

Aspartam. Gorzka prawda o sztucznych słodzikach

3 sierpnia 2019

Substytut cukru, aspartam, wywołuje wiele niepokojących zaburzeń, od zaników pamięci po nowotwory mózgu. Mimo to amerykański Urząd ds. Leków i Żywności dopuścił do spożycia i nadal toleruje tę jedną z najniebezpieczniejszych substancji dodawanych do naszego pożywienia.

Aspartam to techniczna nazwa szeregu produktów, takich jak NutraSweet, Equal, Spoonful czy EqualMeasure. Aspartam odkryto przypadkiem w roku 1965, kiedy James Schlatter, chemik zatrudniony w G.D. Searle Company, testował lek przeciwwrzodowy. Środek ten dopuszczono do stosowania w suchych wyrobach spożywczych w roku 1981, a w napojach gazowanych w roku 1983. W rzeczywistości po raz pierwszy dopuszczono go do stosowania w suchej żywności 26 lipca 1974 roku, jednak na skutek zastrzeżeń zgłoszonych przez neurologa dra Johna W. Olneya oraz prawnika organizacji konsumenckiej Jamesa Turnera w sierpniu tego samego roku oraz po sprawdzeniu procedury badawczej zastosowanej w G.D. Searle, amerykański Urząd ds. Leków i Żywności 5 grudnia 1974 roku uchylił swoją zgodę. W roku 1985 firma G.D. Searle została nabyta przez koncern Monsanto, który wydzielił następnie z siebie Searle Pharmaceuticals i NutraSweet jako niezależne firmy.

Aspartam jest obecnie najniebezpieczniejszą substancją na rynku, jaką dodaje się do żywności.

Aspartam jest przyczyną ponad 75 procent negatywnych reakcji na występujące w żywności dodatki zgłaszanych do amerykańskiego Urzędu ds. Leków i Żywności. Wiele z tych reakcji ma bardzo poważny charakter, jak choćby napady apopleksji, a nawet śmierć, o czym w lutym 1994 roku doniósł raport Departamentu Zdrowia i Opieki Społecznej. Wśród 90

udokumentowanych symptomów wymienionych w raporcie znajdują się między innymi: bóle głowy/migreny, zawroty głowy, apopleksje, mdłości, drętwienie, skurcze mięśni, przybieranie na wadze, wysypki, depresja, znużenie, rozdrażnienie, częstoskurcz, bezsenność, zaburzenia wzroku, utrata słuchu, palpacje serca, trudności w oddychaniu, napady niepokoju, zaburzenia mowy, utrata smaku, szum w uszach, zaburzenia pamięci i bóle stawów.

Zdaniem naukowców oraz lekarzy badających negatywne skutki wywoływane przez aspartam, spożywanie tego środka może wywołać lub zaostrzyć przebieg następujących chorób: nowotwory mózgu, stwardnienie rozsiane, epilepsja, syndrom chronicznego zmęczenia, choroba Parkinsona, choroba Alzheimera, zaniki pamięci, chłoniak, wady wrodzone, cukrzyca.

W skład aspartamu wchodzi trzy związki chemiczne: kwas asparaginowy, fenyloalanina i metanol. Napisana przez Jamesa i Phyllis Balchów książka „Prescription for Nutritional Healing” („Recepta na leczenie żywnością”) zalicza aspartam do kategorii „chemicznych trucizn”. Jak się przekonamy, nie ma w tym krzty przesady.

KWAS ASPARAGINOWY (40% ASPARTAMU)

Dr Russell L. Blaylock, profesor neurochirurgii Uniwersytetu Medycznego w Missisipi, opublikował ostatnio książkę opisującą szczegółowo zniszczenia spowodowane spożywaniem nadmiernej ilości kwasu asparaginowego z aspartamu. (99 procent glutaminianu sodu to kwas glutaminowy. Zniszczenia, jakie on powoduje, są również omówione w książce Blaylocka). Blaylock przytacza blisko 500 naukowych źródeł, aby wykazać, że nadmiar występujących w żywności wolnych aminokwasów, takich jak kwas asparaginowy czy glutaminowy, wywołuje szereg poważnych, chronicznych zaburzeń neurologicznych oraz wiele innych niepokojących symptomów.

JAK ASPARTAM (I GLUTAMINIAN) DOKONUJE ZNISZCZEŃ?

Asparaginian i glutaminian działają w mózgu jak neuroprzekaźniki ułatwiając przepływ informacji z neuronu do neuronu. Nadmiar tych substancji w mózgu prowadzi do śmierci pewnych neuronów, gdyż umożliwia napływ zbyt dużej ilości wapnia do komórek. Nadmiar wapnia prowadzi z kolei do powstawania zbyt dużej liczby wolnych rodników, które zabijają komórki. Ponieważ nadmiar asparaginianu bądź glutaminianu może doprowadzić do uszkodzeń komórek nerwowych, substancje te nazywane są „toksynami pobudzającymi” – pobudzają komórki nerwowe do śmierci.

Kwas asparaginowy należy do aminokwasów. Przyjęty w wolnej postaci (nie związany z proteinami) znacznie podnosi poziom asparaginianu oraz glutaminianu w osoczu krwi.

Nadmiar asparaginianu i glutaminianu w osoczu krwi występujący wkrótce po spożyciu aspartamu albo produktów zawierających wolny kwas glutaminowy (prekursor glutaminianowy) prowadzi do wytworzenia wysokiego poziomu tych neuroprzekaźników w pewnych obszarach mózgu.

