

لطفاً نظر خود را در مورد مصرف ساخارین و سدیم ساخارین اعلام نمایید؟

برگردان: علی صفاریان

نگارش: برایان ورهگی

سلام،

آسپارتام خطرناک است چرا که واکنش برای تولید مقادیر بسیار کم فرمالدهید (متانال) نشان می دهد. این یکی از سمی ترین مولکول های شناخته شده می باشد که صدها سال است برای حفظ بدن از جمله مغز و کبد استفاده می شود. این یک شیرین کننده مصنوعی است.

گاهی اوقات مردم باور می کنند که تمام شیرین کننده های مصنوعی بد هستند که سردرگمی ایجاد می شود. ساخارین از بین می برد و در مثانه به سرطان اجازه می دهد چرا که قلیایی است آنچنان که در موش ها دیده شده اند. در انسان سالم مثانه / ادرار اسیدی است در این صورت غالباً سرطان نمی تواند شکل گیرد.

مردان به لحاظ تستوسترون بیشتر کلسیمی می شوند و نظر به اینکه پروستات مملو از تستوسترون است نرخ بالایی از سرطان پروستات دارند. مردان همچنین نسبت به زنان به دلیل فراوانی کلسیم بدن خود سه برابر بیشتر مبتلا به سرطان مثانه می گردند. طول عمر زنان به دلیل کلسیم کمتر از مردان بیشتر می باشد.

زنان در شیر سینه خود سطوح بالایی از کلسیم دارند لذا نرخ سرطان پستان آنان از مردان بیشتر است.

بدن ما به قند گلوکز که در کبد ذخیره می شود نیاز دارد این برای تغذیه مغز در مدت زمانی طولانی است که غذا خورده نمی شود مانند آن هنگام که در خواب بسر می بریم. این قند توسط انسولین تنظیم می گردد. انسولین نمی تواند سایر قندها مانند فروکتوز و یا شیرین کننده ها مانند ساخارین را تنظیم کند و بدن به آنها احتیاج ندارد.

بنابراین من نمی توانم بگویم ساخارین بد است تا آن هنگام که توسط سطوح بالای امکانات قلیایی کلسیم pH مثانه مختل شده و قلیایی گردد. به طور کلی فقط pH مثانه و نه هیچ یک از سایر بافت های بدن می تواند با رژیم غذایی تغییر یابد.

ساخارین برای بدن از کلسیم کمتر خطرناک می باشد.

من امیدوارم که این کمک کند،
برایان

تلفن تماس در تهران: ۴۴۳۲۸۸۵۱

alisafarianca@gmail.com

www.fixyourbody.net

www.reboundhealth.com

info@reboundhealth.com

www.rebounddiet.com