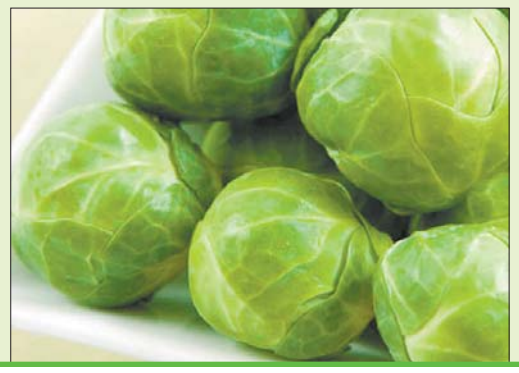
Відомості.інфо
№39 (731)
9 - 15 жовтня 2014 року
http://www.vidomosti.info/

Капуста допоможе побороти рак

Вчені знайшли речовину, яка допоможе у лікуванні раку. В достатній кількості вона міститься у звичайній капусті. Ця речовина захистить здорові тканини під час проведення радіотерапії та полегшить хворобливий стан після променевого навантаження. Дію рослинного диіндолілметану (ДІМ) випробували на мишах. ДІМ захищає від зниження в крові рівня еритроцитів і лейкоцитів, що стається в результаті радіоактивного випромінювання.



Через війну українці частіше звертаються до кардіологів

В умовах військових дій і стресових станів кількість звернень пацієнтів із серцево-судинними патологіями істотно зросла. Погані новини з Донбасу викликають стрес у сотень тисяч людей. Стресові ситуації провокують розвиток гострих захворювань серця. В Україні втричі зросла кількість коронарографій, майже в чотири рази — операцій на серці.

Список шкідливих продуктів, які категорично не можна вживати

Нині процес збільшення частки шкідливих продуктів досяг апогею

Пропонуємо список шкідливих продуктів, які категорично не можна вживати: вони небезпечні для здоров'я!

ГЛУТАМАТ НАТРІЮ. Не можна їсти продукти з добавкою Е-621 (глутамат натрію). Берете упаковку товару в магазині й читаєте. Вказаний глутамат натрію — не купуєте. Ця шкідлива «єшка» є підсилювачем смаку. Зараз його додають навіть у найнесподіваніші продукти, щоб «підсадити» на них населення. Будьте уважні! Краще використовуйте природні збуджувачі апетиту: сіль, цукор, перець і т. д.

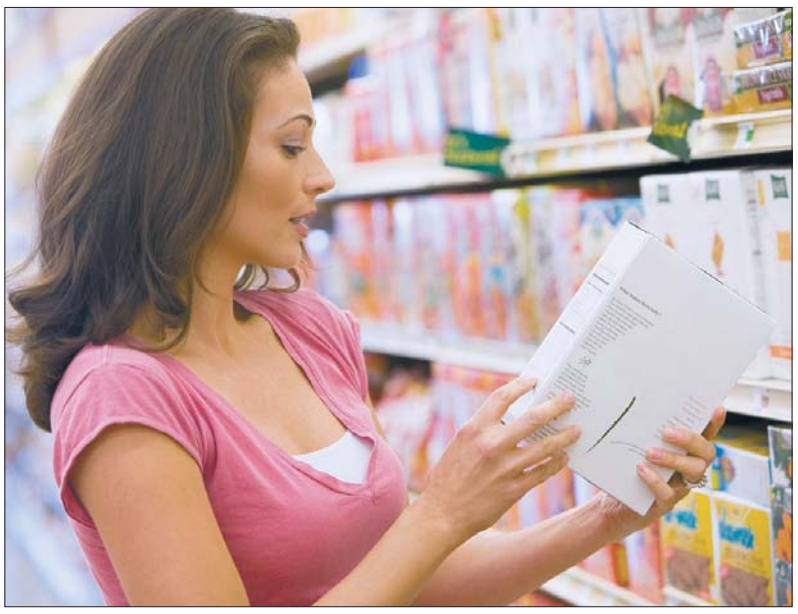
ЦУКРОЗАМІННИКИ. Хоча багато замінників цукру не містить калорій і дуже вигідні (один пластиковий контейнер замінює від 6 до 12 кг цукру), безоглядно їм довіряти не варто. Виявляється, відчувши солоденьке на язику, наш стравохід думає, що зараз отримає порцію вуглеводів, а їх немає. Після такого «обману» будь-які вуглеводи, які потрапляють в організм упродовж 24 годин, викликають непереборне відчуття голоду. Результат — зайві сантиметри на талії.