Dzieje się tak, kiedy bariera naczyniowo-mózgowa (BBB5), która normalnie chroni mózg przed nadmiarem glutaminianu i asparaginianu, podobnie jak przed toksynami, (1) nie została w pełni wykształcona w dzieciństwie, (2) nie w pełni chroni wszystkie obszary mózgu, (3) jest uszkodzona na skutek stale powtarzających się, niekorzystnych warunków i (4) pozwala na pewien przeciek nadmiaru asparaginianu i glutaminianu do mózgu, mimo iż jest w pełni sprawna.

Nadmiar glutaminianu i asparaginianu z wolna zaczyna niszczyć neurony. Zdecydowana większość (ponad 75 %) komórek nerwowych w określonym obszarze mózgu zostaje uśmiercona, zanim pojawią się jakiegokolwiek kliniczne objawy przewlekłej choroby. Do licznych schorzeń, których występowanie w udowodniony sposób wiąże się z uszkodzeniami wywołanymi przez długotrwałe oddziaływanie aminokwasu, należą między innymi: stwardnienie rozsiane, stwardnienie zanikowe boczne, utrata pamięci, zaburzenia hormonalne, utrata słuchu, epilepsja, choroba

Alzheimera, choroba Parkinsona, hipoglikemia, otępienie towarzyszące AIDS, zmiany chorobowe mózgu i zaburzenia neuroendokrynologiczne.

Toksyny pobudzające stanowią wielkie zagrożenie dla dzieci, kobiet w ciąży, osób starszych oraz ludzi z przewlekłymi problemami zdrowotnymi. Nawet Federacja Amerykańskich Towarzystw Biologii Eksperymentalnej (FA-SEB), zazwyczaj naśladowująca Urząd ds. Leków i Żywności, stwierdziła ostatnio, że „jest rzeczą rozsądną, aby kobiety w ciąży, niemowlęta i dzieci unikały dodatków zawierających kwas L-glutaminowy. Istniejące dowody potencjalnej reakcji wydzielania wewnętrznego, to jest podniesienie poziomu kortyzonu i prolaktyny, a także zróżnicowane reakcje mężczyzn i kobiet, wskazują na powiązanie neuroendokrynologiczne, toteż należy unikać podawania kwasu Lglutaminowego kobietom w wieku rozrodczym, jak również osobom cierpiącym na psychozę maniakalno-depresyjną”. Kwas asparaginowy z aspartamu wywiera na ciało takie same szkodliwe działanie, co kwas glutaminowy.

W chwili obecnej trwają dyskusje nad mechanizmem reakcji na nadmiar wolnego glutaminianu i asparaginianu. W raporcie skierowanym do FDA (Urząd ds. Leków i Żywności) do takich reakcji zaliczono: bóle głowy/migreny, mdłości, bóle brzucha, zmęczenie (blokada prawidłowego napływu glukozy do mózgu), problemy ze snem, zaburzenia widzenia, napady niepokoju, depresję i astmę.

Osoby cierpiące z powodu aspartamu często uskarżają się na utratę pamięci. Jak na ironię, w roku 1987 G.D. Searle, producent aspartamu, rozpoczął prace nad lekiem mającym zwalczyć utratę pamięci wywoływaną przez uszkodzenia, których przyczyną są aminokwasy.

Blaylock jest jednym z wielu naukowców oraz lekarzy wyrażających troskę z powodu zniszczeń wywoływanych przez pobudzające aminokwasy trafiające do organizmu w wyniku spożycia aspartamu i MSG. Jednym spośród licznych grona

ekspertów, którzy wyrazili zaniepokojenie z powodu uszkodzeń wywoływanych przez asparaginiany i glutaminiany, jest specjalizująca się w projektowaniu badań dr psychologii eksperymentalnej Adrienne Samuels. Kolejnym z nich jest dr John Olney, profesor wydziału psychiatrii Szkoły Medycznej na Uniwersytecie Waszyngtońskim, naukowiec i badacz w dziedzinie neurologii, światowy autorytet w dziedzinie toksyn pobudzających. (W roku 1971 poinformował Searle, że kwas asparaginowy spowodował powstanie dziur w mózgu myszy). Do tej dwójki należy dodać także Francisa J. Waickmana, doktora medycyny, laureata nagród Rinkela i Formana, specjalisty w zakresie pediatrii, alergii oraz immunologii.

Inni naukowcy wyrażający podobne poglądy to doktor medycyny i dyplomowany patolog sądowy John R. Hain oraz doktor medycyny, członek Amerykańskiego Kolegium Lekarskiego i Kolegium Pulmonologii, specjalista diabetyk, H.J. Roberts, który wybrany został przez ogólnokrajowe czasopismo medyczne na „Najlepszego Lekarza w Stanach Zjednoczonych”.

Do tej grupy dodać należy także Johna Samuela, który opracował listę badań naukowych jednoznacznie wykazujących szkodliwość spożywania nadmiernych ilości wolnego kwasu asparaginowego i glutaminowego. Do tej długiej listy dodać można jeszcze wiele innych nazwisk.

FENYLOALANINA (50% ASPARTAMU)

Fenyloalanina jest aminokwasem występującym normalnie w mózgu. Osoby z genetycznym zaburzeniem (fenyloketonuria) nie mogą metabolizować fenyloalaniny. Prowadzi to do niebezpiecznie wysokiego poziomu fenyloalaniny w mózgu (niekiedy wręcz śmiertelnego).

