

Бомба в молочном ряду, или РАК подкрался незаметно...



Приветствую Вас, читатель! Надеюсь, что эта информация поможет Вам решить проблемы. Если возникнут вопросы, то жмите на активную ссылку (вверху на странице) «О Здоровье Финансов и Вашем... Узнайте Здесь!» и связывайтесь со мной по указанным координатам. Я с удовольствием постараюсь Вам помочь.

В наше интересное время маловато пишут (и еще меньше читают) о такой теме на все времена, как продуктовая безопасность. Тема крайне интересная – а давайте разберемся, какая такая опасность может быть в привычных продуктах? Тем более – в тех, которые мы традиционно считаем полезными, обязательными для ежедневного съедания и скармливания своим детям?



Начнем с молока и молочных продуктов.

Рассмотрим стереотипные тезисы о молоке, которые давно въелись и в наш быт, и в наши привычные списки покупок (для тех, кто покупает строго по списку), и в наши продуктовые корзинки.

Тезис 1. Молоко коровье всем дает здоровье!

Тезис 2. Нет в жизни счастья, а в костях кальция – если не пьется литр (два-три...) молока в день.

Тезис 3. Натуральное молоко лучше детских смесей! Выкормим своего любимого малыша без импортных (или «наших») смесей, была бы корова (коза/кобыла/молочная лавка/молочная полка в супермаркете).

Тезис 4. Молоко одновременно полезно, безопасно и приятно, особенно в виде ежеутренних каш для любимых детей (расскажите об этом любимому дитю... впрочем, мы и так каждое утро этим занимаемся: если сварили на завтрак молочную кашу – надо ее съесть! А первым делом – впихнуть ее в сонное дитя...).

Тезис 5. Надо кушать сыр и/или творог каждый день, потому что в сыре - кальций, а для костей (или чего-то другого) это жизненно важно.



Опровержение тезисов начнем с №5.

Сыр (не подделанный, на чистом молочном сырье) у всех может вызвать, извините, запор («заклеить» кишечник казеином, как пробкой) – если недостаточно клетчатки в рационе, или если кишечник изначально вялый. Не у всех, но у многих (опять же – натуральный!) сыр может вызвать приступы головной боли, спровоцировать мигрень.



Странно слышать удивленные вопли долгие годы страдавших от ПМС (предменструального синдрома), мигрени и метеочувствительности дам: «зачем я все эти годы в себя этот сыр заталкивала?! нет сыра – и нет головных болей!»...



Тезис 4. Молоко одновременно полезно, безопасно и приятно, - поперек этого мнения есть диаметрально противоположное. Молоко вредно, опасно и провоцирует массу заболеваний – даже в том уникальном случае, если оно вдруг попало «правильное», то есть не фальсифицированное.

http://rmj.ru/articles_1705.htm (1) : «В этиологическом спектре пищевых аллергенов ведущую роль играет аллергия к коровьему молоку, выявленная у 90% детей... Коровье молоко содержит более 15–20 различных белков, потенциально вызывающих развитие пищевой аллергии».



Итак, в статье речь об аллергии к БЕЛКУ молока. Но в молоке есть еще и САХАР! И его тоже усвоить непросто! Кому вредно полностью «правильное» (не фальсификат, без вредных «дополнений») молоко? –

Всем, кто его не усваивает. 90% **детей-аллергиков** имеют аллергию именно к БЕЛКУ молока (1). Они не могут его усвоить (расщепить), а из проблемного пищеварения прямо проистекает аллергоз (кожный, респираторный...).



Аллергоз – это проблемы с иммунитетом (частые простуды, аденоиды), пищеварением, кожей... в итоге ребенок получает клеймо «группа ЧБД» (часто болеющих детей) и привычку быть больным. Счастливое (=здоровое) детство омрачено чем? – неправильно подобранным питанием...



По данным разных источников, от 1 % (голландцы) до 20 % (славяне) в популяции изначально, от рождения, не способны усваивать молочный сахар.

