయం ఎంచుకొని అదే సమయానికి రోజూ తీసుకోండి.

రాత్రి పూట ఒక గ్లాసులో 1 ½ స్పూన్ మెంతులు వేసి సగం గ్లాస్ వరకు మంచి నీటిని పోసి ఉదయం మెంతులతో సహా ఆ నీటిని త్రాగాలి.

మరలా గ్లాసులో 1 ½ స్పూన్ మెంతులు వేసి సగం గ్లాస్ వరకు మంచి నీటిని పోసి సాయంత్రం మెంతులతో సహా ఆ నీటిని త్రాగాలి.

నానిన మెంతులు నమలవచ్చు లేక నీటితో పాటు మింగ వచ్చు. పరగడుపునైనా లేక ఏదైనా తిన్న తరువాతైనా ఫర్వాలేదు.

మెంతి నీరు మధుమేహం వ్యాధిని నియంత్రిస్తుంది కాబట్టి. ఓ నాలుగైదు రోజుల లోపు మీ వైద్యుడిని సంప్రదించి మధుమేహ టాబ్లెట్ మోతాదు తగ్గించుకోవచ్చు. గర్భిణీ స్త్రీలు వైద్యుని సలహా మేరకు వాడాలి.

ఉపయోగం:

ఒకవేళ కరోనా వైరస్ మన శరీరంలోకి ప్రవేశిస్తే అది మొదటి మూడు రోజులలో విపరీతంగా వృద్ధి చెందుతుంది.

మనకు వ్యాధి లక్షణం తెలిసేటప్పటికే అది మన శరీరంలో వృద్ధి చెందుతుంది. యాంటిజెన్ టెస్ట్ అని RTPCR టెస్ట్ అని, ఆయా టెస్టుల రిపోర్టులు వచ్చే లోపల వైరస్ తన పని తాను కానిచ్చేస్తుంది.

రెమ్డిసివిర్ ఇంజెక్షయిన్ 3 రోజుల లోపు చేయించుకుంటే ఉపయోగం. హాస్పిటల్ లో చేరి చేయించుకోవాలి. ఇంజక్షన్ బ్లాక్ లో కొనుక్కోవాలి, చాలా ఖర్చుతో కూడుకున్న పని.

ఈ మెంతి నీరు రెమ్డిసివిర్ ఇంజెక్షయిన్ కంటే మిన్నగా కరోనా వైరస్ మన శరీరంలో వృద్ధి కాకుండా నిరోధిస్తుంది. రోగికి పెను ప్రమాదం సంభవించకుండా కాపాడుతుంది. నువ్వులు, అవిసెలు కూడా తీసుకుంటే హాస్పిటల్ లో చేరాల్సిన అవసరం లేదు. వైరస్ కట్టడిలో ఎటువంటి దుష్ఫలితాలు లేవు. దీర్ఘకాలం సేవించవచ్చు.

2. **నువ్వులు**. ప్రతిరోజూ 30 గ్రాముల నువ్వులు పచ్చివి తీసుకోవాలి. ఉదయం 15 గ్రాములు, సాయంత్రం 15 గ్రాముల చొప్పున తీసుకోవాలి. బెల్లంతో కలిపి ఉండలుగా చేసుకొని తీసుకోవచ్చు. మధుమేహం ఉన్నవారు బెల్లం తినరాదు.

3. **అవిసె గింజలు**. ప్రతిరోజూ 20 గ్రాముల అవిసె గింజలు తీసుకోవాలి. ఉదయం 10 గ్రాములు, సాయంత్రం 10 గ్రాముల చొప్పున తీసుకోవాలి. బెల్లంతో కలిపి ఉండలుగా చేసుకొని తీసుకోవచ్చు. పౌడర్ చేసుకొని నీటిలో కలుపుకొని త్రాగవచ్చు. మధుమేహం ఉన్నవారు బెల్లం తినరాదు.

4. **బాదం పప్పులు**. 8 బాదం పప్పులు రాత్రిపూట నానబెట్టి ఉదయం తీసుకోవాలి. బాదం పప్పు పైన వుండే తోలు ఒలిచి తీసుకోవాలి. ఆ నీటిని త్రాగ వద్దు.

5. **వాల్నట్ పప్పులు**. 5 వాల్నట్ పప్పులు ప్రతిరోజూ ఉదయం తీసుకోవాలి.

6. స్తోమత ఉంటే సేజ్ టీ ఆకులు, గ్రీన్ టీ ఆకులు, హైబిస్కస్, చమోమిలే మరియు Quercetin విత్ Bromelain తెప్పించుకొని క్రింద పేర్కొనబడిన విధంగా సేవించాలి: -

సేజ్ టీ:

సేజ్ టీ 250 మి. లీ. ఉదయం, సాయంత్రం ఒక కప్పు.

ఒక కప్పున్నర 250 మి. లీ. నీటిని బాగా వేడి చేసుకొని, స్టవ్ ఆపేసి, గ్లాసులో పోసుకొని ½ స్పూన్ సేజ్ టీ ఆకులను వేసి మూత పెట్టి 4 నిమిషాలు ఉంచి బాగా కలియ తిప్పుకొని తర్వాత వడ కట్టుకొని త్రాగాలి. ఇదే విధంగా సాయంత్రం కూడా తాగాలి.

గ్రీన్ టీ:

ఒక కప్పున్నర 250 మి. లీ. నీటిని బాగా వేడి చేసుకొని, స్టవ్ ఆపేసి, గ్లాసులో పోసుకొని ½ స్పూన్ గ్రీన్ టీ, హైబిస్కస్, చమోమిలే వేసి మూత పెట్టి 4 నిమిషాలు ఉంచి బాగా కలియ తిప్పుకొని తర్వాత వడ కట్టుకొని త్రాగాలి. ఇదే విధంగా సాయంత్రం కూడా తాగాలి.

ఈ విధంగా ఒక రోజు సేజ్ టీ మరుసటి రోజు గ్రీన్ టీ + హైబిస్కస్ + చమోమిలే కలిసిన టీ సేవించండి.

సేజ్ టీ, గ్రీన్ టీ ఆకులు, హైబిస్కస్, చమోమిలే ఆన్లైన్లో ఆర్డర్ చేసుకొని తెప్పించుకోవాలి.