Dowiedziano, że przyjmowanie aspartamu, zwłaszcza w połączeniu z węglowodanami, może nadmiernie podnieść poziom fenyloalaniny w mózgu nawet u osób nie cierpiących na fenyloketonurię. To wcale nie jest teoria. Wiele osób, które na przestrzeni

długo czasu spożyły duże ilości aspartamu i nie chorują na fenyloketonurię, mają podwyższony poziom fenyloalaniny w krwi.

Podwyższony poziom fenyloalaniny w mózgu może spowodować zmniejszenie ilości serotoniny, co z kolei prowadzi do zaburzeń emocjonalnych, np. depresji. Wyniki badań potwierdzają, że poziom fenyloalaniny we krwi uległ znacznemu podwyższeniu u ludzi, którzy systematycznie używali aspartamu. Nawet jednokrotne użycie aspartamu powodowało wzrost poziomu fenyloalaniny w krwi.

Zeznając przed Kongresem Stanów Zjednoczonych, dr Louis J. Elsas wykazał, że obecna w krwi fenyloalanina może koncentrować się w pewnych rejonach mózgu i że jest szczególnie niebezpieczna dla niemowląt oraz płodu. Zwrócił również uwagę na fakt, że fenyloalanina jest znacznie lepiej metabolizowana przez gryzonie niż ludzi.

Opis pewnego przypadku, w którym aspartam wywołał szczególnie wysoki poziom fenyloalaniny, został ostatnio przedstawiony przez Wednesday Journal w artykule zatytułowanym „Koszmar aspartamu”. John Cook wypijał od 6 do 8 dietetycznych napojów dziennie. Po pewnym czasie zaczęły go nękać zaniki pamięci oraz częste bóle głowy. Gdy w dalszym ciągu korzystał z tych napojów, stan jego uległ pogorszeniu. Doznawał raptownych zmian nastroju albo bez powodu wpadał nagle we wściekłość. Choć nie chorował na fenyloketonurię, badania krwi wykazały obecność fenyloalaniny w ilości 80 mg/dl. Doszło też do uszkodzeń mózgu, który zaczął nieprawidłowo funkcjonować. Po rezygnacji z zawierających aspartam napojów stan zdrowia Cooka uległ radykalnej poprawie.

Jak wykazuje w swojej książce Baylock, wczesne pomiary odkładającej się w mózgu fenyloalaniny skażone były błędem. Naukowcy, którzy badali później określone rejony mózgu, a nie średni rozkład w nim całym, spostrzegli znaczny wzrost poziomu fenyloalaniny. Szczególnie widoczny jest on w podwzgórzu, rdzeniu przedłużonym i ciele prążkowanym. Baylock dochodzi do

wniosku, że nagromadzenie w mózgu nadmiernej ilości fenyloalaniny może wywołać schizofrenię bądź sprawić, że człowiek staje się bardziej podatny na ataki apopleksji.

Tak więc w dłuższej perspektywie czasu nadmierne spożywanie aspartamu może przyczynić się do wzrostu sprzedaży środków przeciwdziałających zanikowi serotoniny, na przykład Prozacu oraz leków przeciwko schizofrenii i apopleksji.

METANOL (ALKOHOL DRZEWNY – TRUCIZNA) (10% ASPARTAMU)

Metanol jest śmiertelną trucizną. Niektórzy mogą go pamiętać jako truciznę, która wielu alkoholików doprowadziła do ślepoty bądź śmierci. Metanol zostaje stopniowo uwolniony w jelicie cienkim, gdy grupa metylowa aspartamu styka się z enzymem chymotrypsyną.

Wchłanianie metanolu przez organizm ulega znacznemu przyśpieszeniu, kiedy spożywa się go w wolnej postaci. Wolny metanol powstaje z aspartamu po podgrzaniu go do temperatury powyżej 30°C. Dochodzi do tego, jeśli zawierający aspartam produkt jest niewłaściwie przechowywany lub podgrzewany (np. wyroby „spożywcze” Jello).

Metanol rozkłada się w organizmie na kwas mrówkowy oraz formaldehyd. Formaldehyd jest śmiertelnie niebezpieczną neurotoksyną. W swojej ocenie metanolu Agencja Ochrony Środowiska stwierdza, że jest on „uznawany za truciznę o działaniu kumulacyjnym z uwagi na niewielki stopień wydalania po spożyciu. W organizmie utlenia się do formaldehydu i kwasu mrówkowego. Obie te substancje są toksyczne”. Maksymalna dawka dopuszczalna do spożycia wynosi 7,8 mg/dzień. Litry słodzonego aspartamem napoju zawiera około 56 mg metanolu. Zagorzali konsumenci zawierających aspartam produktów potrafią spożyć do 250 mg metanolu dziennie, czyli 32 razy więcej niż opracowany przez Agencję Ochrony Środowiska limit.

Do objawów zatrucia metanolem należy zaliczyć bóle i zawroty głowy, buczenie w uszach, mdłości, zaburzenia trawienno-

jelitowe, osłabienie, dreszcze, zaniki pamięci, drętwotę i bóle kończyn, zaburzenia zachowania oraz zapalenie nerwów. Najbardziej znane symptomy zatrucia metanolem to problemy ze wzrokiem, obejmujące między innymi zamglenie obrazu, postępujące zawężenie pola widzenia i ciemność, uszkodzenia siatkówki i w końcu ślepotę. Formaldehyd jest znanym czynnikiem rakotwórczym, niszczy siatkówkę, wpływa na replikację DNA i powoduje wady płodu.