(<http://ru.wikipedia.org/wiki>)

Молочный сахар называется лактоЗа, а фермент для усвоения лактоЗы называется лактАза.

Недоусвоенный молочный сахар и аллергия к молочным белкам проистекают друг из друга и усиливают общую проблемность: пищеварение, иммунитет, кожа могут пострадать в первую очередь. Органы дыхания

(частые простуды, рецидивирующие бронхиты и даже астма) тоже участвуют в драме под названием «неподходящее ребенку питание».

Знаете Вы о своем ребенке, что он лактазонегативный (не вырабатывает должное количество лактазы), или не знаете – вот в чем вопрос. А заподозрить именно такую причину для частых простуд, больного живота и проблем с кожей нелегко. Каждый специалист, к которому водят такого ребенка, видит «свои» диагнозы, и выписывает кучу лекарств «своего» профиля.



Простой совет: **ОТСТАВЬТЕ МОЛОКО**, проверьте, как в его отсутствие себя будет чувствовать дитя, - даже если и будет дан (что вряд ли), - не всегда воспринимается адекватно родителями и бабушками, уже изрядно страдавшими от частых детских простуд и болячек... Меж тем, полное исключение молочных продуктов из рациона часто болеющего ребенка с **ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ** заменой молока немолочными источниками кальция и белка помогают родителям увидеть здорового (в течение непривычно долгого периода!) ребенка, который не мается ни проблемами с животом, ни ушными инфекциями, ни зудящей кожей, ни проблемами с дыханием...

Тезис 3. Натуральное молоко лучше детских смесей – это крайне вредное заблуждение. В молочных смесях для детей так называемая «молочная основа» проходит специальную переработку, в ходе которой существенно уменьшается аллергенность и улучшается усвояемость молочного белка. Кому не подходит молочный сахар – ищите подходящие Вашему ребенку смеси (спросите про них у педиатра). Хотя и с молочными смесями, конечно, тоже бывает всякое-разное (меламин в китайском молоке и смесях для малышей)...

Тезисы 2 и 1: кальций в кости поставяет только «молочка», без молока нет здоровья.

Допустим, молоко (натуральное, не фальсификат, для тех кто способен его усвоить и не имеет проблем со здоровьем) – действительно чудесный источник и белка, и кальция. Но...с «допустим, не фальсификат» надо бы

разобраться...

Вы в курсе, что пальмовое масло отечественной пищевой промышленностью закупается в невероятных количествах, - так же, как и соевый белок...

А на прилавках магазинов кто-нибудь эту «пальму» видел? – Да! Но... в виде молочных продуктов. Нас грамотно отвлекают броской упаковкой и навязчивой рекламой,



в супермаркетах красиво и неслучайно выкладывают на полки товар и «езды по ушам» неслучайно выбранной музыкой... А в продукты, к которым мы традиционно относимся с большим доверием (молоко! это же так полезно!) – вкладывают такие странные и далекие от молочного хозяйства компоненты, что...



«...увеличился ввоз пальмового масла, которое все чаще используется отечественными производителями в качестве дешевого заменителя для натурального сырья при производстве сливочного масла и сыров...

За 9 месяцев в Россию ввезено 614 тысяч тонн пальмового масла и его фракций - на 31,7 процента больше, чем за те же месяцы прошлого года», -

<http://www.rg.ru/2015/11/20/maslo-site-anons.html>

О чем речь? – О том, что в молоке (йогурте, кефире, сметане, сливочном масле, сыре) можно не найти ни молочного белка, ни молочного жира, ни молочного сахара. И если с сахаром (лактозой) все чудесно (нет – и не надо!), то отсутствие ожидаемых белка и жира означает только одно: отсутствие молока как такового.

Кальция в пальмах тоже немного...

Кроме пальмового масла, для нехитрой подмены молока более дешевыми компонентами требуется еще и соя.

Соевый белок выгоднее (дешевле) тот, который вырос из ГМО-семян. Польза или непопольза

генномодифицированных организмов еще дискутируется – однако, аллергенность белка из ГМО не оспаривается никем.

