

Virus di Epstein-Barr

Sindrome da fatica cronica e fibromialgia

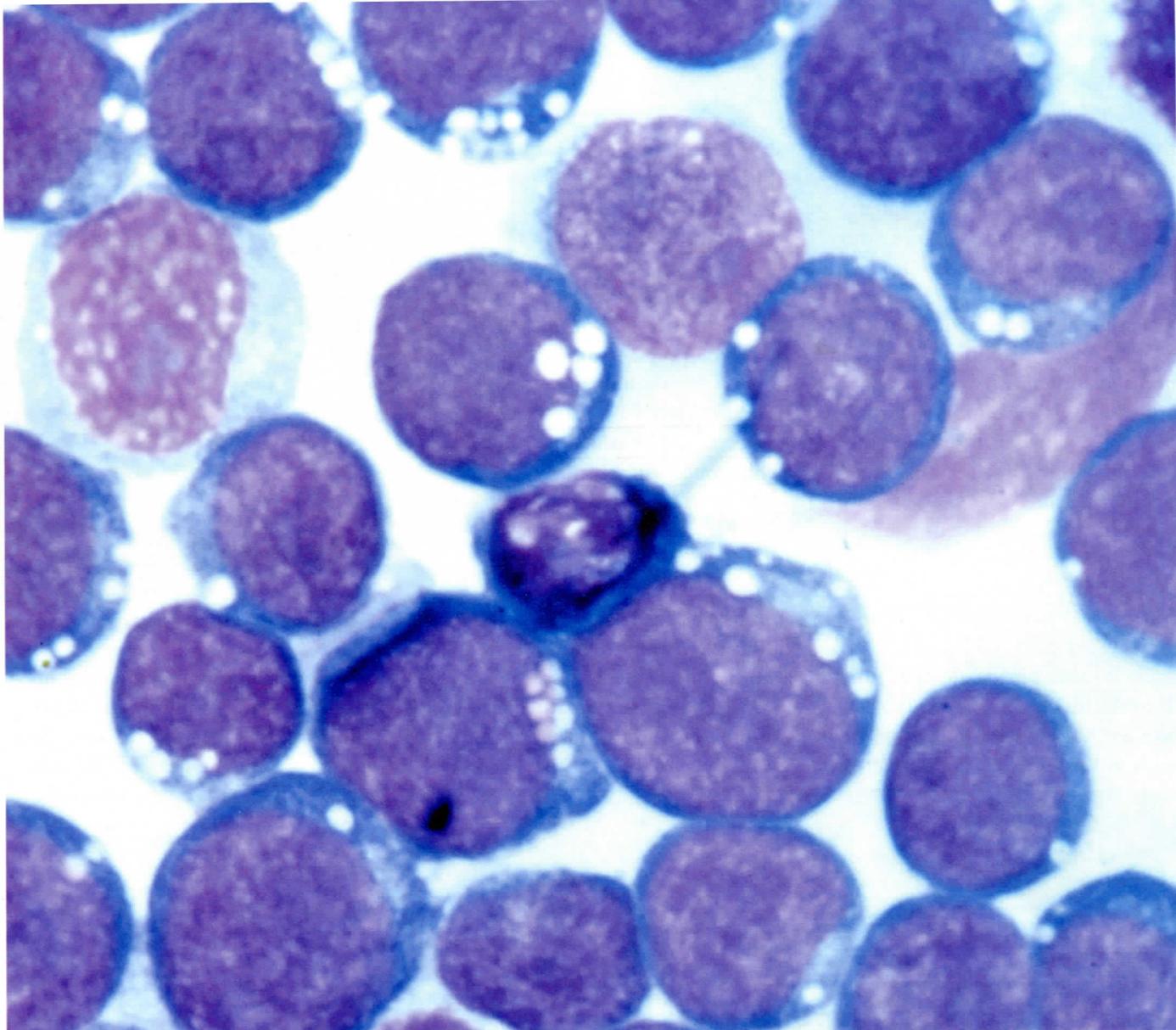
di **Anthony William**

© 2015-2016

Medium medico

Sin dalla prima infanzia, Anthony William è stato in comunicazione con uno spirito altamente evoluto che gli dà informazioni accurate sullo stato di salute delle persone. Autodefinitosi "medium medico", William ha dedicato gli ultimi 25 anni ad aiutare i suoi clienti a scoprire la causa profonda delle malattie non risolte e a ristabilire la buona salute con l'alimentazione naturale.

Da uomo compassionevole qual è, William guarisce a molteplici livelli, non soltanto quello fisico, e ha una percentuale di successi straordinaria. Le sue intuizioni provenienti dal mondo spirituale si sono dimostrate anni avanti rispetto all'attuale scienza medica. Tra i suoi clienti ci sono individui di ogni estrazione sociale, dai personaggi ricchi e famosi ai medici professionisti bisognosi di assistenza per casi difficili da diagnosticare. Anthony William ha scritto il suo libro *Medical Medium (Medium medico)* per aiutare sia la comunità medica sia i profani ad andare oltre decine di patologie diagnosticate in modo errato, come le malattie autoimmuni, la sindrome da fatica cronica, la depressione, i disturbi digestivi, gli squilibri ormonali, la malattia di Lyme, la sclerosi multipla e i disturbi neurologici. William fornisce informazioni di carattere sanitario mai rivelate prima. Qui presentiamo un estratto editato del terzo capitolo, che spiega un nuovo modo di comprendere e di trattare il Virus di Epstein-Barr e le molteplici malattie a esso collegate. (NdR)



La malattia misteriosa delle malattie misteriose

Il virus di Epstein-Barr (EBV) ha provocato un'epidemia segreta. Su circa 320 milioni di abitanti degli Stati Uniti, più di 225 milioni hanno una qualche forma di EBV.

