

Aluminium a osteoporoza i choroba Alzheimera

10 listopada 2012

Nowa analiza opublikowana w „The International Journal of Electrochemical Science” dowodzi, że gotowanie z udziałem aluminium powoduje wzrost ryzyka rozwoju osteoporozy i choroby Alzheimera. Ciało ludzkie może tolerować 1 mg aluminium na 1 kg masy kostnej zanim zaczyna je akumulować w mózgu.

Co jest naprawdę zdumiewające – że aż do 139,2 mg aluminium może być zjedzone przez jedną osobę w jednym posiłku w zależności od tego, jak jest on przygotowywany. Powszechną praktyką na świecie jest gotowanie, przygotowywanie i przetrzymywanie żywności w opakowaniach z aluminium. Gdy aluminium jest zimne, jego przenikanie do żywności jest na poziomie minimalnym. Jednak gdy żywność przygotowywana jest w temperaturze ok. 150 stopni, przenikanie aluminium do żywności jest alarmujące.

Badacze przebadali 5 różnych rodzajów mięsa (wołowina, mięso bawoła, baranina, kurczaki, indyki); zostały one opakowane w folię aluminiową i gotowano je w piekarniku w różnych temperaturach ponad 150 stopni.

Odkryto, że poziom koncentracji aluminium wzrósł o 378 % w mięsie czerwonym, a w drobiu o 215%.

Stwierdzono także, że tłuszcz zawarty w mięsie, w dodatku do procesu gotowania, miał wpływ na ilość aluminium, jakie stwierdzono w mięsie po próbie.

Ujawniono też, że żywność wysoce kwasowa zawinięta w aluminiową folię zawierała dwa razy tyle aluminium; wpływ na jego poziom miała również wielkość formy, w jakiej gotowano.

Producenci żywności często stosują aluminium do składowania i

przechowywania żywności. To sposób tani, a ten metal jest łatwy w kształtowaniu. Jednak są sposoby, żeby zmniejszyć przyjmowane dawki aluminium.

Jak zmniejszyć poziom aluminium w waszej diecie?

1. Zwyczajnie, woda pitna zawiera małe dawki aluminium. Dlatego, starajcie się unikać picia wody z kranu oraz napojów gazowanych, jakie znajdują się w aluminiowych pojemnikach.

2. Starajcie się unikać antyperspirantów (dezodorantów), jakie zawierają aluminium. Wiele wiodących marek antyperspirantów zawiera w sobie duże ilości aluminium. Studium badawcze opublikowane przez „The Journal of Applied Toxicology” dowodzi, że długotrwałe poddawanie ludzkich komórek nabłonkowych tętnic na działanie aluminium skutkuje wzrostem ryzyka zachorowania na raka.

3. Zaleca się brać suplementy wapnia, magnezu i cynku, aby pomagać układowi odpornościowemu w zwalczaniu gromadzenia nadmiernych ilości aluminium.

4. Są alternatywne lekarstwa i żywność, jakie pomagają w detoksykacji ciała z aluminium. Sok z cytryny, żółty imbir, czosnek, brunatnica, kolendra, wszystkie one są powszechnie stosowane w celu odtrucia organizmu z aluminium. Również moczenie nóg przez 30 minut lub dłużej w epsomie (sól gorzka, pół szklanki) lub soli morskiej (pół szklanki) może usuwać aluminium.

Badanie podsumowane jest wnioskiem, że folia aluminiowa nie jest właściwym środkiem do gotowania, szczególnie do żywności, jakie jest wysoce kwasowe, i że przyjmowanie pokarmów pieczonych z użyciem tej folii może sprzyjać rozwojowi trwałych chorób różnego rodzaju.

Jest dosyć dowodów na to, że ludzie narażeni na działanie dużych ilości aluminium poddani są ryzyku powstania i rozwojowi śmiertelnych chorób i innych komplikacji dla

zdrowia.

Trudność polega na tym, że aluminium stosowane jest niemal powszechnie w produkcji żywności.

W porównaniu do problemu pozbycia się związków fluoru z naszej diety, aluminium jest tak wszechobecne, że jest to prawie niemożliwe, żeby usunąć z naszego życia to wszystko, co zostało z niego sztucznie stworzone.

Najlepsze, co możemy zrobić to tworzyć stan powszechnej świadomości naszego społeczeństwa w sprawie zagrożeń związanych z aluminium i żądać od rządzących oznaczania ryzyka związanego ze stosowaniem aluminium, szczególnie podczas gotowania.

Wyniki badań w formacie PDF możecie pobrać [TUTAJ](#).

Opracowanie: Andrew Puhanic

Na podstawie: www.theglobalistreport.com

Źródło oryginalne: [Activist Post](#)

Źródło polskie: [Stop Syjonizmowi](#)