Quercetin విత్ Bromelain :

క్వెర్సెటిన్ అత్యంత సమృద్ధిగా ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్. ఫ్రీ రాడికల్స్‌తో పోరాడుతోంది. క్వెర్సెటిన్ యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. మంటను తగ్గిస్తుంది. క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. నాడీ వ్యాధులను నివారిస్తుంది. అలెర్జీ లక్షణాల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అంటువ్యాధులను నివారిస్తుంది. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్నితగ్గిస్తుంది. అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. ఇది సాధారణంగా ఎటువంటి దుష్ప్రభావాలు లేకుండా సురక్షితంగా పనిచేస్తుంది. హైపర్ టెన్షన్ ఉన్నవారు మీ డాక్టర్ గారిని కలసి మీ డోసు సరిచేసుకోగలరు.

వైరస్ సోకకుండా ముందు జాగ్రత్త చర్యగా Quercetin విత్ Bromelain 500 mg ఒక క్యాప్సూల్ సాయంత్రం పూట వేసుకుంటే సరిపోతుంది.

గమనిక: స్తోమత గలవారికిమాత్రమే.

Note: మెంతులు నానబెట్టిన నీరు (మెంతులతో సహా) తప్పనిసరిగా రోజూ ఉదయం, సాయంత్రం త్రాగాలి. నువ్వులు, అవిసెలు, బాదం పప్పు, వాల్నట్ తీసుకోవాలి.

Category 2 - కరోనా వచ్చిన వ్యక్తితో పొరపాటున కలిస్తే తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు.

1. **Category 1** కరోనా రాకుండా తీసుకోవాల్సిన ముందు జాగ్రత్తలలో చెప్పిన వన్నీ అనుసరించాలి.

2. **Bromhexine Elixir** సిరప్ 6 రోజులపాటు క్రింద చెప్పిన విధంగా వాడండి.

   కరోనా పేషెంట్ ని కలిసాననో లేక దగ్గు వస్తున్నా లేక కరోనా లక్షణాలు అనుమానించినా, ఇటువంటి విధమైన ఆందోళన మనసులో కలిగినప్పుడు వాడవచ్చు.

   కరోనా నిర్ధారణ అయ్యాక అయితే తప్పనిసరిగా వాడాలి.

   ఈ మందు ఊపిరి తిత్తులను కరోనా వైరస్ నుండి కాపాడుతుంది, రక్షణ కల్పిస్తుంది.

   బ్రోమ్హెక్సయిన్ అనేది మందు పేరు. ఇతర కాంబినేషన్ లతో కూడినది వాడరాదు.

   Ipca ల్యాబ్ ది దొరకకపోతే వేరే ల్యాబ్ దైనా వాడవచ్చు. కానీ కేవలం బ్రోమ్హెక్సయిన్ మాత్రమే అయి ఉండాలి.

Syrup Dosage:

2 సంవత్సరాల వరకు పసి పిల్లలకు అవసరం లేదు.

2 - 5 సంవత్సరాలు - 2.5 ml ఉదయము, సాయంత్రము.

5 - 14 సంవత్సరాలు - 2.5 ml ఉదయము ఒకసారి, 11 గంటలకు ఒకసారి, మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు ఒకసారి, రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఒకసారి.

14 సంవత్సరాలు పైబడిన వారు - 5 ml ఉదయము ఒకసారి, 11 గంటలకు ఒకసారి, మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు ఒకసారి, రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఒకసారి.

సిరప్ దొరకనప్పుడు బిళ్ళలు దొరుకుతాయి. బిళ్ళలయితే Dosage:

2 సంవత్సరాల వరకు పసి పిల్లలకు అవసరం లేదు.

2 - 5 సంవత్సరాలు - 2 mg ఉదయము, సాయంత్రము.

5 - 14 సంవత్సరాలు - 2 mg ఉదయము ఒకసారి, 11 గంటలకు ఒకసారి, మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు ఒకసారి, రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఒకసారి.

14 సంవత్సరాలు పైబడిన వారు - 4 mg ఉదయము ఒకసారి, 11 గంటలకు ఒకసారి, మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు ఒకసారి, రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఒకసారి.

ఇది కేవలం కరోనా వైద్యం కోసం మాత్రమే.

దీర్ఘకాలికంగా ఊపిరి తిత్తుల సమస్యతో బాధ పడేవారు మీ వైద్యుని సంప్రదించగలరు.

Bromhexine Elixir ఆన్లైన్లో Pharmeasy App లేక 1 mg App ద్వారా ఆర్డర్ చేసుకొని తెప్పించుకోవాలి. ఇంకా చాలా Appలు వున్నాయి.

CBP, CRP, యాంటిజెన్ లేక RTPCR టెస్ట్ చేయించుకోండి.

Category 3 - కరోనా నిర్ధారణ అయితే తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు.

Mild cases

1. **Category 1** లో చెప్పిన జాగ్రత్తలు అన్నీ తూచా తప్పకుండా పాటించాలి.

2. **Category 2** లో చెప్పిన విధంగా **Bromhexine Elixir** సిరప్ గాని టాబ్లెట్స్ గాని తప్పనిసరిగా వేసుకోవాలి.

3. **Beplex Forte** - ఉదయం, సాయంత్రం ఒక టాబ్లెట్ చొప్పున వేసుకోండి. ఒకవేళ మీ మూత్రం పసుపు రంగులో వస్తే మీ దేహంలో విటమిన్లు ఎక్కువ అయ్యాయి అని అర్థం కనుక ఆ తర్వాత నుండి రోజుకి ఒక్క టాబ్లెట్ ఉదయం మాత్రమే వేసుకోండి. మీకు నెగిటివ్ వచ్చేవరకు వాడండి.

4. **Nurokind Plus RF** - సాయంత్రం ఒక టాబ్లెట్ చొప్పున వేసుకోండి. 10 రోజులు వేసుకోండి.

5. **Levocitrazine** - మీ ముక్కుల నుండి నీరు బాగా కారుతున్నప్పుడు మాత్రమే వాడాలి. ఉదయం, సాయంత్రం ఒక టాబ్లెట్ ప్రకారం మూడు రోజులు వేసుకోవాలి.