ГМО белок аллегенен просто потому, что он непривычен для усвоения. Нет полного усвоения – есть проблемы с пищеварением, создаются проблемы в иммунитете (аллергизация, частые простуды) и метаболизме (ожирение, атеросклероз...).

Вы не верите, что Ваши шансы купить фальсификат вместо настоящего молока велики?

«...по данным Государственной службы статистики, на 1 января 2012 г. производство молока в Украине составило 11 млн. 93,5 тыс. т. При этом объем произведенной в Украине за год всей молочной продукции составляет 22 млн. т.», -

<http://markets.eizvestia.com/full/iz-belarusi-postupaet-kontra-banda>

Надои молока составили около половины от произведенной молочки (считали только «свое», без импорта). Какие Ваши шансы купить фальсификат?..

Игнат Матасар (д.м.н., профессор кафедры гигиены питания Национального медицинского университета им.А.Богомольца), указывает на высокую актуальность проблемы «молочного» фальсификата, -

<http://health.obozrevatel.com/news/2010/12/9/408907.htm>

«Росконтроль проверил 20 образцов сыра и 26 масла и выяснил, что лишь некоторые из них – настоящие», -

«Две трети сыра и сливочного масла - фальсификат», «Комсомольская правда», 11.09.2015 (2).

Чем опасно пальмовое масло? Выбирая «что подешевле», фальсификаторы берут «пальмовое масло, которое в пять раз дешевле сливочного. Импорт пальмового масла постоянно растет, что косвенно подтверждает рост фальсификата. Есть резон бояться пальмового масла, если оно низкокачественное. А уверенности в том, что в фальсификате используется высококачественное пальмовое масло – нет» (2).

«Плохо очищенное пальмовое масло может содержать вредные для здоровья продукты окислительной порчи. Еще хуже, если это жидкие растительные масла, которые сделали твердыми, подвергнув гидрогенизации. В результате этого образуются опасные транс-изомеры жирных кислот, которые были признаны ВОЗ самым опасным компонентом пищевых продуктов.

Многочисленные научные исследования доказали, что транс-жиры вызывают атеросклероз и многократно повышают риск возникновения ишемической болезни сердца, инфарктов и инсультов» (2). Транс-изомеры жирных кислот (ТИЖКи) также замечены в провокации рака...

Кроме пальмы и ГМО (соевый белок), молочные продукты в своем составе могут преподнести и другие «сюрпризы».

В «молочном», не фальсифицированном, молоке можно обнаружить еще более интересные компоненты, нежели соя и пальма.

Антибиотики и гормоны – частые спутники «молочного» молока, «мясного» мяса и «яичных» яиц... (яйца и мясо тоже подделывают, - Вы об этом знали раньше?)

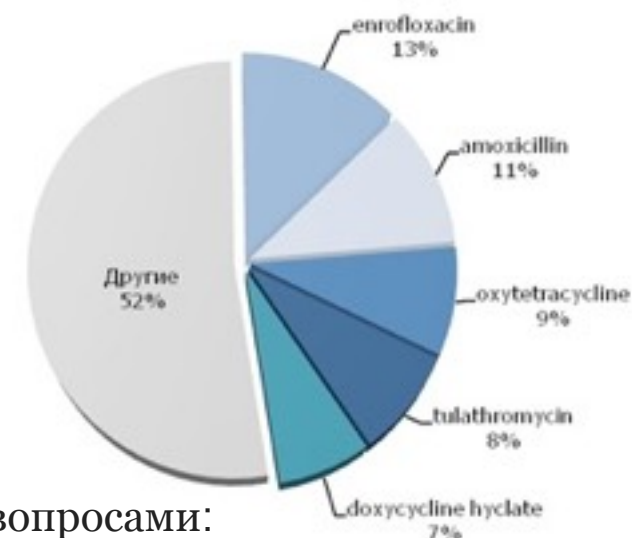


Импорт ветеринарных препаратов - антибиотиков в 2009 году, -

<http://www.abercade.ru/research/analysis/4009.html>

На графике: Структура импорта антибиотиков по

действующему веществу (МНН), представлена более чем 40 наименованиями (в т.ч. комбинации). Суммарная доля основных пяти МНН составляет около 48%, что соответствует 20,3 млн. USD.