ТРАНСЖИРИ. Масло 72,5% жирності не можна їсти в жодному разі. Це трансжир — рослинна олія низького сорту, розбавлена водним. Натурального масла нижче 82,5% не буває. Якщо не вийде знайти таке, ліпше намастіть скибку до чаю маргарином.

МАЛОСОЛЬНИЙ ОСЕЛЕДЕЦЬ У ПЛАСТИКОВИХ УПАКОВКАХ. Малосольний оселедець зберігається тільки в олії. Ні в якому оцті, вині він не зберігається. Якщо оселедець без олії, значить, у нього доданий уротропін.

ЧЕРВОНА ІКРА СЛАБОСОЛЕНА. Червона ікра довго не зберігається. Тільки в замороженому вигляді або сильносолена. Якщо продається слабосолена, значить, у неї додані або уротропін, або лимонна кислота.

ГЕННО-ІНЖЕНЕРНІ ПРОДУКТИ: арахіс (імплантується ген петунії — страшно отруйна речовина, завдяки чому товар не псують комахи), зелений горошок (консервований), кукурудза (консервована), імпортна картопля, крабові палички (крабова есенція, змішана з соєю), какао, кукурудзяні палички та пластівці з цукром. Якщо купуєте кукурудзяні пластівці, палички, вони повинні бути тільки несолодкі. Тому що цукор у їх виробництві не використовують: він горить при температурі 140 градусів. Тому застосовують цукрозамінники, в цьому разі — цикламат.



КАШІ ТА КРУПИ З АРОМАТИЗАТОРАМИ Й БАРВНИКАМИ, ІДЕНТИЧНИМИ НАТУРАЛЬНИМ. Це хімічні речовини, що мають запах — присмак груші, полуниці, банана і т. д. Нічого натурального.

ЛЬОДЯНИКИ НА КШТАЛТ «БАРБАРИСУ». Зараз використовується настільки сильна хімічна есенція, що якщо ви злегка намочену цукерочку залишите на скатертині, вона пропалить ту наскрізь, разом із лаком столу. Знищується навіть пластик. Уявіть, що тоді відбувається з вашим шлунком.

МАРМЕЛАД. Нічого спільного з тим, що було за СРСР, нинішній мармелад не має. Це просто диво хімічної промисловості. Причому смертельно небезпечне.

ДЖЕМИ. Найпотужніші антиокислювачі. Ніколи ви не зможете зберегти вишню в такому первозданному вигляді!

ВАРЕНІ КОВБАСИ. Вони з генно-модифікованої сої. Сосиски, сардельки, варена ковбаса, паштети й інші продукти з так званими прихованими жирами. У їх складі сало, внутрішній жир, свиняча шкурка становлять до 40% ваги, але маскуються під м'ясо, зокрема і за допомогою смакових добавок.

ШИНКА. Ні про яку натуральність тут узагалі не йдеться. Береться тоненька шийка та кілограм гелю. За ніч у спеціальній машинці гель розмелюється разом зі шматочком шийки — і до ранку виходить величезний шматок. Справжнього м'яса в ньому не більше 5%. Усе інше — гель (підсилювачі смаку та кольору). Рожевої барви такому «м'ясцю» надають підсилювачі кольору у взаємодії зі спеціальними лампами.

СИРОКОПЧЕНІ КОВБАСИ. Уже ніхто не коптить, як раніше. Використовують коптильні рідини, в яких знову ж таки міститься формальдегід.

МОЛОЧНІ ПРОДУКТИ ТРИВАЛОГО ТЕРМІНУ ЗБЕРІГАННЯ (більше двох місяців). Усе, що зберігається понад два тижні, вживати не можна. Асептична упаковка — це упаковка з антибіотиком.

МАЙОНЕЗ У ПЛАСТИКОВИХ УПАКОВКАХ. Оцет, що міститься в майонезі, хоча його там бути не повинно, роз'їдає стінки пачки, вивільняючи канцерогени. У пластик можна класти тільки нейтральні продукти.

ВИНОГРАД, ЯКИЙ НЕ ПСУЄТЬСЯ. Виноград до останньої бубки з'їдає грибок. Гроно ще не встигли зняти з гілки, а його вже їдять грибки. Тому, якщо продається, скажімо, кишмиш і лежить більше п'яти діб, то можете бути певні, що він оброблений хлороформом та іншими потужними антиокислювачами.