6. **Acetylcysteine** - ఎసిటైల్ సిస్టైన్ అనేది మందు పేరు. రెండు రకాలుగా ఉపలబ్ధమవుతుంది. ఒకటి ఎఫేర్వెసెంట్ అనగా నీటిలో కరిగించుకొని తాగేందుకు. రెండవది సాధారణ టాబ్లెట్ మామూలుగా తీసుకొనేది. ఈ మందు రకరకాల ఫార్మా కంపెనీల ద్వారా లభ్యమవుతుంది e.g., Mucinac, Mycoend, Lumenac…etc. కరోనా వైరస్ సోకింది అని నిర్ధారణ అయ్యాక, ఉదయం మరియు సాయంత్రం, ఎసిటైల్ సిస్టైన్ 600 mg ఎఫేర్వెసెంట్ టాబ్లెట్ ఒకటి 100 ml నీటిలో కరిగించుకొని ఆ నీటిని తాగాలి. సాధారణ టాబ్లెట్ అయితే నోటి ద్వారా వేసుకోవాలి. ఇలా 10 రోజులపాటు ఈ మందు వాడాలి. ఇది మన ఊపిరితిత్తులు మరియు శ్వాసకోశ నాళాలలో చేరినటువంటి శ్లేష్మమును కరిగించి బయటికి పంపుతుంది.

7. **Dolo 650** - జ్వరం 99.5 F కంటే ఎక్కువగా వస్తుంటే మాత్రమే వాడాలి. ప్రతి ఆరు గంటలకు ఒక టాబ్లెట్ వాడవచ్చు. వొళ్ళు నొప్పులకు, తలనొప్పికి వాడరాదు. సాధ్యమైనంత వరకు సహజ పద్ధతిలో తడి బట్ట ద్వారా టెంపరేచర్ కంట్రోల్ చేసుకోవచ్చు.

8. **Furin Inhibitor - Oroxylum Indicum Tablets** - ఇవి 500 mg టాబ్లెట్స్ దొరుకుతాయి. ఉదయం, సాయంత్రం ఒకటి చొప్పున వేసుకోవాలి. భారత్ **Shyonak/Sona Patta** అమెజాన్ లో లభ్యం అవుతుంది. టాబ్లెట్ దొరకని పక్షంలో **Shyonak Bark Powder** రూపంలో దొరుకుతుంది. **Powder**

వాడేటట్లయితే ఉదయం, సాయంత్రం ఒక స్పూన్ పొడి మంచి నీటిలో కలుపుకొని త్రాగాలి.

ఈ టాబ్లెట్ ఆన్లైన్లో ఆర్డర్ పెట్టి వచ్చేటప్పటికి ఆలస్యమవుతుంది కాబట్టి మీరు వెంటనే దానిమ్మ పండు జ్యూస్ తీసుకోండి.

9. **దానిమ్మ పండు జ్యూస్** - Pomegranate

Punicalin TMPRSS2 inhiibitor "Elergic acid - RdRp inhibitor"

మన శరీరం లోకి ప్రవేశించిన కరోనా వైరస్ కట్టడిలో దానిమ్మ పండు చాలా చక్కని పనితీరు కనబరిచింది.

కరోనా అని నిర్ధారణ అయ్యాక, దానిమ్మ పండ్లను కొనుక్కొని ఇంట్లో పెట్టుకోండి.
ఒక వ్యక్తికి రోజుకి 3 చొప్పున 15 రోజులపాటు తీసుకోవాలి.

ఉదయము, మధ్యాహ్నం, రాత్రి ఒక గ్లాసు జ్యూస్ తీసుకోవాలి.

జ్యూస్ చేసుకొనే విధానము:

ఒక దానిమ్మ పండును తీసుకొని శుభ్రంగా మంచి నీటితో కడుగుకోవాలి.

పైన క్రింద ముచ్చు తొలగించి, పండును నాలుగు ముక్కలుగా కోసుకోవాలి.

పండు లోపల అంతా బాగుందేమోనని చూసి, ఆ నాలుగు దానిమ్మ పండు ముక్కలను తొక్కలతో సహా (ఆసాంతం) మిక్సీలో వేసి సగం గ్లాసు మంచి నీరు పోసి మెత్తగా మిక్సీ పట్టాలి. ఎట్టి పరిస్థితులలో తొక్క తీసివేయకూడదు.

ఆ మెత్తటి జ్యూస్ ను చక్కగా వడకట్టి వ్యాధిగ్రస్తునికి ఇవ్వాలి.

జ్యూస్ వగరుగా ఉంటే కొంచెం తేనే వేసుకోవచ్చు. మధుమేహం వున్న వారు తేనే వాడరాదు.

ప్రతిరోజూ తప్పనిసరిగా 3 సార్లు అనగా ఉదయము, మధ్యాహ్నం, రాత్రి ఒక గ్లాసు జ్యూస్ తీసుకోవాలి.

10. **కలోంజీ - Nagella Sativa - Black Cumin**. ఇలా పిలుచుకునే ఈ గింజలు నల్లగా ఉంటాయి.

ఈ గింజలు మన శరీరం లోకి ప్రవేశించిన కరోనా వైరస్ ని కట్టడి చేయడంలో చాలా బాగా పనితీరు కనబరచాయి. సైంటిఫిక్ గా నిరూపితమైనది. https://youtu.be/SOwa-EOohl

కరోనా అని నిర్ధారణ అయ్యాక, ఒక స్పూన్ గింజలు పొడి చేసుకొని గ్లాసు నీటిలో తేనెతో కలిపి ఉదయము, మధ్యాహ్నము, రాత్రి తీసుకోవాలి. మధుమేహం ఉన్నవారు తేనె లేకుండా మంచి నీటిలో వేసుకుని తీసుకోవాలి. వడకట్టకుండా తాగేయండి.

ఈ గింజలు వేడి చేస్తాయి కనుక సబ్జా గింజలు ఒక గ్లాసు నీటిలో వేసుకుని తీసుకోవాలి. మీకు నెగెటివ్ రిపోర్టు వచ్చే వరకు వాడొచ్చు.

ఈ గింజలు మన వంటకాలలో కూడా వాడతారు. పచారీ కొట్టులలో దొరుకుతాయి. అమెజాన్ లో నైనా దొరుకుతాయి.

11. **వెల్లుల్లి – Garlic**. ఇది ఒక సంజీవని ఔషధం. IFN గామా, న్యూట్రోఫిల్స్ ను అణగదొక్కుతుంది. IFN ఆల్ఫా, బీటా మరియు లింఫోసైట్స్ ను ప్రేరేపిస్తుంది.

కరోనా అని నిర్ధారణ అయ్యాక, మన ప్రోటోకాల్ ప్రకారం మందులు వాడుతూ ఆరవరోజు నుండి వెల్లులి చికిత్స మొదలు పెట్టాలి.