Задача с тремя вопросами:

- если 48% импорта ветеринарных антибиотиков – это 20,3 млн. USD, - каков весь объем импорта?

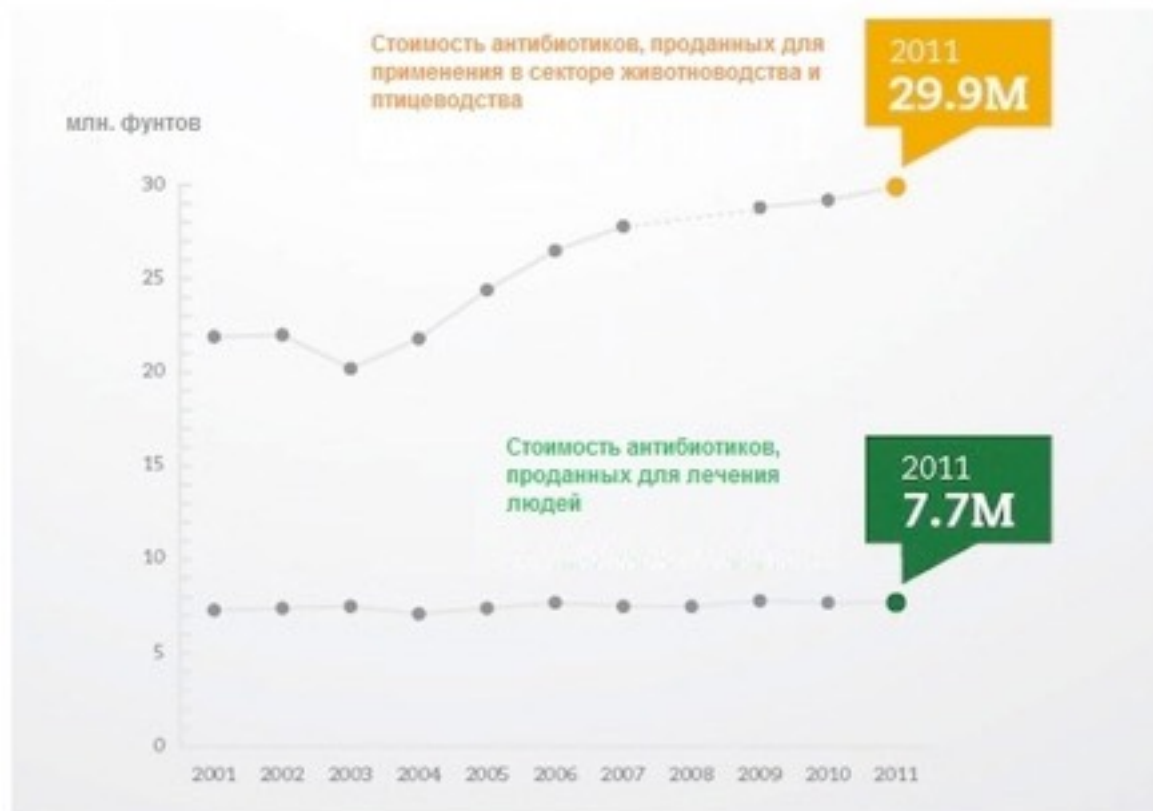
- сколько производится внутри страны антибиотиков для будущей еды?

- какие у Вас шансы получить (достаточную для алергизации) порцию антибиотиков с ежеутренней молочной кашей?

Здесь показано, что из всех потребляемых в США антибиотиков для лечения людей требуется меньшая доля, нежели применяется для выращивания нашей будущей еды (в том числе – молока). Примерно такое же соотношение (людям – будущей пище) в распределении антибиотиков выдерживается и «у нас»...

Вы не уверены, что корова, дающая молоко, требует антибиотиков?