Z braku kilku enzymów ludzie są o wiele bardziej wrażliwi na toksyczne oddziaływanie metanolu niż zwierzęta. Z tego też powodu testy aspartamu bądź metanolu dokonywane na zwierzętach nie w pełni oddają zagrażające ludziom niebezpieczeństwo. Dr Woodrow C. Monte, dyrektor Laboratorium Żywności i Żywienia na Uniwersytecie Stanowym w Arizonie, oświadczył: „Nie istnieją badania ludzi i ssaków pozwalające ocenić możliwe mutagenne, teratogenne czy kancerogenne efekty przewlekłego spożywania alkoholu metylowego”.

Nie wyjaśniona do końca kwestia bezpieczeństwa przy spożywaniu aspartamu tak bardzo nie dawała mu spokoju, że wystąpił z oskarżeniem przeciwko Urzędowi ds. Leków i Żywności, domagając się przesłuchania w tej sprawie. Zwrócił się do niego o „wstrzymanie się z akceptacją napojów, dopóki nie poznamy odpowiedzi na te ważne pytania. To nie w porządku, że składacie cały ciężar dowodu na barkach kilku osób, które ta sprawa obchodzi, ale których możliwości finansowe są ograniczone. Musicie pamiętać, że jesteście ostatnim szansem obrony amerykańskiego społeczeństwa. Kiedy dopuścicie [aspartam] do stosowania, ja i moi koledzy nie będziemy mogli nic zrobić, aby odwrócić bieg rzeczy. Aspartam dołączy wówczas do sacharyny, związków siarki i Bóg jeden wie, ilu jeszcze innych wątpliwych substancji wynalezionych na szkodę człowieka i wprowadzonych do powszechnego użytku za zgodą rządu”. Wkrótce potem komisarz Urzędu ds. Leków i Żywności, Arthur Hull Hayes jr. zaakceptował stosowanie aspartamu w napojach gazowanych, a następnie przeszedł do pracy w G.D. Searle w

panionie public relations.

Niektóre soki owocowe oraz napoje alkoholowe zawierają niewielkie ilości metanolu. Należy jednak pamiętać, że metanol nigdy nie występuje w odosobnieniu. W każdym przypadku obecny jest również etanol, zazwyczaj w znacznie większej ilości. Etanol spełnia u ludzi rolę odtrutki na toksyczne działanie metanolu.

Oddziały uczestniczące w operacji Pustynna Burza zostały „uraczone” ogromnymi ilościami słodzonych aspartamem napojów, które w słońcu Arabii Saudyjskiej ogrzewały się powyżej 30° C. Wielu żołnierzy wróciło do domu z licznymi zaburzeniami przypominającymi objawy zatrucia formaldehydem. Mógł się do tego przyczynić wolny metanol pochodzący z napojów słodzonych aspartamem. Inne substancje powstające z rozpadu aspartamu, jak choćby (omówiona poniżej) DKP14, również mogły mieć swój udział w powstaniu tego schorzenia.

Podejmując w roku 1993 decyzję, którą można określić jedynie jako nieodpowiedzialną, Urząd ds. Leków i Żywności zaaprobował aspartam jako składnik wielu produktów spożywczych, które są zawsze podgrzewane powyżej 30°C.

DWUKETOPIPERAZYNA (DKP)

DKP jest produktem ubocznym metabolizmu aspartamu i ma swój udział w powstawaniu nowotworów mózgu. Dr Olney zauważył, że DKP łącząc się w jelicie z grupą nitrozyłową tworzy związek podobny do N-nitrozyłomocznika, substancji bardzo silnie stymulującej rozwój nowotworów mózgu. Niektórzy autorzy utrzymują, iż DKP powstaje po spożyciu aspartamu. Nie jestem pewien, czy jest to podejście prawidłowe. Z całą pewnością wiadomo natomiast, że DKP tworzy się w płynnych produktach z zawartością aspartamu podczas ich długiego przechowywania.

Firma G.D. Searle testowała na zwierzętach bezpieczeństwo DKP. Urząd ds. Leków i Żywności odkrył liczne błędy w przeprowadzanych eksperymentach, w tym „błędy maszynowe,

po mieszanie zwierząt, nie podawanie doświadczalnym zwierzętom leków, które powinny były otrzymać, oraz utratę patologicznych okazów z powodu niewłaściwego traktowania". Te wadliwe procedury laboratoryjne mogą tłumaczyć, dlaczego zarówno zwierzęta poddawane testom, jak i kontrolne miały szesnastokrotnie więcej nowotworów mózgu niż należałoby oczekiwać po eksperymentach tej długości. Jak na ironię, wkrótce po tym, jak te błędy w doświadczeniach wyszły na jaw, FDA oparł się na wskazówkach G.D. Searle przy opracowywaniu norm pracy w laboratorium przeznaczonych dla przemysłu.

Zeznając przed Senatem Stanów Zjednoczonych, toksykolog FDA, dr Jacqueline Verrett wskazała DKP również jako przyczynę polipa macicy oraz zmian poziomu cholesterolu w krwi.

SCHOROZENIA WYWOŁYWANE PRZEZ ASPARTAM

Składowe aspartamu mogą wywoływać szereg różnych chorób. Niektóre z nich rozwijają się stopniowo, inne, dają o sobie znać natychmiast, i to w sposób gwałtowny.