Questo virus è responsabile di malattie misteriose di ogni genere. Per alcuni, crea affaticamento e dolori che restano senza nome. Per altri, i sintomi di EBV spingono i medici a prescrivere trattamenti inefficaci come la terapia ormonale sostitutiva (TOS). E molte persone che convivono con l'EBV hanno ricevuto diagnosi sbagliate.

Tra i motivi per cui l'EBV si sta diffondendo c'è il fatto che di esso si capisce ben poco. Le comunità mediche sono consapevoli soltanto di una versione dell'EBV, ma in realtà ne

esistono più di 60 varietà. Il virus di Epstein-Barr è alla radice di diverse malattie debilitanti che sconcertano i medici. È la malattia misteriosa delle malattie misteriose. I medici non hanno idea di come questo virus operi a lungo termine e di quanto possa essere problematico. La verità è che l'EBV è la fonte di numerosi problemi di salute attualmente considerati malattie misteriose, come la fibromialgia e la sindrome da fatica cronica. Inoltre, è anche causa di alcuni disturbi che le comunità mediche pensano di capire ma in realtà non capiscono, come la patologia tiroidea, le vertigini e l'acufene.

Origini e trasmissione dell'EBV

Anche se è stato scoperto da due brillanti fisici nel 1964, Il virus di Epstein-Barr ha comincia-

Virus di Epstein-Barr (Foto: US National Cancer Institute)

to a prendere piede nei primi anni del secolo scorso. Le sue prime versioni, ancora presenti, sono relativamente lente ad agire, e potrebbero persino non creare sintomi notevoli fino a una fase tarda della vita. E anche allora, risultano solo leggermente dannosi. Molte persone sviluppano questi tipi non aggressivi di EBV. Purtroppo, però, l'EBV si è evoluto nel corso dei decenni, e ogni generazione del virus è diventata più difficile da affrontare della precedente.

Fino alla pubblicazione di questo libro, le persone affette da EBV erano condannate, in pratica, a portarselo dietro per il resto della loro vita. Raramente i medici riconoscono l'EBV come la causa principale della miriade di problemi che provoca; e inoltre, non hanno idea di come affrontare il virus di Epstein-Barr neppure quando viene riconosciuto.

Ci sono molti modi di contrarre l'EBV. Potete prenderlo in tenera età se ce l'aveva vostra madre, oppure da del sangue infetto. Poiché gli ospedali non eseguono controlli per questo virus, qualunque trasfusione è rischiosa. Potete prenderlo persino mangiando fuori! Questo perché spesso gli chef, quando si tagliano su un dito o sulla mano, si mettono un cerotto e continuano a

lavorare. Il loro sangue può finire nel cibo e, se hanno l'EBV in una fase contagiosa, questo può bastare a infettarvi. La trasmissione può avvenire anche attraverso altri fluidi corporei, come quelli che si scambiano durante l'attività sessuale. Persino un bacio, a volte, può bastare a trasmettere l'EBV.

Chi è affetto da EBV non è sempre contagioso, però. Il virus ha maggiori probabilità di diffondersi durante la sua Seconda Fase. Questo fa emergere un altro particolare che finora non è stato rivelato: l'EBV attraversa quattro fasi.

Epstein-Barr • Primo stadio

Se prendete l'EBV, esso attraversa un primo stadio di latenza in cui scorre nel flusso sanguigno limitandosi perlopiù a replicarsi per aumentare i propri numeri, in attesa dell'opportunità di provocare un'infezione più diretta. Se vi stancate fisicamente per settimane senza darvi l'opportunità di riprendervi pienamente, o se lasciate il vostro

corpo privo di elementi nutritivi essenziali come lo zinco o la vitamina B12, oppure se vivete un'esperienza emotiva traumatica come la fine di un rapporto o il decesso di una persona cara, il virus rileverà i vostri ormoni dello stress e ne approfitterà.

Inoltre, l'EBV spesso agisce in corrispondenza di un grosso cambiamento ormonale, tipo la pubertà, la gravidanza o la menopausa. Uno scenario comune è rappresentato, per una donna, dal periodo



La gravidanza e gli ormoni del parto possono innescare l'EBV.

successivo al parto, quando possono verificarsi vari sintomi tra cui affaticamento, dolori e acciacchi vari, oltre a depressione. In tal caso, l'EBV non sfrutta i momenti di debolezza della donna; il fatto è che gli ormoni sono una potente fonte di cibo per il virus, e la loro abbondanza agisce come fattore scatenante. Questo Primo stadio di rafforzamento e di attesa di un'opportunità ideale può durare settimane, mesi, o persino un decennio o più, a seconda di vari fattori. Il virus risulta particolarmente vulnerabile in questo Primo stadio. Tuttavia, non è rilevabile con dei test e non provoca sintomi. Perciò normalmente non si pensa a combatterlo perché non si sa che c'è.

Epstein-Barr • Secondo stadio

Alla fine del Primo stadio, l'EBV è pronto a combattere contro il vostro corpo. Questo è il momento in cui, per la prima volta, rende nota la sua presenza... trasformandosi in mononucleosi.

Le comunità mediche non sanno che ogni caso di mononucleosi rappresenta soltanto il Secondo stadio dell'EBV.

