

是时候平息对 COVID 的恐惧了

作者：Homer Lim，医学博士；翻译：陈春；审阅：成长

原文：<http://www.doctoryourself.com/omns/v16n48.shtml>

The Chinese translation of this article is made possible by a generous grant from Dr. Bill Grant and from the Cheng Integrative Health.

本文翻译工作得到 Bill Grant 博士资助及上海成氏健康资助。

(OMNS 2020 年 10 月 2 日) 菲律宾拥有最长的 COVID 封锁的世界纪录：6 个月并且仍在继续。我们也是世界上唯一一个被政府命令戴口罩的国家。

可悲的是，即使在封锁的情况下，我们的患病人数也没有真正下降，除了上个月左右。这可能是一系列因素的综合作用，并非真正是由于封锁造成的：人们避免接受检测，因为害怕被强制隔离；许多人具有先天免疫力；以及病毒感染周期本身。

由于封锁，许多穷人上班的出行受到限制，因为公共交通几乎不存在。因此，人们要么步行、骑自行车，要么花钱请商业公司提供。这严重抑制了我们的经济。我们的 GDP 下降了 9.5%，是亚洲受灾最严重的地区。截至 2020 年 6 月，有 2300 万菲律宾人失业。饥饿不可避免地随之而来。根据一项独立调查，在过去 3 个月中，有 760 万菲律宾人遭受饥饿。 [1]与 304,000 例 Covid-19 感染相比，其中 95%是轻度或无症状的。

目前，我们的医院只接受新冠肺炎患者或急诊病例；大多数患者避免住院。原因是，一旦住院，就不允许探访，医生和护士是他们唯一的联系方式。这种偏好对大多数读者来说可能很陌生，但在菲律宾，当患者住院时，我们总是有家人或朋友在场。因此，至少可以说这是一种文化冲击，独自一人在病床上，如果是在这场可怕的 COVID 大流行期间，那就更是如此了。

我曾为症状较轻或没有症状的居家患者以及一些中度严重的患者进行过远程会诊。我认为治疗整个家庭很重要，而不仅仅是被诊断出患有 COVID 的人。我通常会开羟氯喹（HCQ，200mg，一天两次，5 天）、阿奇霉素（500mg 每日一次，5-7 天）、3000mg 维生素 C、5000 IU 维生素 D3 和 50mg 锌，以及稀释的口服过氧化氢。

我发现，尤其是 60 岁以上的患者，通常伴有咳嗽、肺炎和低氧饱和度，通常会在 24 小时内改善。我已经使用该方案直接治疗了 100 多名患者。有多少人住院？一例，因为她开始治疗时间太晚了。我也知道这里的其他医生已经使用该方案治疗了 300 多名患者。

一个月前，我的同事 J. Lopez 医生找到了我，他也一直在开羟氯喹 HCQ 处方，来告诉我们的同事，我们将患者作为门诊病人治疗的经验。当然，我说“是”。然后两周前，一群来自各行各业的人——母亲、自然疗法者、医生、商人、媒体和经济学家——聚在一起，试图告诉政府可能有更好的方法来应对这一流行病，不仅仅是习惯性的锁定。我们称自己为“菲律宾医生和公民的当事人”或 (CDCph)。

我们被一个共同的目标团结在一起，即通过预防和早期治疗，来缓解封锁并改善患者的治疗效果。

我们的陈述: [2]

预防 Covid-19 感染并及早治疗, 以避免患者挤满医院, 降低发病率和死亡率。[3-7] 为高危人群提供预防措施 (不仅是 HCQ, 还包括维生素 C (每天 3 次 1000 毫克)、维生素 D3 (5000 IU/天)、锌 (40 毫克/天) 和槲皮素 (500 毫克/天) (类似于 HCQ 作用机制))。[3-7]