ПЕРЕЦЬ (не в сезон)**.** Стовідсотково генно-модифікований продукт. Його не можна їсти тим, хто страждає від запальних захворювань шлунково-кишкового тракту, гіпертонії, ішемічної хвороби серця, геморою, безсоння, психічних розладів, епілепсії, недугів нирок і серця. Саме цей овоч входить у топ-десятку продуктів, що найчастіше містять азотисті добрива, пестициди. І навіть якщо з'їсти всього один такий перчик, можуть виникнути серйозні проблеми зі здоров'ям. Тому краще купувати його тільки в сезон достигання, а саме влітку, й бажано, щоб був вирощений у вашій місцевості.

ДРІЖДЖОВИЙ І БІЛИЙ ХЛІБ. Вживаючи дріжджовий хліб, ви їсте самі грибки. Перевагу потрібно віддавати житньому хлібу. Рафіноване, «вихолощене» біле борошно вищих сортів, як і решта рафінованих продуктів, упевнено входить до лідерів «антирейтингів» шкідливих харчів.

ПОКУПНІ ГРИБИ, КУРАГА, ЧОРНОСЛИВ, РОДЗИНКИ. Якщо бачите апетитну жовтогарячу курагу або родзинки, проходьте мимо. Задумайтеся, що потрібно зробити з тією абрикоскою, щоб зберегти її такою, ніби вона щойно зірвана з дерева. «Правильна» курага повинна бути страшненька та зморщена.

МОРОЗИВО. Особливо в спеціалізованих закладах або іноземне. Зараз фактично неможливо знайти морозиво, виготовлене з молока. А фруктові льоди — це взагалі «голі» есенції, нічого натурального в них немає.

КЕКСИ В УПАКОВКАХ І РУЛЕТИ. Вони не черствіють, не псуються, не сохнуть. Такий рулетик вам місяць лежатиме. І ще через місяць буде такий же.

ШОКОЛАДНІ ЦУКЕРКИ. 90% шоколаду — це зовсім не шоколад (барвники-замінники). А популярні шоколадні батончики — це взагалі гігантська кількість калорій у поєднанні з хімічними добавками, генетично модифікованими продуктами, барвниками й ароматизаторами.

КУРЯТИНА. Чоловікам узагалі не можна їсти куплене м'ясо птиці. Тому що курятина вся на гормонах. Вона містить шість жіночих гормонів, включаючи прогестерон. А коли чоловік починає їсти жіночі гормони, у нього, природно, падає тестостерон, причому до рівня, який потім не відновити. Баран — єдина тварина, яка не буде їсти ніяких гормонів. Споживайте м'ясо некомерційних ліній. Кури зараз — це найбільш комерційний продукт!

ПЛАВЛЕНІ СИРКИ. У порівнянні з твердими сортами плавлені сирки містять більше натрію, що робить їх небажаною їжею для людей, які страждають від гіпертонії та інших серцево-судинних захворювань.

РОЗЧИННА КАВА. Чоловікам узагалі не можна! Категорично! Відбувається повне переродження гормональних залоз.

АРОМАТИЗОВАНІ ЧАЇ. Пийте натуральний чай, у якому нічого не плаває, додаткового смаку немає. Всі ароматизовані чаї або з лимонною кислотою, або з апельсиновою, або з іще якоюсь. Необхідно всі кислоти вивести з організму.

РАФІНОВАНА ДЕЗОДОРОВАНА РОСЛИННА ОЛІЯ. Рафінована олія, до речі, за молекулярною структурою майже не відрізняється від пластику, що відбувається з нею в процесі сильного нагрівання при рафінуванні. Така олія зашлаковує організм та є найсильнішим канцерогеном. Із цієї ж причини не можна двічі смажити на тій самій олії, крім оливкової... Рафіновану олію небажано використовувати в сирому вигляді в салатах. На ній можна тільки смажити.

КЕТЧУП, РІЗНІ СОУСИ ТА ЗАПРАВКИ. В них украй високий вміст барвників, замінників і ГМО, крім того, консерванти, що захищають ці продукти від псування, порушують мікрофлору кишечнику, знищуючи і корисні мікроби в організмі.

КАРТОПЛЯНІ ЧИПСИ. По суті це суміш вуглеводів і жир, плюс штучні смакові добавки.

