

# Aluminium – niebezpieczna trucizna

24 sierpnia 2015

Organizm współczesnego człowieka jest narażony na zbyt częsty kontakt ze szkodliwymi związkami aluminium. Od dawna wiadomo, że aluminium (glin) jest metalem neurotoksycznym. Są liczne dowody na to, że skażenie organizmu jego związkami powoduje nie tylko chorobę Alzheimera, ale wiele chorób neurologicznych, w tym demencję, autyzm i chorobę Parkinsona.

Nowe badania, przeprowadzone w Keele University w Wielkiej Brytanii są w kwestii toksyczności aluminium przełomem. Naukowcy wykazali, że wysoki poziom tego metalu w mózgu prowadzi do choroby Alzheimera. Aluminium przenika bezpośrednio do centralnego układu nerwowego. Uszkadza tkanki mózgu i prowadzi do choroby zwyrodnieniowej, a także może pogorszyć pracę tarczycy oraz zwiększyć łamliwość kości. W przeciwieństwie do żelaza i miedzi, aluminium nie ma żadnej znanej funkcji biologicznej. We krwi jest przenoszona przez transferynę, czyli białko, która przenosi także żelazo.

## GDZIE ZNAJDUJE SIĘ ALUMINIUM?

Podczas testów laboratoryjnych aluminium znaleziono w ogromnej liczbie produktów, od żywności i napojów począwszy, na produktach konsumenckich i lekach skończywszy:

- W lekach: środki przeciwbólowe, środki zobojętniające kwas, środki przeciw bieguncie i w dodatkach typu stearynian magnezu
- W szczepionkach. Według niektórych naukowców aluminium jest bardziej toksyczne niż rtęć, która... również znajduje się w szczepionkach
- Aluminium stosowane jest przy produkcji kosmetyków: środków do pielęgnacji ciała, dezodorantów, antyperspirantów, filtrach

w kremach przeciwsłonecznych, szamponach, pastach do zębów

– Aluminium znajduje się w opakowaniach do żywności: w folii, w puszkach, kartonach na soki oraz w garnkach z niego wykonanych

– W żywności: E 173 (aluminium: środek barwiący cukierki na kolor srebrny i dekoracje stosowane na wypiekach), E 541 (fosforan aluminowo-sodowy: środek emulgujący, dodawany do pieczywa i ciasta), E 554 (krzemian aluminowo-sodowy: środek przeciwzbrylający, stosowany w soli, cukrze, gumach do żucia), E 556 (krzemian aluminowo-wapniowy: środek przeciwzbrylający, stosowany w gumach do żucia) i E 559 (krzemian aluminowy: uznany za „nieszkodliwy”).

Aluminium stosuje się podczas produkcji sera topionego i w niektórych metodach konserwowania. Także biała mąka, jest dlatego biała, że jest poddawane procesowi wybielania, w którym znajdują się związki aluminium i potasu. Badania wykazały, że szczególnie skażone tym metalem są puszkowane konserwy warzywne i owocowe, zwłaszcza te o kwaśnym odczynie.

## **WPŁYW TEMPERATURY NA ZAWARTOŚĆ ALUMINIUM**

Co jest naprawdę zaskakujące – 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 – zostały one opakowane w folię aluminową i gotowano je w piekarniku w temperaturach ponad 150 stopni. Odkryto, że poziom koncentracji aluminium wzrósł o 378% w mięsie czerwonym, a w drobiu o 215 %.

## **JAK USUNĄĆ ALUMINIUM Z ORGANIZMU?**

Świetnym sposobem na usunięcie aluminium w prosty sposób jest odkwaszenie organizmu, gdyż metale wtedy są mniej reakcyjne i wyrządzają znacznie mniej szkód. Silnie zasadowe surowe warzywa i owoce (seler, pietruszka, burak, jarmuż, ogórek, szpinak, jabłka) są jednocześnie detoksykujące i skutecznie wspomagają mechanizmy oczyszczania organizmu z metali ciężkich, w tym aluminium.

Nieocenionym warzywem jest czosnek, który pomaga zwiększyć zdolności neutralizacyjne organizmu i zmobilizować go do usuwania aluminium w szybkim tempie. Codzienna szklanka soku z marchwi z dodatkiem cytryny potrafi zdziałać wiele dobrego w naszym organizmie. Wysokie dawki witaminy C usuwają nie tylko aluminium, także inne metale ciężkie, takie jak rtęć, kadm i ołów. Powszechnie stosowane zioła w celu odtrucia organizmu to żółty imbir, brunatnica oraz kolendra.

Pomocny może być także glon (alga) zwany chlorellą. Niedawne badania przeprowadzone na zwierzętach wykazały, że chlorella usuwa aluminium m.in. z kości lepiej niż jakikolwiek inny znany czynnik odtruwający. Ściana komórkowa chlorelli zawiera sporopolleinę, jest to unikalna substancja, która wiąże metale nieodwracalnie, w ten sposób toksyny wydalone są z organizmu.

Autorstwo: Preston

Źródło: [ZmianyNaZiemi.pl](http://ZmianyNaZiemi.pl)