

Polemika do artykułu „Schabowy...” z „WPROST” nadesłana przez panią Krystynę

To obrzydliwe, że tak niesłusznie szkaluje się lekarza, który ratuje SKUTECZNIE pacjentom ich własne serca, ale i oczywiście, bo jednocześnie zagraża machinie przemysłu kardiologicznego. W artykule jest jeszcze (między wieloma innymi bzdurami) mit na temat homocysteiny kompromitujący niedoinformowanych ekspertów na jej temat. Straszy się jej poziomem we krwi, podobnie jak poziomem cholesterolu. A prawda jest znacząco inna. Poznałam ją dzięki książce Wolfganga Lutza „Życie bez pieczywa”. Żywienie optymalne polega na spożywaniu o wiele MNIEJSZEJ ilości zjadanego białka, niż zalecane jest w innych dietach (wyjątkiem są osoby w okresie początkowym, w trakcie wzrostu - dzieci i młodzież, oraz osoby bardzo intensywnie aktywne fizycznie). Objawy miażdżycowe występują nagminnie właśnie u osób na dietach wysokobiałkowych. Homocysteina jest aminokwasem pośrednim, z którego powstaje metionina, albo cysteina, czyli aminokwasy stanowiące budulec białek. Teoria dr Kilmera Mc Cully mówi, że nadmiar homocysteiny we krwi może wywołać reakcje chemiczne powodujące nagromadzenie i zaleganie LDL w tkance tętnic. Mc Cully opisuje potencjalny wpływ homocysteiny na ludzi, opisuje także odkrycie, że do nadmiaru homocysteiny prowadzić może niedobór trzech witamin - B₆, B₁₂, i kwasu foliowego. Witaminy te wchodzi w skład trzech różnych białek biorących udział w metabolizmie homocysteiny. Niedobór którejkolwiek z nich, lub też brak równowagi ilościowej między nimi, odczytywany przez organizm jako niedobór - może prowadzić do podniesienia poziomu homocysteiny we krwi, ponieważ uniemożliwia komórkom jej przetwarzanie. Tak się składa, że wszystkie trzy niezbędne witaminy występują właśnie w pokarmach pochodzenia zwierzęcego, przy czym wit. B

12

tylko i wyłącznie w nich. Natomiast wit. B

6

i kwas foliowy są obecne w rybach, drobiu, innych mięsach oraz w warzywach, zwłaszcza liściastych (folium: łac.- liść), a więc w pokarmach o stosunkowo niskiej zawartości węglowodanów. W 1998 r. w publikacji w Netherland Journal of Medicine ujawniono, że wegetarianie i weganie mają wyższy poziom homocysteiny we krwi, niż osoby jedzące duże ilości tłuszczów i mięsa. Dr Kilmer Mc Cully dysponuje potężnym materiałem dowodowym przeciw tłuszczowej teorii przyczyn choroby serca. Jako patolog dr Mc Cully zaobserwował m.in., że większość pacjentów umierających na atak serca ma stosunkowo normalny poziom cholesterolu. W jednej ze swych publikacji ocenił na podstawie autopsji, stopień zaawansowania choroby serca u 194 denatów. Wyniki okazały się wstrząsające: średni poziom cholesterolu u osób z najsilniej zaawansowaną chorobą serca wynosił 186 mg/dl. Ogólnie rzecz biorąc taki poziom jest uznawany za normalny, a nawet niski.

Krystyna „Opty” [ponad 5 lat na DO]