



Курир објављује списак материја за које се основано сумња да изазивају појаву најтеже болести. Пажљиво проучите шта пише на амбалажи прехранбених производа, поручују лекари. На врху листе опасних намирница шунка у цреву, “пица шунка”, виршле

БЕОГРАД - Срби једу храну крцату материјама које изазивају рак, а нису ни свесни тога!

“Умро је после кратке и тешке болести.” Читуље су пуне слика и имена оних који су живот окончали на овај начин, односно оних који су умрли од рака. Рак или канцер реч је која се избегава, не изговара се и не пише чак ни у умрлицама.

У Србији сваке године од ове болести оболи 32.000, а умре 18.000 људи! У сваком моменту најмање 160.000 Срба има неку врсту карцинома. Будућност је, нажалост, још црња. Професор др Ненад Боројевић, директор Института за онкологију, највеће установе за лечење малигних болести у нашој земљи, за Курир каже да се број оболелих сваке године увећа за пет одсто! Као потенцијалне узрочнике рака директор Института наводи и храну пуну адитива и разних врста конзерванса за које је доказано да су канцерогени.

Као доктор не могу да забраним да се у појединим намирницама налазе те материје. Многе врсте пестицида које се употребљавају за прскање биљака које се касније користе у исхрани могу бити потенцијални изазивачи рака. Потребно је да се оне законом забране - истиче доктор Боројевић.

Са тврдњама доктора Боројевића слаже се и доктор ветеринарске медицине Мирослав Стојшић, бивши начелник Републичке ветеринарске инспекције и некадашњи савезни инспектор за увоз и извоз.

У неким месним прерађевинама налази се и забрањени полифосфат, који на људе делује мутагено и у другом и трећем колену, а који утиче на оболевање од рака дебелог црева. Свињско месо у српским месарама најчешће је лошег квалитета. У исхрани свиња користи се такозвана сано храна, пуна хормона, антибиотика и седатива, захваљујући којима је животиња за пет месеци спремна за клање. Једући такво месо, нарочито плескавице које су пуне соје, лоја и полифосфата, који спада у генотоксичне материје и чија је употреба забрањена свуда у свету, људи могу добити мутације гена које ће се испољити тек код њихове деце или деце њихове деце - објашњава доктор Стојшић. Он додаје да на декларацијама не пише да месо садржи те материје, већ се оне воде као адитиви, који нису законом забрањени.

Шунке у цреву и “пица шунке” такође спадају у врло лоше прерађевине које, ако се дуго и често једу, могу да изазову рак дебелог црева. Шунка се прави од свињског бута, чија је цена око 500 динара, а она је дуго јефтинија. А то је зато што на 100 килограма свињског бута иде од 100 до 150 килограма леда. Да би се та маса ујединила, додаје се соја, а у то још улазе и већ поменути полифосфати, као и побољшивачи укуса и глутаминати - прича Стојшић, и наглашава да ту није крај “рецептури”. У масу се додаје и емулгатор карагенан, који се добија из морских алги и спада у хидроколоиде, материје које везују воду, па је такође канцероген.

Доктор Стојшић наглашава да за канцерогене материје нема безбедне границе вредности због чега и најмање количине могу утицати на развој и појаву рака!

Ни виршле нису безбедне. Исто као и шунка, упола су јефтиније од меса од којег се праве. У њихов састав улазе шија, леђа, тртица и кости од пилића који су пуни антибиотика, хормона, тешких метала и бактерија - закључује Стојшић.

КАКО ШУНКА ИЗАЗИВА КАНЦЕР

Када човек поједе шунку и она се разложи у дигестивном тракту, карагенин се лепи за слузокожу дебелог црева изазивајући његову упалу или колитис, а нуспојава је затвор. После пражњења дебелог црева, на зидовима се праве ранице које доводе до улцерозног колитиса. Нитритна со из шунке с протеинима из меса и соје прави нитрозоамине, а они, када дођу у додир с раницама, на слузокожи дебелог црева изазивају рак - истиче Мирослав Стојшић и додаје како се “сад сви чудимо одакле толики број оболелих од рака”.