చికిత్స విధానం:

వెల్లుల్లి పాయ నుండి ఒక మంచి రెబ్బ తీసుకుని (మరీ చిన్నది, మరీ పెద్దది కాకుండా మధ్యస్తంగా ఉండాలి), దాని పైన ఉన్న పొట్టు శుభ్రంగా తీసివేయాలి.

పొట్టు శుభ్రంగా తీసివేసిన ఈ పచ్చివెల్లుల్లి రెబ్బ ని నోటిలో దంతాల క్రింద పెట్టుకొని కొద్దిగా కొరకాలి. ఇలా కొరికి నప్పుడు వెల్లుల్లిలో వుండే అలీనీన్ బయటకి వస్తుంది. ఇది ఘాటుగా ఉండడం వలన వెంటనే మన నోటిలో లాలాజలం స్రవిస్తుంది. పచ్చి వెల్లుల్లి నుండి వచ్చిన అలీనీన్ మన లాలాజలంలో వుండే ట్రిప్సిన్ తో కలసి అలిసీన్ గా మారుతుంది.

ఈ అలిసీన్ మనం మింగడం వలన, ఒక అద్భుతమైన విధంగా మన రక్తంలోని ఇంటర్ఫెరాన్ గామా, న్యూట్రోఫిల్స్ ను అణగదొక్కుతుంది అదేవిధంగా ఇంటర్ఫెరాన్ ఆల్ఫా, బీటా మరియు లింఫోసైట్స్ ను ప్రేరేపిస్తుంది. ఒక్క దెబ్బకు రెండు పిట్టలు అన్నట్టు ఒకేసారి వైరస్ వలన ఉత్పన్నమైన వాటిని నియంత్రిస్తుంది, వైరస్ పై కూడా దాడి చేసి సంహరిస్తుంది.

ఈ విధంగా ఒక పచ్చి వెల్లుల్లి రెబ్బను రెండు గంటలపాటు నోటిలో ఉంచుకొని ఆరగా, ఆరగా కొరుకుతూ చప్పరించాలి.

ఇలా ఒక రోజుకి 6 పచ్చి వెల్లుల్లి రెబ్బలను కొరుకుతూ చప్పరించాలి. 6 వ రోజు నుండి 5 రోజులపాటు ఇలా చేయాలి. దీనికి మరే విధమైన ప్రత్యామ్నాయం లేదు. ఖచ్చితంగా పాటించాల్సిందే.

వ్యాధిగ్రస్తుడికి కృత్రిమ ఆక్సిజన్ అవసరం రాకుండా కాపాడుతుంది. వైరస్ ని సంహరిస్తుంది.

12. **Quercetin విత్ Bromelain** - క్వెర్సెటిన్ అత్యంత సమృద్ధిగా ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్. ఫ్రీ రాడికల్స్‌తో పోరాడుతోంది. క్వెర్సెటిన్ యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. మంటను తగ్గిస్తుంది. క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. నాడీ వ్యాధులను నివారిస్తుంది. అలెర్జీ లక్షణాల నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అంటువ్యాధులను నివారిస్తుంది. గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్నితగ్గిస్తుంది. అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. ఇది సాధారణంగా ఎటువంటి దుష్ప్రభావాలు లేకుండా సురక్షితంగా పనిచేస్తుంది. హైపర్ టెన్షన్ ఉన్నవారు మీ డాక్టర్ గారిని కలసి మీ డోసు సరిచేసుకోగలరు.

వైరస్ సంక్రమణ నిర్ధారణ అయ్యాక **Quercetin విత్ Bromelain 500 mg** ఒక క్యాప్సూల్ ఉదయం, సాయంత్రం వేసుకుంటే సరిపోతుంది.

Quercetin, Bromelain విడివిడిగా కూడా దొరుకుతాయి. **Bromelain** అనేది వాహకం మాత్రమే. వాటి రేటు దృష్ట్యా మీరు విచక్షణ ఉపయోగించి కొనుగోలు చేసుకోగలరు.

గమనిక: స్తోమత గలవారికిమాత్రమే.

13. **అశ్వగంధ** - పురాతన ఔషధ మూలిక. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించగలదు. కార్టిసాల్ స్థాయిలను తగ్గించగలదు.ఒత్తిడి మరియు ఆందోళన తగ్గించడానికి సహాయపడుతుంది. నిరాశ, నిస్పృహ లక్షణాలను తగ్గిస్తుంది. టెస్టోస్టెరాన్ పెంచవచ్చు మరియు పురుషులలో సంతానోత్పత్తిని పెంచుతుంది. కండర ద్రవ్యరాశి మరియు బలాన్ని పెంచుతుంది.

అశ్వగంధ **250 mg** టాబ్లెట్ ఒకటి ఉదయం, సాయంత్రం వేసుకుంటే సరిపోతుంది.

14. **గ్లైసిన్ సప్లిమెంట్స్** - వాసన పోయిన వారికి త్వరగా వాసన రావడానికి సహాయపడుతుంది. నిద్ర నాణ్యతను మెరుగు పరచవచ్చు. ఆల్కహాల్-ప్రేరిత నష్టం నుండి మీ కాలేయాన్ని రక్షిస్తుంది. మీ హృదయాన్ని రక్షిస్తుంది. టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి సహాయకారి. కండరాల నష్టానికి వ్యతిరేకంగా రక్షిస్తుంది.

గ్లైసిన్ సప్లిమెంట్స్ **125 mg** ప్రతిరోజూ **6 AM, 11 AM, 4 PM, 9 PM** తీసుకోవాలి.

5. నెగిటివ్ వచ్చే వరకు మాంసాహారం, గుడ్లు నిషిద్ధం. కరోనా లక్షణాలు ఉన్నప్పుడు మాంసాహారం తినడం వలన లివర్, హార్ట్, కిడ్నీ మరియు లంగ్స్ మీద ఎక్కువ భారం పడుతుంది. తద్వారా వ్యాధి ముదిరి తీవ్రమైన పరిస్థితులు ఉత్పన్నమయ్యే అవకాశాలు మెండుగా ఉన్నాయి.

Category 4 - Severe Cases - తీవ్రంగా కరోనా బారిన పడ్డ వారు.

1. ఈ క్రింద తెలుపబడిన వాటిలో ఏ ఒక్క లక్షణం కనిపించినా **Severe Case** గా పరిగణించాలి.