Questo è il periodo durante il quale il virus è più contagioso. Pertanto è consigliabile evitare di essere esposti al sangue, alla saliva o ad altri fluidi corporei



In certe circostanze, anche un bacio può bastare a trasmettere l'EBV.

di una persona affetta da mononucleosi... o di esporre altre persone ai vostri fluidi se la mononucleosi ce l'avete voi. Durante la Fase Due, il sistema immunitario del vostro corpo entra in guerra contro il virus. Invia cellule identificatrici per "etichettare" le cellule del virus, ovvero mette su di loro un ormone che le identifica come invasori. Dopodiché invia delle "cellule soldato" per scovare e uccidere le cellule del virus etichettate. È questa la forza del sistema immunitario che interviene per difendervi.

Il grado d'intensità di questa battaglia varia da una persona all'altra, e dipende anche da che tipo di EBV avete contratto. Può venirci la mononucleosi per una settimana o due, accompagnata da un leggero mal di gola e da stanchezza, e in questo caso probabilmente non vi renderete conto di cosa vi stia accadendo e non andrete dal medico per sottoporvi a un'analisi del sangue. Oppure potete essere colpiti duramente da affaticamento, gola infiammata, febbre, mal di testa, sfoghi e altre cose che durano per diversi mesi. Se accade questo, probabilmente andrete dal medico che vi farà fare delle analisi del sangue, dalle quali risulterà che avete il virus di Epstein-Bar sotto forma di mononucleosi... per la maggior parte delle volte. È durante questa fase che l'EBV cerca d'insediarsi a lungo termine in uno degli organi più importanti, di solito il fegato e/o la milza. L'EBV ama stare in questi organi perché è probabile che vi si accumulino mercurio, diossine e altre tossine, e questo virus si nutre di tali veleni.

Un altro segreto dell'EBV è che ha un migliore amico, un batterio chiamato streptococco. Pertanto il vostro corpo deve fare i conti non soltanto con un virus ma anche con dei batteri che confondono ulteriormente il sistema immunitario producendo una serie di loro sintomi tipici. Questo è il principale co-fattore dell'EBV. Nel Secondo stadio, lo streptococco può andare ver-

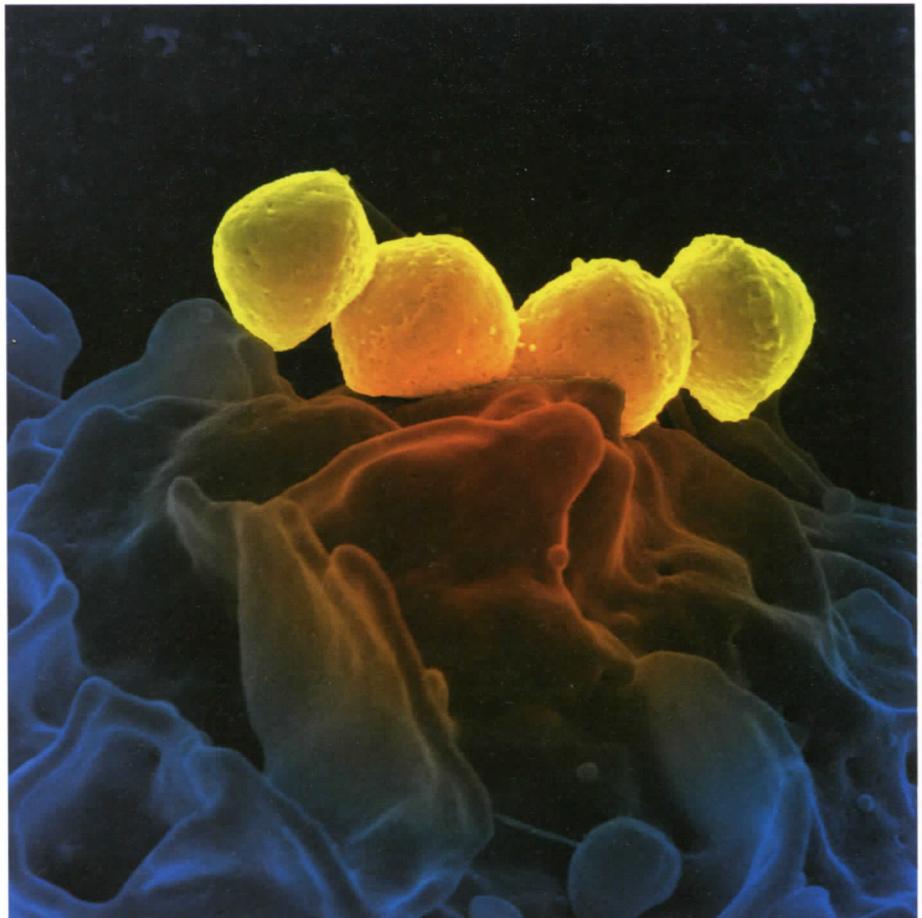
L'EBV ama stare in questi organi perché è probabile che vi si accumulino mercurio, diossine e altre tossine, e questo virus si nutre di tali veleni.

so l'alto e portare faringite e/o infestare i seni paranasali, il naso e la bocca. Può anche viaggiare verso il basso per creare infezioni nel tratto urinario, nella vagi-