ОПАСНИ ЕМУЛГАТОРИ

Према речима доктора Стојшића, емулгатор је материја која се додаје у индустријски произведену храну да би она имала лепши укус, мирис или боју. Емулгатори се такође користе и као конзерванси.

Њихов дуготрајан унос штетан је по здравље. У земљама западне Европе веома се строго контролишу и готово не користе. У земљама које су недавно “ушле” у Европу постоји законска обавеза да на етикети производа буде декларисано који су емулгатори додати и у којим количинама. Код нас је та “политика” у повоју и има доста производа на којима то није јасно или није уопште декларисано.

ОВО САМ НАШЛА У СВОМ ФРИЖИДЕРУ

Енергетско пиће - натријум бензоат (E211) максимум 0,012 одсто Благ кечап - исти конзерванс али максимум 0,1 одсто Пилеће виршле - конзерванс: натријум нитрит (E250), антиоксиданти: натријум лактат E325, конзерванс E 250, емулгатор E450 Крањска кобасица - конзерванс E 250, боја E 120, стабилизатор E 450, антиоксидант аксорбинска киселина E 300, конзерванс натријум нитрит (E250), емулгатори E450, E 451, E452

ПАЖЊА! ПАЖЊА!

Залепите ово на фрижидер и преконтролишите има ли у ономе што једете емулгатора са списка!

Емулгатори

Листа емулгатора (адитива) који су сумњиви, опасни и забрањени у ЕУ: више од 2% нитрита канцерогено (у одређеној количини изазива рак) више од 3% полифосфата - веома опасно

E102 – опасан

E103 – забрањен

E104 – сумњив

E105 – забрањен

E110 - опасан (вештачка боја)

E111 – забрањен

E120 – опасан

E121 – забрањен

E122 – сумњив

E123 - веома опасан

E124 - опасан (вештачка боја)

E125 – забрањен

E126 – забрањен

E127 – опасан

E130 – забрањен

E131 - изазивач рака

E141 – сумњив

E142 - изазивач рака

E171 – сумњив

E173 – сумњив

E180 – сумњив

E210 - изазивач рака

E211 - изазивач рака

E212 - изазивач рака

E213 - изазивач рака

E215 - изазивач рака

E216 - изазивач рака

E217 - изазивач рака

E221 - поремећај црева

E222 - поремећај црева

E223 - поремећај црева

E224 - поремећај црева

E226 - поремећај црева

E230 - штетан за кожу

E231 - штетан за кожу

E232 - штетан за кожу

E241 – сумњив

E250 - изазива поремећај крвног притиска

E251 - изазива поремећај крвног притиска

E330 - лимунска киселина (клиника за педијатријску клинику у Диселдорфу тврди да изазива рак)

E311 - изазива осип

E312 - изазива осип

E320 – холестерол

E321 – холестерол

E322 - напада желудац, лецитин

E338 - поремећај желуца

E339 - поремећај желуца

E340 - поремећај желуца

E341 - поремећај желуца

E407 - поремећај црева

E450 - поремећај желуца и црева

E461 - поремећај желуца

E462 - поремећај желуца

E463 - поремећај желуца

КОНЗЕРВАНСИ

ИЗАЗИВАЧИ ЗЛОЋУДНИХ ТУМОРА: E105, E121, E125, E131, E142, E210, E240, E447

ИЗАЗИВАЧИ ОБОЉЕЊА

ЖЕЛУДАЧНО-ЦРЕВНОГ ТРАКТА: E221-226, E320, E338-341, E405, E407, E461-466

ИЗАЗИВАЧИ АЛЕРГИЈЕ: E230, E239, E311-313

ИЗАЗИВАЧИ БОЛЕСТИ ЈЕТРЕ И БУБРЕГА: E171-173, E320, E322

<http://www.kurir-info.rs/clanak/tema-nedelje/kurir-18-04-2010/rak-za-dorucak>