    ఆక్సిజన్ saturation 85% కంటే తక్కువ.
    CT Scan Co - Rad వాల్యూ 4 లేదా 5.
    CRP 10 కంటే ఎక్కువ.
    NLR - 3.5 కంటే ఎక్కువ.

2. **Category 3** లో చెప్పిన విధంగా అన్ని మందులు సమయం ప్రకారం తీసుకుంటూ. చెప్పిన జాగ్రత్తలు అన్నీ తూచా తప్పకుండా పాటిస్తూ, మల్లిక్ గారిని సంప్రదించండి.

3. టెస్ట్ రిపోర్టులు "Covid-21 testreports" అనే Telegram Groupలో పెట్టండి. డాక్టర్లు వెంటనే సలహా ఇస్తారు.

"మనో నిబ్బరం పాటించండి, ధైర్యాన్ని కోల్పోవద్దు."

Note: యాంటీబయటిక్స్, స్టెరాయిడ్స్ వాడకం నిషిద్ధం. ఇవి వాడటం అంటే మన రోగనిరోధక వ్యవస్థను మనమే నిర్వీర్యం చేస్తున్నట్లు గుర్తించాలి.

కరోనాకు ఇప్పటి వరకు సరి అయిన మందు రాలేదు. అందుబాటులో ఉన్న మందులతో డాక్టర్లు వైద్యం చేస్తున్నారు.

టీకా కరోనా సోకకుండా ఆపలేదు. రెండు విడతల టీకా వేసుకున్నాక కూడా చనిపోయిన డాక్టర్లు ఉన్నారు.

శుభ్రంగా ఉండడం, పరిసరాలను శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం, ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోవడం ముఖ్యం. అనవసరంగా బజారులలో తిరగడం, బాతాఖానీ పెట్టడం, సభలు సమావేశాలకు వెళ్ళడం మానండి.

చెప్పిన మందులు దొరకనప్పుడు వెతకండి. కంపెనీ మారినా, మందు మారకూడదు, కాంబినేషన్ పనికిరాదు. శ్రమ అయినా మందుల కోసం ఆన్లైన్లో వెతకండి, డ్రగ్గిస్ట్ ను సంప్రదించండి.

COVID TREATMENT PROTOCOL

COVID-19 PRECAUTIONS

1. **Bromhexine elixir syrup** (TMPRSS2 inhibitor) (1-1-1-1)
2. **Beplex forte** (0-0-1)
3. **Mucinac 600mg** (1-0-1)
4. **Levocitrazine**
5. **Nurokind plus RF** (0-0-1)
6. **Dolo 650**
7. **Goutnil 0.5mg** (Saturation below 95%) (1-0-1)
8. **Dexona 0.5mg** (Saturation below 85%)
9. **Avil 25mg** (If esanophils above 5%)

HERBAL EXTRACT:

1. **Aswagandha 500mg** (Stress relief , Cortisol inhibitor)
2. **Oroxylum indicum extract 1000mg**

   Oroxylin A - Furin inhibitor

   Baicalin -3CLPro inhibitor

   Baicalein - 3CLPro inhibitor
3. **Avisalu -20gms minimum** (Herbacetein- PLPro inhibitor)
4. **Fenugreek (Menthulu) extract 2000mg** (Fenugreekin- RdRp inhibitor)
5. **Promogranate Peel extract 500mg** (Punicalin - TMPRSS2 inhibitor, Elagic acid - RdRp inhibitor)
6. **Licorice extract 100mg** (Glycyrrhizin- 3Clpro, Plpro, RdRp inhibitor)
7. **Nigella sativa (kalonji seeds)** 5gm (Nigellin - Antiviral)
8. **Raw Garlic (Allicin)**

   IFN Gamma, Neutrophils suppressor

   IFN Alpha, beta and lymphocytes inducer

   Use only 6th day onwards when your NLR high

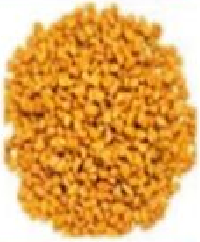
***TMPRSS2, FURIN Inhibitors blocks virus cell entry**

****RdRp, Mpto- 3CLpro, Plpro Stops virus replicationt**

కరోన (covid) రాకుండ ముందు జాగ్రత్తలు

కొవిడ్ సోకింది అని అనుమానం వచ్చిన లేదా, కోవిడ్ వచ్చిన వ్యక్తిని కలిసినా ఈ క్రింది వాటిని వాడండి

మెంతులు / Fenugreek (RdRp inhibitor)



ఒక చెంచా మెంతులను ఒక గ్లాసు నీటిలో రాత్రి నానపెట్టండి 10-12 గంటలు నానాలి. నానబెట్టిన మెంతులతో సహా ఈ నీటిని త్రాగాలి. ఇలా రోజుకు రెండు సార్లు ప్రొద్దున మరియు రాత్రి తీసుకోవాలి. ఇది రోజు వాడటం వలన ఎలాంటి ఇబ్బంది వుండదు.

బ్రోంహెక్సిన్ సిరప్ (Bromhexine syrup)

కొవిడ్ సోకింది అని అనుమానం వచ్చిన లేదా, కోవిడ్ వచ్చిన వ్యక్తిని కలిసినా Bromhexine (బ్రోంహెక్సిన్ సిరప్) రోజుకు నాలుగు సార్లు 5మిలీ (5ml) చొప్పున తీసుకోండి అలా 10 రోజుల వరకు వాడండి. డాక్టర్ సలహా మీద మాత్రమే వాడాలి.

కలోంజి గింజలు (Nigella Sativa - Anti viral)

RTPCR కాని ANTIGEN టెస్ట్ తర్వాత మీకు కొవిడ్ సోకింది అని నిర్ధారణ అయ్యాక, కలోంజి (Kalonji) గింజల పోడిని ఒక చెంచా మోతాదులో రోజుకు రెండు సార్లు నీటిలో కలుపుకోని త్రాగండి . (Sugar లేని వారు తేనెలో కలుపుకొని త్రాగవచ్చు)

దానిమ్మ (Promogranate peal extract) Punicalin TMPRSS2 inhibitor "Elagic acid - RdRp inhibitor

దానిమ్మ (promogranate) పండును తొక్కతో సహ మిక్సీలో వేసి ఒక్క చిన్న గ్లాసు నీటిని పోసి మిక్సీ పట్టిన తరువాత వడపట్టుకొని త్రాగండి. ఇలా రోజుకు 3 సార్లు త్రాగాలి. (ఉదయం, మధ్యాహ్నం, రాత్రి)

అమైనో ఆసిడ్స్

అమైనో ఆసిడ్స్ (amino acids) కరోన నుండి కోలుకోవడానికి మన శరీరానికి కావలసిన శక్తిని ఈ క్రింది వాటిని వాడడం వలన ప్రొందవచ్చు.