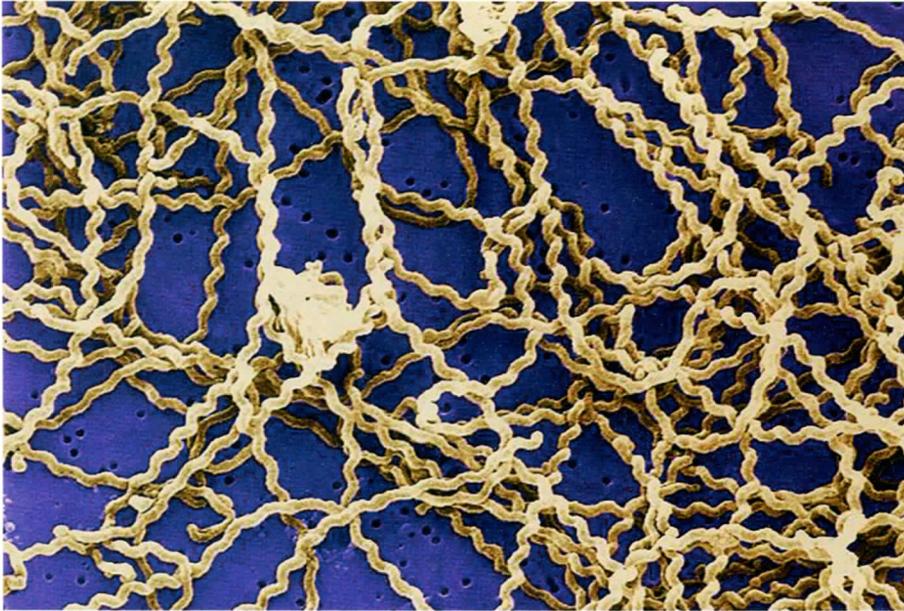
na, nei reni o nella vescica, finendo per provocare cistite.

Epstein-Barr • Terzo stadio

Una volta stabilitosi nel fegato, nella milza e/o in altri organi, il virus vi si annida. Da quel punto in poi, quando farà dei test per rilevare l'EBV, il medico troverà degli anticorpi e li prenderà come indicazione di un'infezione passata, quando l'EBV era nella sua fase "mono". Il medico non troverà l'EBV attualmente attivo nel flusso sanguigno. Questa confusione rappresenta uno dei più grossi sbagli della storia della medicina, grazie alla quale il virus è passato inosservato. A meno che non abbiate già seguito le misure suggerite in questo libro per uccidere l'EBV, il virus è in realtà ancora vivo e causa nuovi sintomi... sfuggendo ai test.



Scansione elettronica micrografica di batteri di streptococco di gruppo A (*Streptococcus pyogenes*) su un neutrofilo umano primario. (Foto: US NIAID).



La leptospira spirochaetes così come si può osservare attraverso un microscopio elettronico ascansione.

Questo perché vive nel fegato, nella milza o in altri organi, e il test per rilevare questa sua presenza non è ancora stato inventato.

Con il virus che si nasconde, non rilevato, nei vostri organi, il vostro corpo presume di aver vinto la guerra e distrutto l'invasore. Il sistema immunitario ritorna al suo stato normale, la mononucleosi finisce e il medico vi dice che siete sani. In realtà, purtroppo, il virus di Epstein-Barr ha appena cominciato il suo viaggio attraverso il vostro corpo.

Se ne avete contratto una varietà tipica, l'EBV potrebbe rimanere latente nei vostri organi per anni, e forse persino per decenni, senza che voi lo sappiate. E se siete affetti da una sua versione particolarmente aggressiva, l'EBV può creare problemi seri anche in fase di latenza. Per esempio, il virus potrebbe rintanarsi nella profondità del vostro fegato e intestino, facendo infiammare e ingrossare tali organi. Ancora una volta, ricordatevi che il vostro medico non sa collegare l'EBV "passato" alla sua attività presente negli organi. Inoltre, il virus crea tre tipi di veleno: 1. L'EBV espelle materia di scarto tossica, ovvero una specie di "sottopro-

dotto virale". Ciò diventa sempre più importante man mano che il virus aumenta il numero delle proprie cellule, e il suo esercito in espansione continua a mangiare e a espellere sottoprodotti velenosi. Questa materia di scarto viene spesso identificata come spirochete, capace di provocare falsi positivi in test come i titoli di Lyme (test diagnostici per la malattia di Lyme) e quindi false diagnosi di borreliosi.

2. Quando una cellula del virus muore – cosa che accade spesso, dato che la cellula in questione ha un ciclo vitale di sei settimane – il suo residuo è esso stesso tossico, e perciò avvelena ulteriormente il vostro corpo. Come nel caso del sottoprodotto virale, questo problema si aggrava man mano che l'esercito dell'EBV cresce, creando affaticamento.

3. I veleni creati dall'EBV attraverso questi due processi possono produrre una neurotossina, ossia un veleno capace di disturbare le funzioni nervose e di confondere il sistema immunitario. Il virus secernerà questa particolare tossina in momenti strategici del Terzo stadio e continuamente durante il Quarto stadio, per impedire al vostro sistema immunitario di concentrarsi su di esso e di attaccarlo.

Ecco i problemi che possono insorgere dall'annidamento di una varietà aggressiva di EBV nei vostri organi:

- Il fegato funziona talmente a rilento da non riuscire a eliminare bene le tossine dal vostro organismo.
- Epatite C; l'EBV ne è in effetti la causa primaria.
- Il funzionamento a rilento del vostro fegato determina un abbassamento dei livelli di acido cloridrico nello stomaco e il tratto intestinale si riempie di tossine. Ciò a sua volta può determinare la digestione non completa di una parte del cibo che si putrefà nell'intestino, provocando gonfiore o stitichezza.
- Si sviluppano intolleranze a cibi che in precedenza non vi hanno mai causato problemi. Ciò accade quando il virus consuma un cibo che gli piace, come il formaggio, e lo trasforma in qualcosa che il vostro corpo non può riconoscere.
- Il virus prende tempo finché non percepisce ormoni collegati allo stress, indicanti lo stato particolarmente vulnerabile in cui vi trovate, oppure finché non sente che state attraversando uno stato di sconvolgimento ormonale, come durante una gravidanza o la menopausa. Quando è quasi pronto a scattare, il virus comincia a secernere la sua neurotossina. Ciò fa aumentare il carico sul vostro organismo già creato dal sottoprodotto dell'EBV e dai residui del virus. Tutto questo veleno nell'organismo finalmente innesca il vostro sistema immunitario, ma lo confonde anche del tutto, perché non ha idea di dove provengano le tossine. Quelle che seguono sono alcune informazioni sulle malattie caratteristiche del Terzo stadio.
- Lupus: La risposta del sistema immunitario che ho appena descritto innesca i misteriosi sintomi che i medici possono diagnosticare come lupus. Le comunità mediche non comprendono che il lupus è soltanto la reazione del corpo ai sottoprodotti e alle neurotos-

sine dell'EBV. È la reazione allergica del corpo a queste neurotossine, che poi fa aumentare i marcatori infiammatori che i medici cercano per identificare e diagnosticare il lupus. In realtà, il lupus è soltanto un'infezione virale dell'EBV.

• Ipotiroidismo e altri disturbi della tiroide: Mentre il vostro sistema immunitario è nel caos, l'EBV ne approfitta per lasciare gli organi in cui si è annidato e attaccare un altro organo o ghiandola importante, che stavolta è la tiroide!

Le comunità mediche non sanno ancora che l'EBV è la vera causa della maggior parte dei disturbi e delle malattie della tiroide, come soprattutto il morbo di Hashimoto, ma anche quello di Graves, il cancro alla tiroide e altri disturbi tiroidei (che talvolta sono provocati anche da radiazioni, ma nel 95% dei casi il fattore scatenante è l'EBV). La ricerca medica non ha ancora scoperto le vere cause dei disturbi a carico della tiroide, ed è ancora lontana decenni dallo scoprire che l'EBV è il virus che li provoca. Se un medico vi diagnostica il morbo di Hashimoto, significa semplicemente che non ha idea di cosa vi stia succedendo. Sostiene che il corpo stia attaccando la vostra tiroide, un punto di vista che è frutto di disinformazione. In verità, è l'EBV, e non il vostro corpo, ad attaccare la tiroide.

Una volta che si trova nella vostra tiroide, l'EBV comincia a penetrarne i tessuti. Le cellule del virus si torcono e ruotano come punte di trapano per perforare in profondità la tiroide, uccidendone le cellule e deturpando l'organo; ciò crea ipotiroidismo nascosto da leggero a estremo in milioni di donne. Il vostro sistema immunitario si accorge di questo e cerca d'intervenire, provocando un'infiammazione; ma tra la neurotossina, il sottoprodotto virale e i residui velenosi dell'EBV a creare confusione, e con l'EBV nascosto nella tiroide, il vostro sistema immunitario

non riesce a etichettare il virus per distruggerlo del tutto.

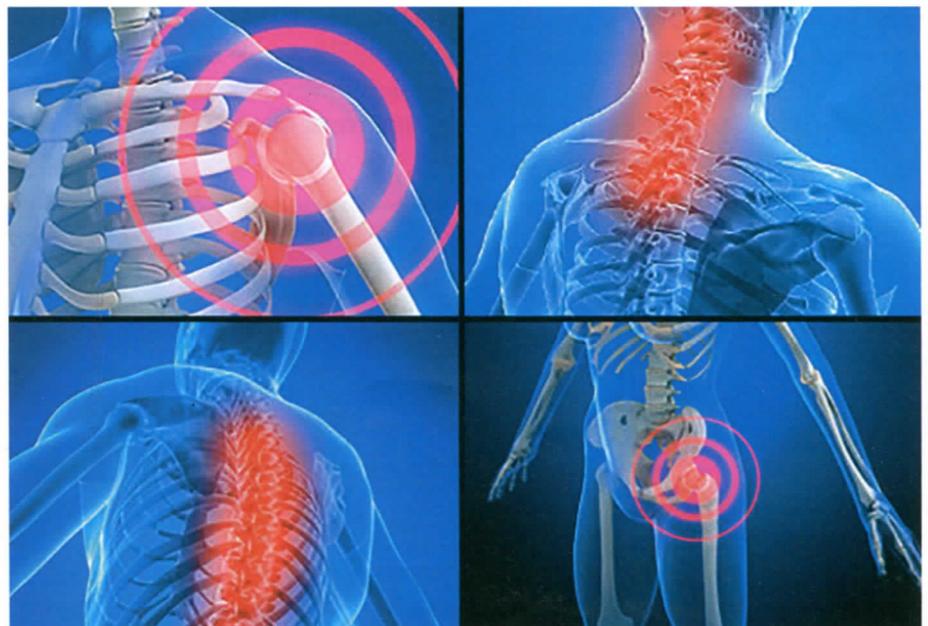
Anche se quanto appena scritto può apparire terrificante, non lasciatevi spaventare: la vostra tiroide può ringiovanire e guarirsi quando le viene dato ciò di cui ha bisogno. Non sottovalutate mai la forza del vostro sistema immunitario, che alla fine di questo capitolo sarete in grado di attivare semplicemente apprendendo la verità. Il virus di Epstein-Barr invade la tiroide per un motivo strategico, ossia per cercare di confondere e stressare il vostro sistema endocrino. La pressione sulle ghiandole surrenali produce maggiore adrenalina, che è uno dei nutrimenti preferiti dell'EBV, poiché lo rafforza e lo rende più capace di perseguire il suo obiettivo ultimo: il vostro sistema nervoso.

