

Jodilla tauti kuriin

Wuhanin taudin ^[1] leviäminen maailmalla yllyttää etsimään keinoja vastustuskyvyn parantamiseksi. Jodi on varteenotettava keino. ^[2] Jodi deaktivoi koronaviruksia nopeasti ja pienillä pitoisuuksilla. Jotta elimistö voisi parhaiten taistella koronavirusta vastaan, jodin määrä elimistössä tulisi nostaa turvalliseen ylärajaan asti. Jodin turvallinen päivittäinen annos riippuu ihmisen kehon massasta. FAO:n mukaan turvallinen päiväannos jodia on 30 µg/kg. ^[3]

Kehon massa [kg]	Jodia / vrk [µg]	Jodia / viikko [µg]
10	300	2100
20	600	4200
30	900	6300
40	1200	8400
50	1500	10500
60	1800	12600
70	2100	14700
80	2400	16800
90	2700	18900
100	3000	21000
110	3300	23100
120	3600	25200

Jodi deaktivoi koronaviruksia, on halpaa ja sen käyttö suositelluissa rajoissa ei sisällä yllättäviä riskejä. Ihminen tarvitsee muutenkin jodia kilpirauhasen normaaliin toimintaan. Lääkkeisiin ja rokotteisiin verrattuna jodi on lähes ilmaista.

Lähteet ja viitteet:

1. Wuhanin taudin nimi tulee maakunnasta jossa se havaittiin ensimmäisen kerran. Tauti tunnetaan myös nimillä COVID-19 ja SARS-CoV-2.
2. Warren, Gary: Iodine Intake to Reduce Covid-19 Transmission and Mortality. 2020-04-18. DOI: 10.13140/RG.2.2.18989.84964
3. Ilmaisuu 30 µg/kg tarkoittaa 30 mikrogrammaa jokaista kehon kilogrammaa kohti.