Ogromna liczba ludzi cierpi z powodu objawów wywoływanych przez aspartam, nie rozumiejąc, dlaczego żadne zioła czy pigułki nie przynoszą im ulgi. Część spożywających aspartam osób nie odczuwa początkowo żadnych skutków, ale po pewnym czasie nawet i one zaczynają narzekać z powodu zniszczeń wywołanych przez długotrwałe działanie pobudzających aminokwasów, fenyloalaniny, metanolu i DKP. Spośród mnóstwa schorzeń, do szczególnie poważnych zaliczam:

1. WADY WRODZONE

Dr Diana Dow Edwards przeprowadziła sponsorowane przez Monsanto badania nad możliwością powstawania wad wrodzonych na skutek spożywania aspartamu. Po uzyskaniu wstępnych danych potwierdzających niszczące działanie aspartamu, finansowanie dalszych badań zostało przerwane. Genetyk pediatra z Uniwersytetu Emory potwierdził, że aspartam powoduje wady wrodzone.

W książce *While Waiting: A Prenatal Guidebook* (W oczekiwaniu – poradnik przed urodzeniowy) George'a R. Verrilliego i Anne Marie Mueser znajduje się stwierdzenie, że aspartam podejrzewany jest o wywoływanie uszkodzeń mózgu u wrażliwych osób. Również płód może być narażony na wystąpienie takich efektów. Niektórzy badacze sugerują, że duże dawki aspartamu mogą powodować różne problemy, od zawrotów głowy i drobnych zmian w mózgu po niedorozwój umysłowy.

2. RAK (RAK MÓZGU)

W roku 1981 Satya Dubey, statystyk z FDA, stwierdził, że dane na temat wywoływania raka mózgu przez aspartam są tak niepokojące, że nie może akceptować dopuszczenia NutraSweetu do spożycia. W dwuletnich badaniach przeprowadzonych przez producenta aspartamu, u dwunastu spośród 320 szczurów otrzymujących normalne pożywienie z dodatkiem aspartamu rozwinęły się guzy mózgu, podczas gdy w grupie zwierząt kontrolnych nie pojawiły się one ani razu. Pięć z owych dwunastu guzów rozwinęło się u szczurów otrzymujących małe dawki aspartamu. Akceptacja aspartamu stanowi naruszenie Poprawki Delaneya mającej zapobiegać obecności substancji rakotwórczych, takich jak metanol (formaldehyd) i DKP, w naszej żywności. Dr Adrian Gross, nieżyjący już toksykolog z FDA, zeznał przed Kongresem Stanów Zjednoczonych, że aspartam może powodować guzy mózgu. Z tego powodu FDA nie miał prawa ustalać dopuszczalnej dziennej dawki na jakimkolwiek poziomie. W swoich zeznaniach stwierdził, że badania przeprowadzone w firmie Searle były „w znacznej mierze niewiarygodne” oraz że „przynajmniej jeden z tych testów wykazał ponad wszelką wątpliwość, że aspartam może wywoływać guzy mózgu u zwierząt doświadczalnych. Swoje wystąpienie zakończył pytaniem: „Skąd bierze się wyraźna niechęć FDA do zastosowania wobec tego spożywczego dodatku tak zwanej Poprawki Delaneya do Ustawy o Żywności, Lekach i Kosmetykach?... Jeśli sam FDA narusza prawo, kto ma chronić zdrowie społeczeństwa?”

W połowie lat siedemdziesiątych odkryto, że producent

aspartamu na kilka sposobów fałszował wyniki badań. Jedną z oszukańczych technik polegała na wycinaniu guzów doświadczalnym zwierzętom i ponownym włączaniu ich do eksperymentu. W innym przypadku padłe zwierzęta wymieniano w sprawozdaniu wśród osobników, które przeżyły eksperyment. Należy zatem przyjąć, że dane dotyczące guzów mózgu są w rzeczywistości jeszcze gorsze, niż to przedstawiano. Ponadto był pracownik producenta aspartamu, Raymond Schroeder, poinformował 13 lipca 1977 roku FDA, iż cząsteczki DKP były tak duże, że szczury mogły odróżniać je od zwykłego pożywienia.

Co ciekawe, liczba przypadków guza mózgu u osób powyżej 65 roku życia między rokiem 1973 a 1990 zwiększyła się o 67 procent. Liczba nowotworów mózgu we wszystkich grupach wiekowych wzrosła o 10 procent. Największy wzrost miał miejsce w latach 1985-1987.

W swojej książce „Aspartame (Nu-tra Sweet): Is It Safe?” („Aspartam (NutraSweet) – czy to jest bezpieczne?”) Roberts udowadnia, że aspartam może spowodować szczególnie niebezpieczną odmianę raka – pierwotnego chłoniaka mózgu.

3. CUKRZYCA

Amerykańskie Towarzystwo Diabetologiczne zaleca tę chemiczną truciznę osobom chorym na cukrzycę. Według H.J. Robertsa, specjalisty w dziedzinie diabetyki, członka ADA i autorytetu w dziedzinie sztucznych słodzików, aspartam:

1. przyspiesza wystąpienie klinicznych objawów cukrzycy,
2. pogarsza możliwość kontrolowania choroby u pacjentów przyjmujących insulinę i leki doustne,
3. wzmacnia towarzyszące cukrzycy powikłania, takie jak retynopatia, zaćma, neuropatia i gastropareza,
4. powoduje drgawki.