Epstein-Barr • Quarto stadio

Il fine ultimo del virus di Epstein-Barr consiste nel lasciare la tiroide per andare a infiammare il sistema nervoso centrale (SNC). Normalmente il vostro sistema immunitario non permetterebbe una cosa del genere. Ma l'EBV è riuscito a logorarvi nel Terzo

stadio entrando nella tiroide, e se oltre a questo subite inaspettatamente un grave colpo fisico o emozionale, il virus approfitterà della vostra vulnerabilità e comincerà a provocare una moltitudine di strani sintomi che vanno dalle palpitazioni cardiache a malesseri e dolori generalizzati e a dolori neurogeni. Poiché analisi del sangue, radiografie o imaging a risonanza magnetica (Magnetic Resonance Imaging o MRI) non riveleranno niente fuori posto, i medici

La ricerca medica non ha ancora scoperto le vere cause dei disturbi a carico della tiroide, ed è ancora lontana decenni dallo scoprire che l'EBV è il virus che li provoca.



La fibromialgia è una patologia cronica che provoca dolore, rigidità e debolezza di muscoli, tendini e articolazioni (Foto: MedicineNet.com)

non si renderanno conto del fatto che il virus sta infiammando i nervi. Pertanto, il Quarto stadio dell'EBV costituisce una fonte importante di malattie misteriose, ossia di problemi che mandano in confusione i medici.

Quel che sta accadendo davvero è che i vostri nervi danneggiati innescano un ormone di "allarme" per avvertire il corpo che i nervi sono esposti e necessitano di una riparazione. Nel Quarto stadio, l'EBV rileva questo ormone e si affretta ad attaccare i nervi danneggiati. Un nervo è simile a una striscia di igname con il capilizio radicale pendente all'estremità. Quando il nervo è lesionato, il capilizio radicale spunta dai lati del rivestimento protettivo del nervo. L'EBV cerca queste aperture e vi si aggrappa. Se riesce a farlo, può mantenere la zona infiammata per anni. Di conseguenza, potete avere una ferita relativamente piccola che resta infiammata, provocando dolori continui.

Tra i problemi derivanti da questa infiammazione virale possono esserci dolori muscolari e articolari, punti dolenti, mal di schiena, formicolio e/o torpore alle mani e ai piedi, emicranie, affaticamento protratto, capogiro, insonnia, sonno inquieto e sudori notturni. Talvolta ai pazienti con questi problemi vengono diagnosticati fibromialgia, sindrome da fatica cronica o artrite reumatoide, ovvero insieme

Talvolta ai pazienti con questi problemi vengono diagnosticati fibromialgia, sindrome da fatica cronica o artrite reumatoide, ovvero insieme di sintomi che le comunità mediche ammettono di non capire e per i quali non hanno alcuna cura.

di sintomi che le comunità mediche ammettono di non capire e per i quali non hanno alcuna cura. Ai pazienti vengono prescritti trattamenti inadeguati che non cominciano neppure ad affrontare il vero responsabile... perché queste malattie misteriose sono, in realtà, il Quarto stadio dell'EBV.

Uno dei più grandi passi falsi di tutti i tempi è stato quello di scambiare i sintomi dell'EBV nelle donne per perimenopausa e menopausa. Sintomi come le vampate di calore, i sudori notturni,

le palpitazioni cardiache, i capogiri, la depressione, la perdita di capelli e l'ansia sono stati e vengono ancora spesso male interpretati come cambiamenti ormonali, cosa che ha lanciato il disastroso movimento per la terapia ormonale sostitutiva (per saperne di più, vi rimando al Capitolo 15 del mio libro). Diamo un'occhiata più da vicino alle malattie croniche risultanti dal Quarto stadio del virus di Epstein-Barr.

• **Sindrome da fatica cronica:** Per tanto tempo si è continuato a negare alle donne la possibilità di una causa fisica della loro sofferenza. Le persone affette da fibromialgia e sindrome da fatica cronica (Chronic Fatigue Syndrome o CFS) – altresì nota come encefalomielite mialgica/sindrome da fatica cronica (ME/CFS), sindrome da fatica cronica e disfunzione immunitaria (Chronic Fatigue Immune Dysfunction Syndrome o CFIDS) e malattia da intolleranza sistemica allo sforzo (Systemic Exertion Intolerance Disease o SEID) – vengono spesso accusate di essere bugiarde, pigre, deliranti e/o pazze. Si tratta di una malattia che colpisce per la stragrande maggioranza donne. E la sindrome da fatica cronica risulta in aumento.

Per una donna sulla ventina, contrarre la CFS può essere devastante, poiché può far sì che la donna in questione si senta bloccata e incapace di realizzare il proprio potenziale, relegata a guardare



Papaya e melagrana



Sambuco e anice stellato



le proprie amiche cambiare relazioni e lavori. Se siete donne tra i trenta e i cinquant'anni, probabilmente state cercando di essere tutto per tutti, prendendovi cura di più cose di quante possiate gestirne, e perciò, quando la CFS vi colpisce, sentite di dovervi comportare normalmente.

Ad aggravare il senso di isolamento ci sono i sensi di colpa, la paura e la vergogna che accompagnano le diagnosi sbagliate. È molto scoraggiante non star bene e sentirsi dire di non avere nulla che non vada. La CFS è reale. È il virus di Epstein-Barr.

Chi è affetto da CFS ha un elevato carico virale dell'EBV che colpisce sistematicamente l'organismo creando una neurotossina capace d'infiammare il sistema nervoso centrale. A lungo andare, ciò può indebolire le ghiandole surrenali e l'apparato digerente, creando la sensazione di avere le batterie scariche.