На самом деле, она и гормональной стимуляции не требует. Однако, для повышения надоев молочному стаду вводят БСТ (бычий соматотропин).



И надои повышаются! Это бесспорно.

Однако, сами коровы болеют чаще, ввиду незапланированной Природой высокой нагрузки избыточным производством молока – возникают маститы (воспаление именно того органа, который дает молоко). При этом в молоко попадают и бактерии, и антибиотики, и сам БСТ (бычий соматотропин)...

Ввиду таких изменений в качестве молока оно становится:

А) аллергенным (антибиотики), - не поддается коррекции,
Б) канцерогенным (гормоны), - не поддается коррекции,
В) инфицированным (бактерии), - поддается коррекции, молоко можно простерилизовать...

Источник информации об опасности молока, полученного с БСТ - <http://www.seu.ru/cci/campaign/gen/rbgh.htm> :

«Из 59 биоактивных гормонов, обнаруженных в молоке, возможно, наиболее опасным является IGF-1, который является инсулиноподобным фактором роста и имеет одинаковые параметры у коров и людей. IGF-1 был признан ключевым фактором стимуляции любого вида рака у человека. В молоке коров, инъецированных BST, уровень IGF-1 неуклонно растет. Повышенный уровень этого гормона вполне можно считать "горючим" для раковых клеток. При пастеризации с IGF-1 ничего не происходит.

Для получения 0,5 кг сыра в среднем требуется около 5 кг молока. Для получения 0,5 кг масла - более 10 кг молока. Вместе с BST-сыром или маслом мы потребляем слишком большое количество гормонов».

Вот еще интересные источники, пишущие про БСТ:

<http://chem21.info/info/1277451/>

Но самое увлекательное чтение про БСТ – здесь:

«Безопасность для человека молока, полученного от коров, которым проводились инъекции соматотропина, была подтверждена...», -

<https://lenta.ru/news/2013/03/06/moustache/> , и здесь же:

«Коммерческое употребление бычьего соматотропина, по некоторым данным, в России разрешено».

Интересно – а те, кто подтвердил безопасность и разрешил применение, - сами такое молоко пьют?

Детишкам своим его дают?

А вот слайды о положении дел с ростом раковой (и сердечно-сосудистой) патологии:



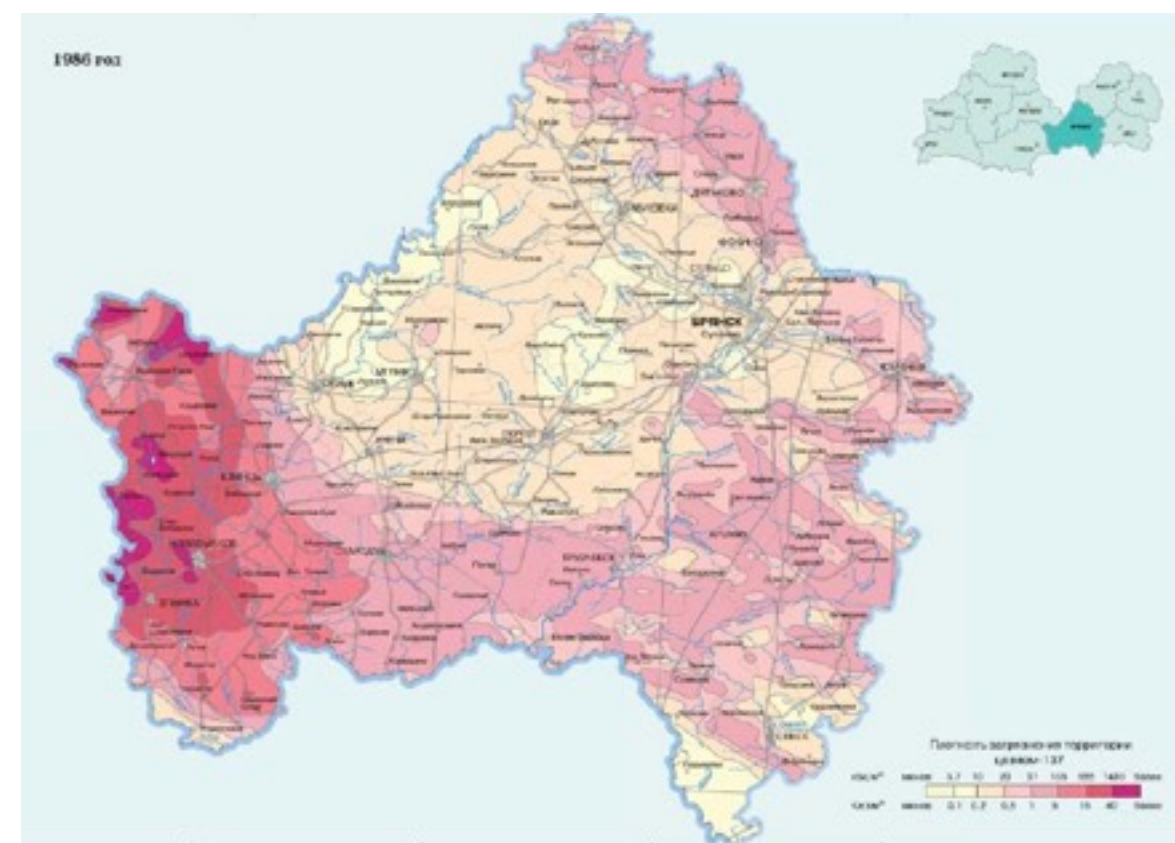
Пальма и соя – это хуже антибиотиков и канцерогенных гормонов, или не хуже?