W oświadczeniu poświęconym używaniu produktów zawierających aspartam przez osoby z cukrzycą oraz hipoglykemią, Roberts stwierdził: „Niestety, wielu moich pacjentów, jak również tych, którzy przychodzili do mnie na konsultacje, miało poważne komplikacje metaboliczne, neurologiczne i inne, które przypisać można wyłącznie używaniu produktów zawierających aspartam.

Przejawiało się to utratą kontroli nad cukrzycą, wzmożeniem hypoglikemii, wystąpieniem domniemanych „reakcji na insulinę” (w tym również drgawek) będących w istocie reakcją na aspartam oraz przyśpieszeniem, pogorszeniem bądź symulacją powikłań diabetologicznych (zwłaszcza upośledzenia widzenia i neuropatii), a także gwałtownym ustąpieniem tych objawów po rezygnacji z aspartamu i szybkim powrocie problemów z chwilą, gdy pacjent świadomie lub nie ponownie sięgał po produkty zawierające aspartam”.

I dalej dodaje:

„Ubolewam, że inni lekarze i ADA nie biorą pod uwagę tych powtarzających się ustaleń opisanych w moich z gruntu neutralnych publikacjach i nie ostrzegają pacjentów oraz konsumentów”.

Blaylock stwierdził, że pobudzające toksyny, takie jak te występujące w aspartamie, mogą przyśpieszyć rozwój cukrzycy u osób genetycznie podatnych na tę chorobę.

4. ZABURZENIA EMOCJONALNE

Niezależne badania efektów, jakie aspartam wywołuje u osób z zaburzeniami nastroju, przeprowadził ostatnio dr Ralph G. Walton. Ponieważ jego praca nie była finansowana/kontrolowana przez producentów aspartamu, NutraSweet Company odmówiła mu sprzedaży tego środka. Walton był zmuszony zaopatrzyć się w aspartam gdzie indziej.

Doświadczenia wykazały znaczny wzrost poważnych symptomów u

osób spożywających aspartam. Ponieważ niektóre objawy okazały się bardzo ciężkie, Institutional Review Board musiała przerwać dalsze badania. Trzech spośród uczestników powiedziało, że ulegli „zatruciu” aspartamem.

Walton skonkludował to, mówiąc, że „osoby z zaburzeniami nastroju są szczególnie wrażliwe na ten sztuczny słodzik i tego rodzaju ludziom należy odradzać jego używanie”. Świadom tego, że eksperymentu nie można powtórzyć z powodu zagrożenia, jakie stwarza dla uczestników, Walton oznajmił ostatnio:

„Wiem, że aspartam wywołuje apopleksję. Jestem też przekonany, że powoduje zmiany zachowania. Bardzo mnie złości, że ta substancja znajduje się na rynku. Osobiście poddaję w wątpliwość wiarygodność wszelkich badań finansowanych przez NutraSweet”.

Istnieją liczne relacje przypadków stwierdzenia niskiego poziomu serotoniny w mózgu, depresji oraz innych zaburzeń emocjonalnych, których wystąpienie łączono z aspartamem i które często ustępowały po zaprzestaniu używaniu tego środka. Badacze wskazują, że podwyższony poziom fenyloalaniny w mózgu, występujący u chorych na fenyloketonurię, prowadzi do spadku poziomu neuroprzekaźnika serotoniny, co pociąga za sobą szereg zaburzeń emocjonalnych. Zeznając przed Senatem Stanów Zjednoczonych, dr William M. Pardridge z Uniwersytetu Kalifornijskiego w Los Angeles (UCLA) stwierdził, że picie przez młodzież czterech szesnasto uncjowych (ok. 0,5 l) butelek dietetycznych napojów gazowanych dziennie prowadzi do dużego wzrostu poziomu fenyloalaniny.

5. EPILEPSJA – APOPLEKSJA

Liczba spowodowanych przez aspartam ataków jest duża i stale rośnie, a tymczasem Fundacja Epilepsji promuje aspartam jako bezpieczny środek. W Massachusetts Institute of Technology przebadano 80 osób, które doznały ataku po spożyciu aspartamu. Community Nutrition Institute doszedł do następujących

wniosków: „Tych osiemdziesiąt przypadków pasuje do opracowanej przez FDA definicji zagrożenia zdrowia publicznego, co wymaga od FDA szybkiego usunięcia produktu z rynku”.

Zarówno magazyn sił powietrznych Flying Safety, jak i pismo marynarki wojennej Navy Physiology opublikowały artykuły ostrzegające przed wieloma zagrożeniami związanymi z aspartamem, w tym przed szkodliwymi efektami kumulatywnymi metanolu oraz zwiększonym ryzykiem powstania wad wrodzonych. W artykułach tych jest także mowa o tym, że aspartam może zwiększać podatność pilotów na ataki apopleksji i zawroty głowy.

Dwadzieścia artykułów przestrzegających przed spożywaniem aspartamu podczas lotu ukazało się również w National Business Aircraft Association Digest (1993), Aviation Medical Bulletin (1988), The Aviation Consumer (1988), Canadian General Aviation News (1990), Pacific Flyer (1988), General Aviation News (1989), Aviation Safety Digest (1989) oraz Plane Pilot (1990).

Ulotka przestrzegająca przed aspartamem była również rozpowszechniana podczas 57 dorocznego zjazdu Aerospace Medical Association (Gaffney, 1986).