• **Fibromialgia:** Per più di sessant'anni i medici hanno negato che la fibromialgia fosse un problema legittimo. Adesso le comunità mediche stanno finalmente accettando che si tratta di un disturbo vero e proprio. La migliore spiegazione che l'establishment dà ai medici, però, consiste nel dire che la fibromialgia è provocata da nervi iperattivi. E ciò si traduce in... nessuno ha idea di cosa si tratti. Non è colpa dei medici. Il sistema medico è ancora ad anni di distanza dalla scoperta delle

Chi è affetto da CFS ha un elevato carico virale dell'EBV che colpisce sistematicamente l'organismo creando una neurotossina capace d'infiammare il sistema nervoso centrale.

vere radici di questa malattia, perché sono virali, e si situano a un livello dei nervi che attualmente gli strumenti medici non sono in grado di rilevare. Chi soffre di fibromialgia è soggetto a un attacco reale e debilitante. È il virus di Epstein-Barr a provocare questa patologia, infiammando il sistema nervoso centrale e i nervi in tutto il corpo; ciò provoca dolore costante, sensibilità al tocco, grave affaticamento e molti altri problemi.

• **Acufene:** Questa patologia si manifesta, di solito, quando l'EBV entra

nel canale nervoso dell'orecchio interno, il labirinto. Il "ronzio nell'orecchio" è prodotto dal virus che infiamma e fa vibrare il labirinto e il nervo vestibolococleare.

• **Vertigini e sindrome di Ménière:** Questi disturbi vengono spesso attribuiti a cristalli di calcio che si spezzano nell'orecchio interno. La maggior parte dei casi cronici è provocata dalla neurotossina dell'EBV che infiamma il nervo vago.

• **Altri sintomi:** Anche ansia, capogiro, costrizione toracica, dolore al petto, spasmi esofagei e asma possono essere provocati dall'EBV che infiamma il nervo vago. L'insonnia, ma anche il formicolio e l'intorpidimento alle mani e ai piedi possono essere causati dall'infiammazione cronica dei nervi frenici dovuta all'EBV. Le palpitazioni cardiache possono derivare dall'accumulo di residui e sottoprodotti tossici dell'EBV nella valvola mitrale del cuore.

Se avete l'EBV, o sospettate di averlo, potreste trovare particolarmente frustrante il Quarto stadio di questo virus. Vi conforti però sapere che, se prenderete le misure giuste, purtroppo ancora sconosciute alle comunità mediche, potrete guarire, ricostruire il vostro sistema immunitario, tornare a uno stato normale e riacquistare il controllo della vostra vita.

Guarire dal virus di Epstein-Barr Sarebbe comprensibile se il virus di

Epstein-Barr vi sembrasse qualcosa di opprimente e scoraggiante. La buona notizia è che, se seguirete con cura e pazienza le misure descritte in dettaglio nel prossimo paragrafo, nonché nella parte IV del libro, riuscirete a guarire. Potrete ristabilire la funzionalità del vostro sistema immunitario, liberarvi dell'EBV, ringiovanire il vostro corpo, riacquistare il pieno controllo della vostra salute e continuare la vostra vita. Il tempo necessario per portare a compimento questo processo varia da un individuo all'altro e dipende da una miriade di fattori. Alcune persone riescono a sconfiggere il virus in appena tre mesi. Tuttavia, è più comune che una cosa del genere possa richiedere un anno. Ci sono, inoltre, delle persone che hanno bisogno di almeno 18 mesi di tempo per distruggere l'EBV.

Cibi per guarire

Certi frutti e certe verdure possono aiutare il vostro corpo a liberarsi dall'EBV e a guarire dai suoi effetti. Quelli che seguono sono gli alimenti vegetali migliori da includere nella vostra dieta (elencati più o meno in ordine d'importanza). Cercate di mangiare almeno tre di questi cibi ogni giorno – e più sono e meglio è – facendo ruotare il vostro consumo in modo tale che, nel giro di una settimana o due, avrete immesso tutti questi alimenti nel vostro organismo.

- Mirtilli selvatici: contribuiscono a ristabilire il sistema nervoso centrale e a spurgare il fegato dalle neurotossine dell'EBV.
- Sedano: fa aumentare la concentrazione di acido idrocloridrico nell'intestino e fornisce sali minerali al sistema nervoso centrale.
- Germogli: hanno un contenuto elevato di zinco e di selenio atto a rafforzare il sistema nervoso contro l'EBV.
- Asparagi: purificano il fegato e la milza, rafforzano il pancreas.
- Spinaci: creano un ambiente alcalino e forniscono al sistema nervoso micro-

Certi frutti e certe verdure possono aiutare il vostro corpo a liberarsi dall'EBV e a guarire dai suoi effetti.

nutrienti altamente assorbibili.

- Coriandolo: rimuove metalli pesanti come il mercurio e il piombo, che sono tra gli alimenti preferiti dall'EBV.
- Prezzemolo: abbassa i livelli troppo elevati di rame e alluminio, che nutrono l'EBV.
- Olio di cocco: ha proprietà antivirali e agisce come antinfiammatorio.
- Aglio: antivirale, difesa antibatterica contro l'EBV.
- Zenzero: favorisce l'assimilazione degli elementi nutritivi e allevia gli spasmi associati all'EBV.
- Lampone: ricco di antiossidanti per rimuovere i radicali liberi dagli organi e dal flusso sanguigno.
- Lattuga: stimola l'azione peristaltica nel tratto intestinale e contribuisce a eliminare l'EBV dal fegato.
- Papaya: ristabilisce il sistema nervoso centrale, fa aumentare e ripristina i livelli di acido idrocloridrico nell'intestino.
- Albicocca: un ricostituente del sistema immunitario che rafforza anche la circolazione sanguigna.
- Melagrana: contribuisce a disintossicare e a purificare il sangue, ma anche il sistema linfatico.
- Pompelmo: una ricca fonte di bioflavonoidi e di calcio per aiutare il sistema

immunitario ed eliminare le tossine.