ПРОДУКТИ ШВИДКОГО ПРИГОТУВАННЯ: «швидка» локшина, розчинні супчики, сухе картопляне пюре абощо. Все це суцільна хімія, що завдає неабиякої шкоди організму.

АЛКОГОЛЬ. Навіть у мінімальних кількостях заважає засвоєнню вітамінів. Крім того, спиртне дуже калорійне, а отже, загрожує ожирінням. Розповідати про руйнівний вплив алкоголю на печінку, нирки, напевно, годі: ви і так усе чудово знаєте. І не варто спиратися на сумнівне твердження, що «келишок вина для апетиту» йде на користь. Усе це відповідає дійсності лише у разі розумного підходу до його вживання (досить рідко та в малих дозах).

СОЛОДКІ ГАЗОВАНІ НАПОЇ. Солодка «газбулька» — суміш цукру, хімії та газів — щоб швидше розподілити по організму шкідливі речовини. До того ж газовані солодкі напої шкідливі й високою концентрацією цукру — в еквіваленті 4–5 чайних ложок, розбавлених у склянці води.

ПОЛУНИЦЯ ВЗИМКУ. Зимова полуниця — гроші на вітер. Жодного вітамінчика там немає. Це не стосується вас, якщо ви живете, наприклад, у Ізраїлі, де саме взимку «полуничний» сезон.

СОКИ В ПАКЕТАХ. Користю щойно витиснутих зі свіжих фруктів соків тут навіть не пахне! Затямте собі: ну немає натуральних соків у продажу в пакетах. Немає! Не смійте поїти ними дітей! Це чиста хімія.

Лимон у 10 000 разів ефективніший за хіміотерапію

Онкологія є результатом окислення організму й лікується так само, як і грибкові захворювання.

Хай як парадоксально, та свіжий лимонний сік, якщо його вживати в чистому вигляді, без цукру, володіє потужною олужнювальною властивістю та нормалізує порушений pH-баланс при підвищеній кислотності організму. Саме тому дієтологи вважають лимон одним із найкорисніших для людини фруктів. Одначе завважте: якщо вживати цитрину разом із цукром, то вона, навпаки, не зменшує, а підвищує кислотність.

Людина, що з'їдає щодня лимон або випиває лимонний сік (краще це робити зранку), точно ніколи не хворітиме. Єдине, що потрібно врахувати, — це те, що лимон треба їсти і пити чай зі скибочками без кісточок, які мають протилежний вплив (дуже токсичні) та нейтралізують його корисну дію.

Щоби не зруйнувати зубну емаль, сік лимона, навіть розбавлений, краще пити через соломинку, а потім ретельно сполоснути рот злегка підсоленою водою.

Лимон (та й усі цитрусові) є чудодійним продуктом, здатним убити ракові клітини. Він у 10 000 разів сильніший від хіміотерапії! Чому ми не знаємо про це? Бо є лабораторії, зацікавлені в створенні синтетичної версії, яка принесе їм величезний прибуток. Ви можете тепер допомогти нужденному другу, довівши до його відома, що лимонний сік здатний запобігти хворобі. Подумайте про те, скільки людей можна врятувати, відкривши цю таємницю, яка зберігається через змову багатіїв лише для того, щоб не наразити на небезпеку статки мультимільйонерів і великі корпорації.

Варіанти споживання лимона розмаїті: ви можете з'їсти м'якоть, випити сік, приготувати напої, шербет, спекти печиво тощо...

Цитрині приписують багато достоїнств, але найцікавішим є вплив, який вона чинить на кісти і пухлини. Доведено, що цей плід є дієвим засобом проти ракових утворень усіх типів. Вважається, що лимон

дуже шкідливий для будь-яких різновидів раку.

Також його розглядають як антимікробний елемент проти бактеріальних інфекцій і грибків, паразитів. Крім того, цитрина знижує високий кров'яний тиск. А ще — працює як антидепресант, зменшуючи напругу і нервові розлади.

Ця інформація пройшла більше 20 лабораторних випробувань із 1970 року, які показали чудові результати. Лимон руйнує злоякісні клітини у разі 12 ракових утворень, з-поміж яких рак грудей, простати, підшлункової залози...

Складники лимонного дерева показали у 10 тисяч разів кращі результати, ніж продукт Adriamycin — препарат, який зазвичай використовується в хіміотерапевтичному світі для сповільнення росту ракових клітин. І що ще дивовижніше: цей тип терапії з лимоном руйнує тільки злоякісні ракові клітини, не зачіпаючи здорові.