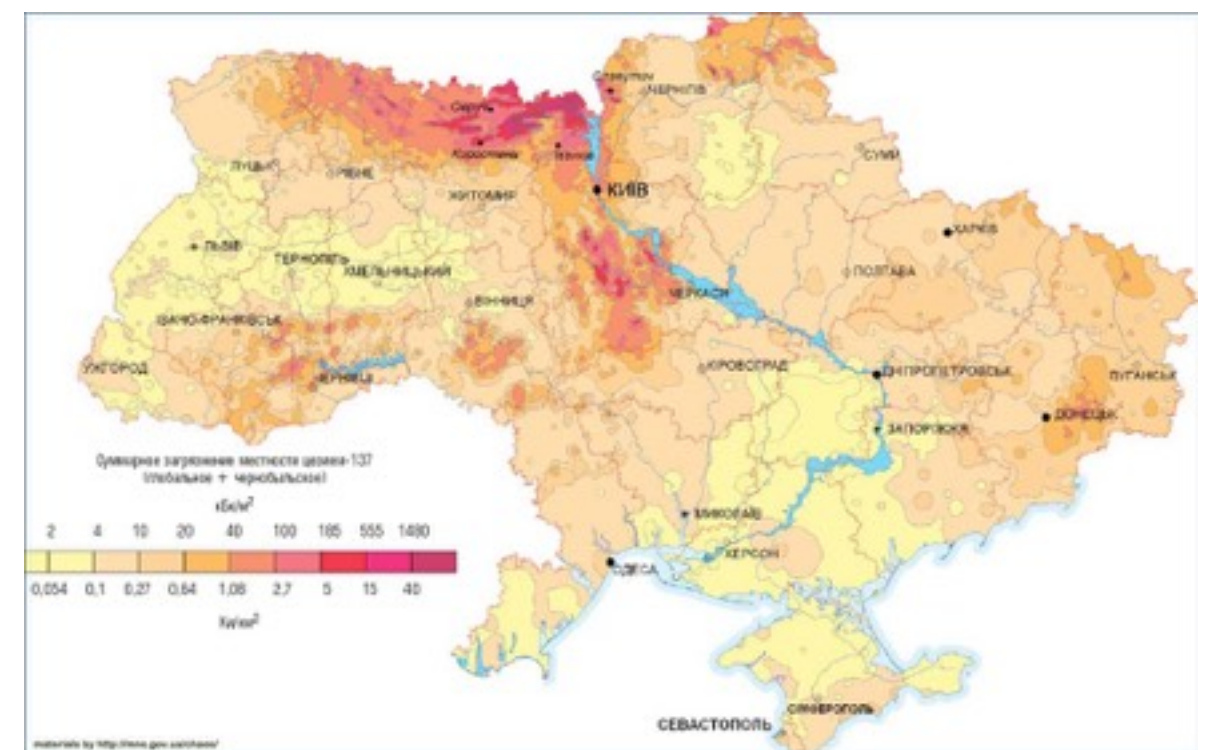
Фальсификат лучше натурального молока, или нет?
И да... мы не вспомнили еще о важных компонентах «правильного» молока. Корова пасется на траве... и ест то, что может. А в почвах многих стран, традиционно производящих хорошее молоко, есть радионуклиды...
Карты радиационного загрязнения Украины, ряда областей Беларуси и России взяты здесь:

<http://chornobyl.in.ua/karty-zagriznenia-rossii.html>

<http://chornobyl.in.ua/karta-radionulid-ukraine.html>

<http://chornobyl.in.ua/karta-belorussii.html>







Итак, молоко (самое лучшее! не фальсификат!) может быть источником чего угодно нехорошего (радионуклидов, антибиотиков, гормонов...). А кальций нужен ежедневно. Ежедневное потребление кальция должно быть ежедневным, извините за повторение...

Суточные нормы потребления кальция и витамина D

Возрастные нормы	Кальций, мг/сутки	Витамин D, МЕ/сутки
подростки и молодые взрослые (12-24 года)	1200-1500	200-400
женщины 25-50 лет	1000	200-400
беременные и кормящие женщины	1200 - 1500	200-400
мужчины 25-65 лет	1000	200-400
мужчины и женщины старше 65 лет	1500	до 800

Что делать? Кальций действительно нужен всем, и каждый день...

А если кальция не хватает, причем постоянно – мы получаем жуткую картину, которую ученые характеризуют как «должно быть лучше» (переводится как «хуже некуда»)... слайд о распространенности остеопении (дефицита костной массы) у 48% мальчиков и 60% девочек из благополучных семей, проживающих в столице, взят здесь: <http://nczd.ru/node/337>