- Cavolo verde: contiene quantità elevate di alcaloidi in grado di proteggere da virus come l'EBV.
- Patata dolce: contribuisce a purificare e disintossicare il fegato dai sottoprodotti e dalle tossine dell'EBV
- Cetriolo: rafforza le ghiandole surrenali e i reni, oltre a eliminare le tossine dal flusso sanguigno.
- Finocchio: possiede forti proprietà antivirali atte a combattere l'EBV.

Erbe e integratori per guarire

Queste erbe e questi integratori (elencati più o meno in ordine d'importanza) possono rafforzare ulteriormente il vostro sistema immunitario e aiutare il vostro corpo a guarire dagli effetti del virus.

- Unghia di gatto: un'erba in grado di ridurre l'EBV e i suoi co-fattori come gli streptococchi A e B.
- Idrosol di argento: alleggerisce il carico virale dell'EBV.
- Zinco: rafforza il sistema immunitario e protegge la tiroide dall'infiammazione provocata dall'EBV.
- Vitamina B12 (come metilcobalamina e/o adenosilcobalamina): rafforza il sistema nervoso centrale.
- Radice di liquirizia: fa diminuire la produzione di EBV e rafforza le ghiandole surrenali e i reni.
- Melissa: antivirale e antibatterica; uccide le cellule di EBV e rafforza il sistema immunitario.
- 5-MTHC (5-metiltetraidrofolato): contribuisce a rafforzare il sistema endocrino e quello nervoso centrale.
- Selenio: rafforza e protegge il SNC.
- Alga marina rossa: un potente antivirale che rimuove metalli pesanti come il mercurio e riduce il carico virale.
- L-lisina: diminuisce il carico di EBV e agisce come antinfiammatorio del sistema nervoso centrale.
- Spirulina (preferibilmente proveniente dalle Hawaii): ricostruisce il sistema nervoso centrale ed elimina i metalli pesanti.

- **Ester-C:** rafforza il sistema immunitario ed elimina dal fegato le tossine prodotte dall'EBV.
- **Foglie d'ortica:** forniscono micronutrienti al cervello, al sangue e al sistema nervoso centrale.
- **Monolaurina:** antivirale, demolisce il carico di EBV e riduce i fattori concomitanti.
- **Sambuco:** antivirale, rafforza il sistema immunitario.
- **Trifoglio violetto:** depura il fegato, il sistema linfatico e la milza dalle neurotossine dell'EBV.
- **Anice stellato:** antivirale, contribuisce a distruggere l'EBV nel fegato e nella tiroide.
- **Curcumina:** una componente della curcuma che aiuta a rafforzare il sistema endocrino e quello nervoso centrale.

La conoscenza è potere

Il primo passo del processo di guarigio-

ne consiste nel sapere che la causa della vostra sofferenza è il virus di Epstein-Barr, e di rendervi conto che tale situazione non è colpa vostra. I vostri problemi di salute collegati all'EBV non sono conseguenza di qualcosa che avete sbagliato o di un vostro fallimento morale. Non siete stati voi a far accadere questo, e quindi non siete affatto da incolpare. Non avete manifestato questo disturbo, né l'avete attratto. Siete esseri umani vibranti, meravigliosi e avete il sacrosanto diritto di guarire. Ve lo meritate. Gran parte dell'efficacia dell'EBV deriva dalla sua tendenza a nascondersi nell'ombra affinché né voi né il vostro sistema immunitario possiate rilevarne la presenza. Ciò non soltanto gli permette di provocare disastri senza alcun controllo, ma crea anche emozioni negative come senso di colpa, paura e sensazione d'impotenza. Ora le cose sono diverse per voi. Se sie-

Anthony William è un guaritore spirituale e autore di *Medical Medium Life-Changing Foods* (Hay House, novembre 2016) e *Medical Medium: Secrets Behind Chronic and Mystery Illness and How to Finally Heal* (Hay House, novembre 2015).

Per maggiori informazioni sui libri di Anthony William, i suoi integratori alimentari, le sue risorse di guarigione e il suo sostegno terapeutico, visitate il sito www.medicalmedium.com.

Nota del redattore:

Quest'articolo è stato estratto ed editato, con il permesso dell'autore, dal terzo capitolo del libro di Anthony William *Medical Medium*.

te affetti da EBV, adesso comprendete a livello psicofisico ciò che sta provocando i vostri problemi di salute. Già soltanto grazie a questo il vostro sistema immunitario si rafforzerà e il virus, per contro, s'indebolirà naturalmente. Perciò, quando si tratta di combattere il virus di Epstein-Barr, in senso molto letterale la conoscenza è potere. ∞

VIA PANÀ, 56/A – NOVENTA PADOVANA (PD)

TEL. 349 6368638 – WWW.KWOON.NET

INFORMATI, LIBERI E CONSAPEVOLI

Scegli di abbonarti alle nostre riviste



PuntoZero
rivista trimestrale
euro 20

Nexus New Times
rivista bimestrale
euro 40

Disponibili in formato cartaceo e digitale

Scopri tutti i vantaggi nel nostro shop on line:

shop.nexusedizioni.it