1. నువ్వులు - 30 గ్రాములు
2. అవిసలు (Flax Seeds) - 20 గ్రాములు
3. నానబెట్టిన బాదం పప్పులు (Almonds) - 8
4. వాల్‌నట్స్ - 4

అధిక్ ప్రోటీన్ గాని మాంసాహారం గాని త్రీసుకోకండి అధిక ప్రోటీన్ తీసుకోవడం వలన మన లివర్ (Liver), మూత్రపిండాలు (Kidneys), గుండె (Heart) మీద అధిక భారం పడుతుంది.

పండ్లు/ పండ్లరసాలు

కొవిడ్ టైంలో తీసుకోవలసినవి

దానిమ్మ (Promogranate) పైనాపిల్ (Pineapple)
కర్బూజ (Karbuja) ఆపిల్ (Apple)

కొవిడ్ టైంలో తీసుకోకూడని పండ్లు

అంగురాలు (Grapes) ఆరెంజ్ (Orange)

కోవిడ్ వచ్చిన వారు మంచి గాలి, వెలుతురు, ప్రశాంతమైన వాతావరణం లో నివశించటం ఆరోగ్యదాయకం

ఏవరికన్నా షుగర్ తగ్గినట్టు అనిపిస్తే ఒక స్పూన్ పంచదార నోట్లో వేసుకొండి తరువాత రోజు నుండి మెంతులు ఒకపూటే తినండి మీకు కరోనా ఉన్న లేకపోయినా రోజు మెంతులు తినవచ్చు చిన్న చిన్న కారణాలతో మెంతులు తినటం ఆపవద్దు

సంకలనం : మల్లిక్ పరుచూరి కోవిడ్-19 రీసర్చ్ సైంటిస్ట్

Follow us on YouTube f Mallik Paruchuri

మెంతులు

రోజు ఉదయము, సాయంత్రము 1 ½ స్పూన్ నీటిలో నానబెట్టి తీసుకోవాలి. రోజు మీకే ఒక సమయం ఎంచుకొని అదే సమయానికి రోజు తీసుకోండి.

రాత్రి పూట ఒక గ్లాసులో 1 ½ స్పూన్ మెంతులు వేసి సగం గ్లాసు వరకు మంచి నీటిని పోసి ఉదయము మెంతులతో సహా ఆ నీటిని త్రాగేసెయ్యాలి.

మరలా గ్లాసులో 1 ½ స్పూన్ మెంతులు వేసి సగం గ్లాసు వరకు మంచి నీటిని పోసి సాయంత్రం మెంతులతో సహా ఆ నీటిని త్రాగేసెయ్యాలి.

నానిన మెంతులు నమలవచ్చు లేక నీటితో పాటు మింగ వచ్చు.

పరగడుపునైనా లేక ఏదైనా తిన్న తరువాతైనా పర్వాలేదు.

మెంతి నీరు మధుమేహం వ్యాధిని నియంత్రిస్తుంది కాబట్టి, ఓ నాలుగైదు రోజుల లోపు మీ వైద్యుడుని సంప్రదించి మధుమేహ టాబ్లెట్ మోతాదు తగ్గించుకోవచ్చు.

గర్భిణీ స్త్రీలు వైద్యుని సలహా మేరకు వాడండి.

ఉపయోగం:

ఒకవేళ కరోనా వైరస్ మన శరీరం లోకి ప్రవేశిస్తే అది మొదటి మూడు రోజులలో విపరీతంగా వృద్ధి చెందుతుంది.

మనకు వ్యాధి లక్షణం తెలిసేటప్పటికే అది మన శరీరంలో వృద్ధి చెందుతుంది. యాంటిజెన్ టెస్ట్ అని RTPCR టెస్ట్ అని, ఆయా టెస్టుల రిపోర్టులు వచ్చే లోపల వైరస్ తన పని తాను కానిచ్చేస్తుంది.

రెండెసివిర్ ఇంజెక్షయిన్ 3 రోజుల లోపు వేయించుకుంటే ఉపయోగం. హాస్పిటల్ లో చేరి వేయించుకోవాలి. ఇంజక్షన్ బ్లాక్ లో కొనుక్కోవాలి, చాలా ఖర్చుతో కూడుకున్న పని.

ఈ మెంతి నీరు రెండెసివిర్ ఇంజెక్షయిన్ కంటే మిన్నగా కరోనా వైరస్ మన శరీరంలో వృద్ధి కాకుండా నిరోధిస్తుంది. రోగికి ఏమీ ప్రమాదం సంభవించకుండా కాపాడుతుంది. నువ్వులు, అవిసెలు, కలోంజీ గింజలు కూడా తీసుకుంటే హాస్పిటల్ లో చేరాల్సిన అవసరం లేదు.

వైరస్ కట్టడిలో ఎటువంటి దుష్పరిణామాలు లేవు. దీర్ఘకాలం సేవించవచ్చు.

Bromhexine Elixir

కరోనా పేషెంట్స్ కలిసినవే లేక దగ్గు వస్తున్నా లేక కరోనా లక్షణాలు అనుమానించినా, ఇటువంటి విధమైన ఆందోళన మనసులో కలిగినప్పుడు వాడవచ్చు.

కరోనా నిర్ధారణ అయ్యాక తప్పనిసరిగా వాడాలి. ఈ మందు ఊపిరి తిత్తులను కరోనా వైరస్ నుండి కాపాడుతుంది, రక్షణ కల్పిస్తుంది.

బ్రోమ్హెక్సయిన్ అనేది మందు పేరు. ఇతర కాంబినేషన్ లతో కూడినది వాడరాదు. కేవలం బ్రోమ్హెక్సయిన్ మాత్రమే అయి ఉండాలి.

Syrup Dosage:

2 సంవత్సరాల వరకు పసి పిల్లలకు అవసరం లేదు.

2 - 5 సంవత్సరాలు - 2.5 ml ఉదయము, సాయంత్రము.