将锁定放宽到有针对性的手术隔离。这意味着我们不会在全国、全省或全市范围内实施封锁, 而只会隔离某些街道、院落或房屋。

新闻发布会的前一天晚上, 我们已经感觉到, 一些医生会因为同龄人的压力或害怕政府的反应而退出。我对 J 医生说: “明天可能只有你和我!” 但在新闻发布会上, 即使是贸易和工业部长也在那里发言以结束封锁, 因为预防和早期治疗是可用的, 而且费用低廉。

可悲的是, 第二天的标题只是 CDCph 要求政府结束封锁。我们的宣布引起了实施封锁的政府官员以及想要继续封锁的“医学专家”的极大愤怒。

我们小组随后因在新闻发布会上不戴口罩和非法开出羟氯喹 HCQ 而受到刑事诉讼的威胁。[8] 如果你问我, 这些都是小事。然而, 这导致我们的一些成员医生与我们保持距离。

可悲的是，只有我、另一位医生和一位自然疗法医生仍然可以与媒体交谈，因为其他医生已被禁止、哄骗并可能受到训斥，无法公开讨论这些问题。显然我现在是我们 CDCph 的公众形象，这不是我的愿望，因为我珍惜我的隐私。然而，我们获得的有力支持是压倒性的。我们的 Facebook 页面已经被分享了很多次，尽管我们总是被 FB 的“警察”标记。

我们唯一的目标是让菲律宾人重新回到工作岗位，养家糊口，让他们有尊严。我们看到街上的人们眼中满是绝望，许多商店都挂着出租/租赁的标志而关门，公司因为员工甚至无法到达工作地点而关门歇业。看到这些事情发生，真是令人心碎。

我发誓要继续这场公共宣传活动，直到它传达给菲律宾总统，并向群众传达，他们不能失去希望，世界各地的其他人也在这样做。[9] 我们只是告诉人们，服用这些廉价的维生素和矿物质，如果他们买不到，至少要吃富含它们的食物。然后我才可以安然入睡，有一天当我在门口遇到圣彼得时，我可以自豪地说，我为一个有益的事业而奋斗过。

(Homer Lim 医生是一名老年病学家，也是整合医学专家。他是国际抗衰老和整合医学学会主席，菲律宾奎松市 Akesis Holistic Health 的医学主任。他已经从业 20 多年。)

编者按：当我 (AWS) 在 Facebook 上发布 Lim 医生的协议时，Facebook 立即禁止我进一步发布任何类型的内容 30 天。

了解更多：

<https://www.flattenthefear.ph/>

<https://www.facebook.com/FlattenTheFearPH/>

<https://www.philstar.com/headlines/2020/09/18/2043313/doctors-group-seeks-end-all-lockdowns>

<https://manilastandard.net/opinion/columns/crossroads-by-jonathan-dela-cruz/334699/flattening-the-fear.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=Xwb4lY2Wdgg>

参考文献：

1. Social Weather Stations (2020) "7.6 million Filipino households went hungry in past 3 months."

<https://bit.ly/2G3i4Zc>

2. Flatten the Fear (2020) <http://flattenthefear.ph>

3. Holford P. (2020) Vitamin C for the Prevention and Treatment of Coronavirus. Orthomolecular Medicine News Service, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n36.shtml>

4. Rasmussen MPF (2020) Vitamin C Evidence for Treating Complications of COVID-19 and other Viral Infections. Orthomolecular Medicine News Service,

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n25.shtml>

5. Downing D. (2020) How we can fix this pandemic in a month. Orthomolecular Medicine News Service, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n34.shtml>

6. Grant WB (2020) The role of vitamin D in reducing risk of COVID-19: a brief survey of the literature. Orthomolecular Medicine News Service,

<http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n33.shtml>

7. Gonzalez MJ. (2020) Personalize Your COVID-19 Prevention: An Orthomolecular Protocol.

Orthomolecular Medicine News Service, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v16n31.shtml>

8. CIDG probes 'Flatten the Fear' event. Tempo, [http://tempo.com.ph/2020/09/23/cidg-probes-](http://tempo.com.ph/2020/09/23/cidg-probes-flatten-the-fear-event)

[flatten-the-fear-event](http://tempo.com.ph/2020/09/23/cidg-probes-flatten-the-fear-event)