Ostatnio uruchomiono gorącą linię dla pilotów cierpiących na ostre dolegliwości po spożyciu aspartamu. Przeszło sześćuset pilotów zameldowało o swoich symptomach, wśród których były nawet ataki padaczki w kabinie samolotu wywołane przez aspartam.

Oryginalne badania aspartamu przeprowadził w roku 1969 niezależny naukowiec, dr Harry Waisman. Studiował on wpływ aspartamu na niemowlęta naczelnych. Z grupy siedmiu małąp jedna zmarła po 300 dniach, a pięć innych miało ataki padaczki. Te negatywne odkrycia nie zostały oczywiście przedstawione FDA w trakcie procesu zatwierdzania aspartamu.

DLACZEGO O TYM NIE SŁYSZYMY?

Powody, dla których wielu ludzi nie słyszy o poważnych reakcjach organizmu na aspartam, można podzielić na dwie zasadnicze grupy:

1. Brak świadomości społecznej. O wywołanych przez aspartam chorobach nie pisze się w gazetach, ponieważ nie przyciągają one uwagi opinii publicznej jak na przykład katastrofy lotnicze. Dzieje się tak dlatego, że przypadki takie występują pojedynczo w tysiącu różnych miejsc na terenie Stanów Zjednoczonych.

2. Większość ludzi nie kojarzy dostrzeżonych u siebie objawów z długotrwałym spożywaniem aspartamu. Osoby, które uśmierciły znaczny procent swoich komórek mózgowych, co doprowadziło następnie do powstania przewlekłej choroby, nie są w stanie powiązać takich dolegliwości ze spożywaniem aspartamu. Sposób, w jaki aspartam został dopuszczony do stosowania, stanowi doskonałą lekcję tego, jak chemiczne i farmaceutyczne firmy potrafią manipulować rządowymi agencjami w rodzaju FDA, „łapówkarskimi” organizacjami pokroju American Dietetic Association, a także oddziaływać na społeczność naukową za pomocą wadliwych czy wręcz oszukańczych badań sponsorowanych przez producentów aspartamu.

Erik Millstone, badacz z Science Policy Research Unit na Uniwersytecie w Sussex, zgromadził tysiące stron dowodów, w tym niektóre na podstawie Ustawy o Wolności Informacji potwierdzających, że:

1. Laboratoryjne testy fałszowano, a zagrożenia ukrywano.
2. Zwierzętom usuwano guzy, a sztuki padłe „ożywały” w laboratoryjnych rejestrach.
3. Do FDA trafiały fałszywe bądź wprowadzające w błąd oświadczenia.
4. Dwaj prawnicy, którym powierzono zadanie przygotowanie oskarżenia o oszustwo przeciwko producentowi aspartamu,

dogadali się z jego firmą prawniczą, pozwalając, aby zadziałał przepis o przedawnieniu.

5. Szef FDA zlekceważył sprzeciwy własnej rady naukowej. Wkrótce po podjęciu tej decyzji objął posadę w Burson-Marsteller, firmie dbającej o public relations G.D. Searle.

Publiczna Rada Kontroli (PBoI) powstała w roku 1980. W jej skład weszło trzech naukowców, którzy rozpatrywali protesty Olneya i Turnera przeciwko akceptacji aspartamu. Rada jednogłośnie wypowiedziała się przeciwko dopuszczeniu aspartamu. Tymczasem szef FDA, dr Arthur Hull Hayes jr. powołał pięcioosobową Komisję Naukową, która miała sprawdzić ustalenia PBoI. Kiedy stało się jasne, że Komisja podtrzyma decyzję PBoI stosunkiem głosów 3 do 2, do jej składu dodano jeszcze jedną osobę, przez co głosowanie nie przyniosło rozstrzygnięcia. Dało to szefowi FDA sposobność przechylenia głosowania na swoją korzyść i wydanie w roku 1981 zgody na stosowanie aspartamu w wyrobach suchych.

Dr Jacqueline Verrett, przełożona wydziału naukowego w Biurze Żywności FDA, poddała kontroli skład zespołu utworzonego w sierpniu 1977 w celu przeanalizowania Raportu Bresslera (dotyczącego nadużyć, jakich dopuszczono się w G.D. Searle podczas poprzedzających aprobatę testów) i powiedziała:

„Było całkiem oczywiste, że gdzieś po drodze urzędnicy próbowali ukryć prawdę”.

W roku 1987 Verrett zeznawała przed Senatem Stanów Zjednoczonych, stwierdzając wówczas, że eksperymenty prowadzone przez G.D. Searle okazały się „katastrofą”. Oświadczyła, że jej zespół został poinstruowany, aby nie wypowiadał jakichkolwiek komentarzy ani nie przejmował się wartością wyników doświadczeń. Wyjaśniła też, że na pytania dotyczące wad wrodzonych nie uzyskała odpowiedzi. W dalszym ciągu swojej wypowiedzi zwróciła uwagę na fakt, że dowiedziono wpływu DKP na powstawanie polipów macicy i zmianę poziomu

cholesterolu w krwi, a także na to, że podwyższanie temperatury produktu prowadzi do wzmożonego wytwarzania DKP.