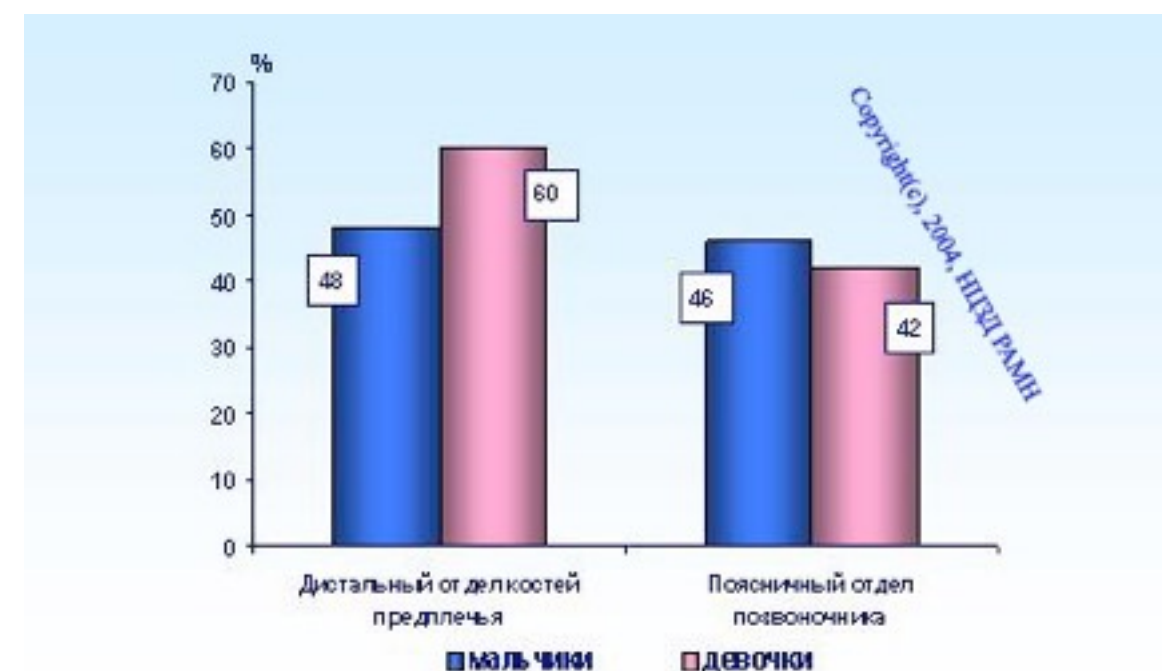


Рис 7 Частота остеопении по Z-критерию референтной базы прибора (%)

О чем речь? Ученые утверждают, что положение дел со здоровьем современных детей требует срочного улучшения – в статье (<http://nczd.ru/node/337>) речь идет о состоянии костной ткани, но очевидно, что без полноценного рациона (с достаточным содержанием ЕЖЕДНЕВНОГО

кальция и не менее ежедневного белка) здоровье детей не улучшится.

А оно требует улучшения! В первой группе здоровья сейчас «наполняемость не превышает 10%» (на самом деле во многих регионах эта цифра составляет до 3%!). Меж тем, по данным 80х годов эта цифра превышала 80%... Здоровых детей или крайне мало – или их нет вообще?!

Итак, ежедневный, легко усваиваемый кальций, нужен всем.

Полноценный белок нужен всем.

И где их брать – экологически чистые, полезные, жизненно важные?

Очевидно, требуется полноценная и адекватная замена скомпрометированного молока на что-то, что даст гарантированно чистый и качественный молочный белок и легко усвояемый кальций.



Чем они хороши?

1). Ваш ребенок легко усваивает точно просчитываемую дозу (Кальция – из Кальция Магния с Витмином Д, Аминокислот – из Пептовита).

2). Эти продукты идеальны для питания беременных, кормящих, детей, подростков, взрослых... они точно не аллергенны – более того, их применяют как раз для полноценного питания детей-аллергиков!

3). Кальций и Пептовит экологически чисты. Согласитесь, «просто» ежедневное отсутствие радионуклидов, пестицидов, гормонов и антибиотиков в рационе ребенка, беременной женщины (или небеременного мужчины) – это уже много...

4). Ввиду крайне плачевного состояния экологии в крупных и не очень городах такие функции этих Продуктов, как детоксикация, радиопротекция, онкопротекция и питание для всех клеток - нужны практически всем.

5). Дополнительным бонусом в Кальции будет Витамин Д, который улучшает доставку кальция в костную ткань и выполняет массу полезных функций (включая профилактику рака!).

6). Дополнительным бонусом в Пептовите будут карнитин и магний, которые улучшают питание всех интенсивно работающих клеток и органов, в том числе – сердца, иммунитета, печени, мозга...

Чем полезен карнитин? – Тем, что дает энергию всем клеткам, и Вы сможете прочитать про карнитин в следующих выпусках. Пока кратко: алкоголизация и

наркотизация прежде всего угрожают тем, кто с детства и подросткового возраста привык быть постоянно уставшим, в плохом состоянии здоровья и настроения...

Причины снижения жизненного тонуса и уровня здоровья зачастую кроются именно в ежедневном дефиците таких важнейших веществ, как карнитин, аминокислоты, минералы (кальций, магний)...

Делайте свой выбор среди продуктов питания... от правильности Вашего выбора зависит очень многое. Здоровья Вам и Вашим близким!!!



Приветствую Вас, читатель! Надеюсь, что эта информация поможет Вам решить проблемы. Если возникнут вопросы, то жмите на активную ссылку (вверху на странице) «О Здоровье Финансов и Вашем... Узнайте Здесь!» и связывайтесь со мной по указанным координатам. Я с удовольствием постараюсь Вам помочь.