9. Open Letter from Medical Doctors and Health Professionals to All Belgian Authorities and All

Belgian Media. <https://docs4opendebate.be/en/open-letter>

营养医学是正分子医学

正分子医学使用安全、有效的营养疗法来对抗疾病。

更多信息：<http://www.orthomolecular.org>

找医生

要找到你附近的正分子医生：<http://orthomolecular.org/resources/omns/v06n09.shtml>

同行评审的正分子医学新闻服务是一个非营利和非商业信息资源。

编辑审查委员会：

Seth Ayettey, M.B., Ch.B., Ph.D. (Ghana)

Ilyès Baghli, M.D. (Algeria)

Ian Brighthope, MBBS, FACNEM (Australia)

Gilbert Henri Crussol, D.M.D. (Spain)

Carolyn Dean, M.D., N.D. (USA)

Ian Dettman, Ph.D. (Australia)

Damien Downing, M.B.B.S., M.R.S.B. (United Kingdom)

Ron Erlich, B.D.S. (Australia)

Hugo Galindo, M.D. (Colombia)

Martin P. Gallagher, M.D., D.C. (USA)

Michael J. Gonzalez, N.M.D., D.Sc., Ph.D. (Puerto Rico)

William B. Grant, Ph.D. (USA)

Tonya S. Heyman, M.D. (USA)

Suzanne Humphries, M.D. (USA)

Ron Hunninghake, M.D. (USA)

Robert E. Jenkins, D.C. (USA)

Bo H. Jonsson, M.D., Ph.D. (Sweden)

Felix I. D. Konotey-Ahulu, MD, FRCP, DTMH (Ghana)

Jeffrey J. Kotulski, D.O. (USA)

Peter H. Lauda, M.D. (Austria)

Thomas Levy, M.D., J.D. (USA)

Alan Lien, Ph.D. (Taiwan)

Homer Lim, M.D. (Philippines)

Stuart Lindsey, Pharm.D. (USA)

Victor A. Marcial-Vega, M.D. (Puerto Rico)

Charles C. Mary, Jr., M.D. (USA)

Mignonne Mary, M.D. (USA)

Jun Matsuyama, M.D., Ph.D. (Japan)

Joseph Mercola, D.O. (USA)

Jorge R. Miranda-Massari, Pharm.D. (Puerto Rico)

Karin Munsterhjelm-Ahumada, M.D. (Finland)

Tahar Naili, M.D. (Algeria)

W. Todd Penberthy, Ph.D. (USA)

Selvam Rengasamy, MBBS, FRCOG (Malaysia)

Jeffrey A. Ruterbusch, D.O. (USA)

Gert E. Schuitemaker, Ph.D. (Netherlands)

T.E. Gabriel Stewart, M.B.B.CH. (Ireland)

Thomas L. Taxman, M.D. (USA)

Jagan Nathan Vamanan, M.D. (India)

Garry Vickar, M.D. (USA)

Ken Walker, M.D. (Canada)

Raymond Yuen, MBBS, MMed (Singapore)

Anne Zauderer, D.C. (USA)

Andrew W. Saul, Ph.D. (USA), Editor-In-Chief

Associate Editor: Robert G. Smith, Ph.D. (USA)

Editor, Japanese Edition: Atsuo Yanagisawa, M.D., Ph.D. (Japan)

Editor, Chinese Edition: Richard Cheng, M.D., Ph.D. (USA)

Editor, French Edition: Vladimir Arianoff, M.D. (Belgium)

Editor, Norwegian Edition: Dag Viljen Poleszynski, Ph.D. (Norway)

Editor, Arabic Edition: Moustafa Kamel, R.Ph, P.G.C.M (Egypt)

Editor, Korean Edition: Hyoungjoo Shin, M.D. (South Korea)

Assistant Editor: Helen Saul Case, M.S. (USA)

Technology Editor: Michael S. Stewart, B.Sc.C.S. (USA)

Legal Consultant: Jason M. Saul, JD (USA)