OBROTOWE DRZWI

FDA i producenci aspartamu na drugie lata wprowadzili w ruch obrotowe drzwi zatrudnienia. Oprócz szefa FDA i dwóch prawników, którzy objęli stanowiska w firmach powiązanych z G.D. Searle, także czterech innych urzędników FDA uczestniczących w procesie aprobowania aspartamu w latach 1979-1982 otrzymało posady w przedsiębiorstwach współpracujących z NutraSweet. Byli to Zastępca Komisarza FDA, Specjalny Asystent Komisarza FDA, Dyrektor Biura Żywności i Toksykologii oraz prawnik uczestniczący w pracach Publicznej Rady Kontroli (PBoI).

Ważne jest, abyśmy uświadomili sobie, że podobne praktyki stosowane są od dziesięcioleci. Townsend Letter for Doctors (nr 11, 1992) ujawnił, że 37 spośród 49 czołowych postaci FDA po opuszczeniu macierzystej jednostki podjęło pracę w firmach, które przedtem kontrolowały. Ponadto 150 urzędników FDA posiada akcje firm farmaceutycznych, których produkty podlegały kontroli FDA. Wiele organizacji oraz uczelni otrzymuje znaczne kwoty od firm powiązanych z NutraSweet Association, grupą firm promujących używanie aspartamu. W styczniu 1993 roku Amerykańskie Towarzystwo Dietetyczne otrzymało 75 000 dolarów dotacji od Nutra-Sweet Company. Amerykańskie Towarzystwo Dietetyczne oświadczyło, że NutraSweet Company pisze wydawane przez nie broszury.

Także wiele innych „niezależnych” organizacji oraz badaczy uzyskuje wielkie sumy pieniędzy od producentów aspartamu. Amerykańskie Towarzystwo Diabetologiczne otrzymało pokaźne środki od NutraSweet, między innymi na prowadzenie szkoły kucharskiej w Chicago (zapewne po to, aby nauczyć diabetyków gotowania z użyciem NutraSweet).

Pewien badacz z Nowej Anglii, który kiedyś wskazywał

niebezpieczeństwa płynące ze stosowania aspartamu, jest dzisiaj konsultantem Monsanto. Inny badacz z południowego zachodu USA zajmował się zagrożeniami płodu ze strony aspartamu. Dociekliwy reporter odkrył, że nakazano mu trzymać język za zębami, o ile nie chce stracić dużego stypendium od producenta dietetycznej coli wchodzącego w skład NutraSweet Association.

Co robi FDA, aby ochronić konsumenta przed niebezpieczeństwem aspartamu? Zupełnie nic!

W roku 1992 FDA zezwoliła na stosowanie aspartamu w napojach zaprawianych słodem, płatkach śniadaniowych, zimnych deserach i nadzieniach. W roku 1993 zezwoliła na dodawanie aspartamu do miękkich i twardych cukierków, napojów bezalkoholowych, herbat, soków owocowych oraz koncentratów, wyrobów piekarniczych, wszelkiego rodzaju polew, lukrów i nadzień do tych wyrobów.

W roku 1991 zakazała z kolei importu stevii. Proszku z tych liści używano od stuleci jako alternatywnego słodzika. Jest on stosowany szeroko w Japonii, gdzie nie wywołuje jakichkolwiek efektów ubocznych. Naukowcy badający stewię twierdzą, że jest ona zupełnie niegroźna dla ludzi, o czym dobrze wiadomo w wielu częściach świata, gdzie nie jest ona zabroniona. Wszyscy ludzie, z którymi rozmawiałem na ten temat, są przekonani, że zakaz stosowania stevii wprowadzono po to, aby wyprzeć ten produkt z amerykańskiego rynku i otworzyć drogę do wzrostu sprzedaży aspartamu.

Co robi amerykański Kongres, żeby uchronić konsumenta przed groźbą aspartamu? Absolutnie nic!

Spożycie aspartamu stwarza problemy nie tylko w USA. Środek ten jest sprzedawany w przeszło siedemdziesięciu krajach świata.

Mówiono mi, że aspartam można znaleźć nawet w produktach, na etykiecie których nie jest on wyszczególniony. Szczególną

ostrożność należy zachować wobec leków i środków uzupełniających. Uzyskałem informacje, że nawet tak znani producenci jak Twinlabs dodają do swoich wyrobów aspartam.

Przytoczone przeze mnie informacje stanowią zaledwie wierzchołek góry lodowej. Na wypadek, gdyby czytelnik chciał dowiedzieć się czegoś więcej, podaję poniżej listę materiałów źródłowych.

Autor: Mark D. Gold

Tłumaczenie: Mirosław Kościuk

Źródło: [„Nexus” nr 2/1998](#)

ZALECANE LEKTURY

1. Russell L. Baylock, „Excitotoxins: The Taste that Kills” („Pobudzające toksyny – smak który zabija”), Health Press, Santa Fe, New Mexico, USA, 1994. (Jedna z najlepszych książek na temat pobudzających toksyn).
2. H. J. Roberts, M. D., „Aspartame (NutraSweet): Is It Safe?” („Aspartam (NutraSweet): Czy to jest bezpieczne?”).
3. „Sweet’ner Dearest”.
4. Mary Nash Stoddard (ed.), „Bittersweet Aspartame: A Diet Delusion” („Gorzko-słodki aspartam: Dietetyczna iluzja”).
5. „The Aspartame Consumer Safety Network, „The Aspartame Consumer Safety Network Synopsis”.
6. Dennis Remington, M. D., Barbara Higa, R. D., „The Bitter Truth About Artificial Sweeteners” („Gorzka prawda o sztucznych słodzikach”).