5 - 14 సంవత్సరాలు - 2.5 ml ఉదయము ఒకసారి, 11 గంటలకు ఒకసారి, మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు ఒకసారి, రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఒకసారి.

14 సంవత్సరాలు పైబడిన వారు - 5 ml ఉదయము ఒకసారి, 11 గంటలకు ఒకసారి, మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు ఒకసారి, రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఒకసారి.

సిరప్ దొరకనప్పుడు బిళ్ళలు దొరుకుతాయి. బిళ్ళలయితే Dosage:

2 సంవత్సరాల వరకు పసి పిల్లలకు అవసరం లేదు.

2 - 5 సంవత్సరాలు - 2 mg ఉదయము, సాయంత్రము.

5 - 14 సంవత్సరాలు - 2 mg ఉదయము ఒకసారి, 11 గంటలకు ఒకసారి, మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు ఒకసారి, రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఒకసారి.

14 సంవత్సరాలు పైబడిన వారు - 4 mg ఉదయము ఒకసారి, 11 గంటలకు ఒకసారి, మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు ఒకసారి, రాత్రి పడుకోబోయేముందు ఒకసారి.

ఇది కేవలం కరోనా వైద్యం కోసం మాత్రమే. దీర్ఘకాలికంగా ఊపిరి తిత్తుల సమస్యతో బాధ పడేవారు మీ వైద్యుని సంప్రదించగలరు.

కలోంజి - Nagella Sativa - Black Cumin ఇలా పిలుచుకునే ఈ గింజలు నల్లగా ఉంటాయి.

ఈ గింజలు మన శరీరం లోకి ప్రవేశించిన కరోనా వైరస్ ని కట్టడి చేయడంలో చాలా బాగా పనితీరు కనబరచాయి. సైంటిఫిక్ గా నిరూపితమైనది. https://youtu.be/SOwa-EOohl

కరోనా అని నిర్ధారణ అయ్యాక, ఒక స్పూన్ గింజలు పొడి చేసుకొని గ్లాసు నీటిలో తేనెతో కలిపి ఉదయము, మధ్యాహ్నము, రాత్రి తీసుకోవాలి. మధుమేహం వున్న వారు తేనెలేకుండా మంచి నీటిలో వేసుకొని తీసుకోవాలి.

ఈ గింజలు వేడి చేస్తాయి కనుక సబ్జా గింజలు ఒక గ్లాసు నీటిలో వేసుకొని తీసుకోవాలి.

మీకు నెగెటివ్ రిపోర్ట్ వచ్చే వరకు వాడొచ్చు.

ఈ గింజలు మన వంటకాలలో కూడా వాడుతారు. పచారీ కొట్టులలో దొరుకుతాయి. అమెజాన్ లో నైనా దొరుకుతాయి.

దానిమ్మ పండు జ్యూస్ - Pomogranate

Punicalin TMPRSS2 inhiibitor "Elergic acid - RdRp inhibitor"

మన శరీరం లోకి ప్రవేశించిన కరోనా వైరస్ కట్టడిలో దానిమ్మ పండు చాలా చక్కని పనితీరు కనబరిచింది.

కరోనా అని నిర్ధారణ అయ్యాక, దానిమ్మ పండ్లను కొనుక్కొని ఇంట్లో పెట్టుకోండి.

ఒక వ్యక్తికి రోజుకి 3 చొప్పున 15 రోజులపాటు తీసుకోవాలి.

ఉదయము, మధ్యాహ్నం, రాత్రి ఒక గ్లాసు జ్యూస్ తీసుకోవాలి.

జ్యూస్ చేసుకొనే విధానము:

ఒక దానిమ్మ పండును తీసుకొని శుభ్రంగా మంచి నీటితో కడుగుకోవాలి.
పైన క్రింద ముచ్చు తొలగించి, పండును నాలుగు ముక్కలుగా కోసుకోవాలి.
పండు లోపల అంతా బాగుందిమోనని చూసి, ఆ నాలుగు దానిమ్మ పండు ముక్కలను తొక్కలతో సహా (అసాంతం) మిక్సీలో వేసి సగం గ్లాసు మంచి నీరు పోసి మెత్తగా మిక్సీ పట్టాలి.
ఆ మెత్తటి జ్యూస్ ను చక్కగా వడకట్టి వ్యాధిగ్రస్తునికి ఇవ్వాలి.
ఎట్టి పరిస్థితులలో తొక్క తీసివేయకూడదు.
జ్యూస్ వగరుగా ఉంటే కొంచెం తేనె వేసుకోవచ్చు. మధుమేహం వున్న వారు తేనె వాడరాదు.
ప్రతిరోజు తప్పనిసరిగా 3 సార్లు అనగా ఉదయము, మధ్యాహ్నం, రాత్రి ఒక గ్లాసు జ్యూస్ తీసుకోవాలి.

చెప్పిన రీతిలో మెంతులు, కలోంజి గింజలు, నువ్వులు, అవిసెలు మరియు ఈ జ్యూస్ సేవించడం వలన కరోనా కట్టడిలో చాలా మంచి ఫలితాన్ని కనబరచాయి. హాస్పిటల్ కి వెళ్ళకుండా, ఆక్సిజన్ తో అవసరం లేకుండా ప్రాణాపాయం లేకుండా కరోనా నుండి చక్కగా కోలుకోవచ్చు.

ఇది కేవలం కరోనా వైద్యం కోసం మాత్రమే.

వెల్లుల్లి - Garlic

IFN గామా, న్యూట్రోఫిల్స్ ను అణగదొక్కుతుంది. IFN ఆల్ఫా, బీటా మరియు లింఫోసైట్స్ ను ప్రేరేపిస్తుంది.

కరోనా అని నిర్ధారణ అయ్యాక, మన ప్రోటోకాల్ ప్రకారం వెంటనే బ్రోమ్హెక్సయిన్ సిరప్, మెంతులు, నువ్వులు, అవిసెలు, Beplex Forte, న్యూరోకైండ్ ప్లస్ RF, Mucinac 600 మరియు ఇతర మందులు చెప్పబడిన విధంగా తీసుకోవడం మొదలు పెట్టాలి.

ధైర్యంగా మందులు వాడుతూ ఆరవరోజు నుండి వెల్లులి చికిత్స మొదలు పెట్టాలి.

చికిత్స విధానం:

వెల్లుల్లి పాయ నుండి ఒక మంచి రెబ్బ తీసుకుని (మరీ చిన్నది, మరీ పెద్దది కాకుండా మధ్యస్తంగా ఉండాలి), దాని పైన ఉన్న పొట్టు శుభ్రంగా తీసివేయాలి.

పొట్టు శుభ్రంగా తీసివేసిన ఈ పచ్చివెల్లుల్లి రెబ్బని నోటిలో దంతాల క్రింద పెట్టుకొని కొద్దిగా కొరకాలి. ఇలా కొరికి నప్పుడు వెల్లుల్లిలో వుండే అలిసిన్ బయటకి వస్తుంది. ఇది ఘాటుగా ఉండడం వలన వెంటనే మన నోటిలో లాలాజలం స్రవిస్తుంది. పచ్చి వెల్లుల్లి నుండి వచ్చిన అలిసిన్ మన లాలాజలంలో వుండే ట్రిప్సిన్ తో కలసి అలిసిన్ గా మారుతుంది.

ఈ అలిసిన్ మనం మింగడం వలన, ఒక అద్భుతమైన విధంగా మన రక్తంలోని ఇంటర్ఫెరాన్ గామా, న్యూట్రోఫిల్స్ ను అణగదొక్కుతుంది అదేవిధంగా ఇంటర్ఫెరాన్ ఆల్ఫా, బీటా మరియు లింఫోసైట్స్ ను ప్రేరేపిస్తుంది. ఒక్క రెబ్బకు రెండు పిట్టలు అన్నట్టు ఒకసారి వైరస్ వలన ఉత్పన్నమైన వాటిని నియంత్రిస్తుంది, వైరస్ పై కూడా దాడి చేసి సంహరిస్తుంది. ఇది ఒక సంజీవని ఔషధం.

ఈ విధంగా ఒక పచ్చి వెల్లుల్లి రెబ్బను రెండు గంటలపాటు నోటిలో ఉంచుకొని ఆరగా, ఆరగా కొరుకుతూ చప్పరించాలి.

ఇలా ఒక రోజుకి 6 పచ్చి వెల్లుల్లి రెబ్బలను కొరుకుతూ చప్పరించాలి. 6 వ రోజు నుండి 5 రోజులపాటు ఇలా చేయాలి. దీనికి మరే విధమైన ప్రత్యామ్నాయం లేదు. ఖచ్చితంగా పాటించాల్సింది.

ఇది కేవలం కరోనా వైద్యం కోసం మాత్రమే.

S. No	Medicine/ Supplement	Dosage	Comments
1	BromhexineElixir(IPCS Laboratories)	5 ml - 4 times a day	12 to 14 days i.e. entire duartion of symptomatic / Corona Period Bottle is of 100 ML and 1 affected person would need at least 2 bottles
2	300 mg - Oraxyllum Indicum	4 Tablets per Day (Shyonak/Sona patha)	Available on Amazon 12 to 14 days i.e. entire duration of symptomatic / Corona Period
3	RdRp Inhibitor - Remdesivir	With in 2 days of Symptons Identifacition - Best Benefit	Alternatively, with in 1 week of Sysmptoms identificaiton for 40% result: Little benefit if used in 2nd week of symptom identification
4	(1) Menthulu / Fenugreek (2)Aviselu / Flax Seeds (3)Nuvvulu / Sesame	Each of them - 2 times per day >> 2 tea Spoons per each time	Alternative to Remdesivir Acts as (RdRp Inhibitor) ** Menthulu - Over night soak - drink along with water **Aviselu - Powder / with water **Nuvvulu - powder/ with water Everyday for the entire symptomatic phase >> Acts as 3 CL pro Inhibiator - When taken with Honey
5	Mucinac 600 Mg	Anti Oxidant - Eliminate free Radicals	First 2 to 4 days of Symptoms -- 2 tablets per day
6	Beplax Forte	Vitamin Supplement	First few days - 2 tablets per day ///// After urine starts to show up Yellow - 1 tablet per day
7	Nurokind + RF	B12 Supplement	Specially for vegetarians
8	Pomegranate peal Extracts	3 times per day - 1 fruit along with peal in mixie	Most important - Have the peal along with the fruit ..... Alternatively start collecting the peal now dry in sun, make powder and save it for future use
9	Sage Tea	1 or 2 times per day	Boil in hot water and have the Liquid
10	Kalonji Seeds	Minimum of 3 times per day	Can be had with hot water or honey /// For Diabetics .... Only water
Special	Goutnil 0.5 mg	Only if needed	if Pulse oximeter shows the reading dropping by 2 points from average 2 tables per day - 1 in morning and 1 in evening
Special	Dexona 0.5 mg	Only if needed	(If pulse oximeter shows the reading dropping below 90 (a) 1 tablet immediately (b) if not controlled in a short while, 2 tablests immediately (c) if not under control >>> 4 tablets immediately *** Note : - If patient needs Dexona / Goutnil --- Start looking for Hospital immediately for oxygen
Steriods Use	Ulinastatin Injection	Only if needed 3 times per day	If doctors have started patient on steriods : - >> They have the negative effect of (a) Increasing Neutrophils (b) Reducing Lymphocytes >>Ulinastatin Injection manages the side effects caused by Steroids : This acts as Immuno Modulator *** Neutrophilis should be less than 70 ***Lymphocytes should be more than 20 ***NLR ration should be less than 6
Steriods Use	Alternative - Garlic Cloves	as per need	Usage : 6 to 7 garlic cloves per day ; At least for 3 days ; Should be used before steriods intake >> For each time ; put a garlic cove in mouth , keep taking small bites into it - Garlic releases "Interferon alpha " - acts very well against Corona
Special	Levocetirizine	as per need	Only If needed ; >>when Patient has extreme mucous discharge : Swelled up eyes and severe heavyness in head >>Else, mucous discharge is body's way of fighting corona virus
Special	Aswagandha	1 or 2 times per day -- 250 Mg	Only for Metal Stress / Panic reduction ; >>Stress extremely negartive and weakens human system
Special	Antibiotics	____	Antibiotics only if fever extends more than 6 days. From day 6 neutrophils are higher than 70% in CBP blood test.
Special	Dolo	____	Use only if temperatue is above 99.5 Degrees ; Over use will hurt the liver
Special	Glycine Supplements - 500 Mg	4 times per day	For those with "Smell Loss"

భయానికి మించిన రోగంలేదు.
ధైర్యానికి మించిన ఔషధం లేదు..