

V rámci projektu Science Zoom2 Vás zveme na čtvrtetní workshop:

JAK PŘEŽÍT DOBU JEDOVOU?

*Zajímá vás, jaké škodlivé látky obsahují
potraviny, nápoje, kosmetika i léky?*

**O potravinových doplncích i životním prostředí bude přednášet
autorka populární knihy Doba jedová:**



prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

6. listopadu 2014 od 17.00 hod.
v Opatovickém mlýně

Design: E. H. P. - PROMOTION

KNIHCENTRUM.cz

KVADOS

CERTIFIKÁT

Nejprodávanejší

odborná a populárně naučná kniha pro dospělé
v síti KNIHCENTRUM.cz za rok 2011.

Doba jedová
Strunecká, J. Patočka

nakladatelství

TRITON



65 000

europoint CPI Česká distribuční audioteka Pevnia BOOKTRANS

CERTIFIKÁT

Nejprodávanejší

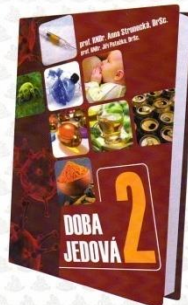
odborná a populárně naučná literatura pro dospělé
v síti KNIHCENTRUM.cz za rok 2012.

Doba jedová 2

Anna Strunecká
Jiří Patočka

nakladatelství

Nakladatelství
TRITON



KNIHCENTRUM.cz

Série Bezpečí
manuál internetového obchodu
www.KNIHCENTRUM.cz



MBÚ Třeboň 2014

JAK PŘEŽÍT? DOBU JEDOVOU?



Prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

VAROVNÉ SIGNÁLY OČKOVÁNÍ



Prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

„Zamysleme se nad pořekadlem: *Tak dlouho se chodí se džbánem pro vodu, až se ucho utrhne* v kontextu dnešní doby. Zamysleme se, co jíme. Zamysleme se, jak žijeme. A jak nám je. Jsme unavení, vyčerpaní a hledáme pomoc u lékařů, kteří nám sice pomohou, ale léčí jen následky. Důležité je ale zamyslet se především nad příčinami našich problémů. Je nám ctí, že jsme si o tom všem mohli povídat se ženou činu, autorkou knihy *Jak přežít dobu jedovou?*, profesorkou RNDr. Annou Struneckou, DrSc., a věříme, že i její další knížka vám přinejmenším otevře oči.“

Gabriela Koutská, Magazin MET

Pokud se chystáte knihu přečíst, pak se připravte na dávku informací, které jste možná raději ani nechtěli vědět. Myslíte si, že žijete zdravě? Jíte takzvané zdravé potraviny, doplňujete pravidelně vitamíny v tabletách? Tak to vás možná čeká velké překvapení.

<http://ona.idnes.cz/>

Její názory jdou často proti proudu, odporují pohledům současné medicíny a osvěty. Prof. Strunecká však považuje za důležité informovat o možnostech prevence civilizačních onemocnění a upozorňovat na rizika moderní doby, spojená například s očkováním, konzumací léků či přídatných látek do potravin. Nabízí celkem jednoduché rady, jak si zachovat zdraví. Nevyžadují mnoho peněz, spíše naši disciplínu.

Lenka Krbcová, Vitalia.cz

Tyto dvě knihy prof. Strunecké doporučuje nakladatelství ALMI



Anna Strunecká

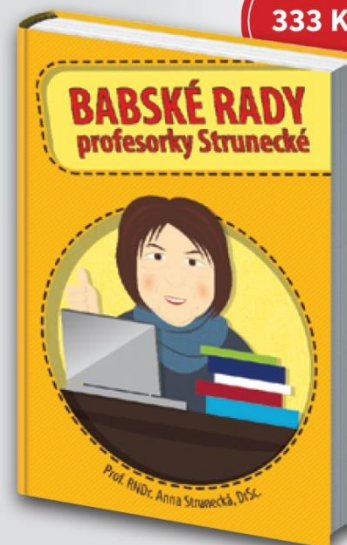
BABSKÉ RADY profesorky Strunecké

Víte, co jíte a zda žijete zdravě?

K TOMUTO
BESTSELLERU NAVÍC DÁREK:

333 KŘÍŽOVEK

KNIHOMÁNIE



prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

Babské rady profesorky Strunecké

Autorka řady populárně-naučných bestsellerů přináší netradiční informace jednak o levných a zdravých potravinách, jednak o jídle jako léku v prevenci civilizačních chorob. Čtenáři v knížce také najdou užitečné rady, jak nepoškozovat zdraví svých dětí, i návody pro zdravé stárnutí.

ALMI

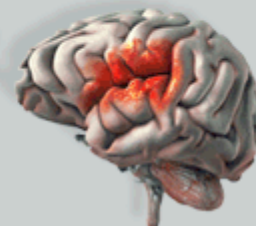
232 stran
279 Kč



World-Renowned Brain Expert Advises . . .

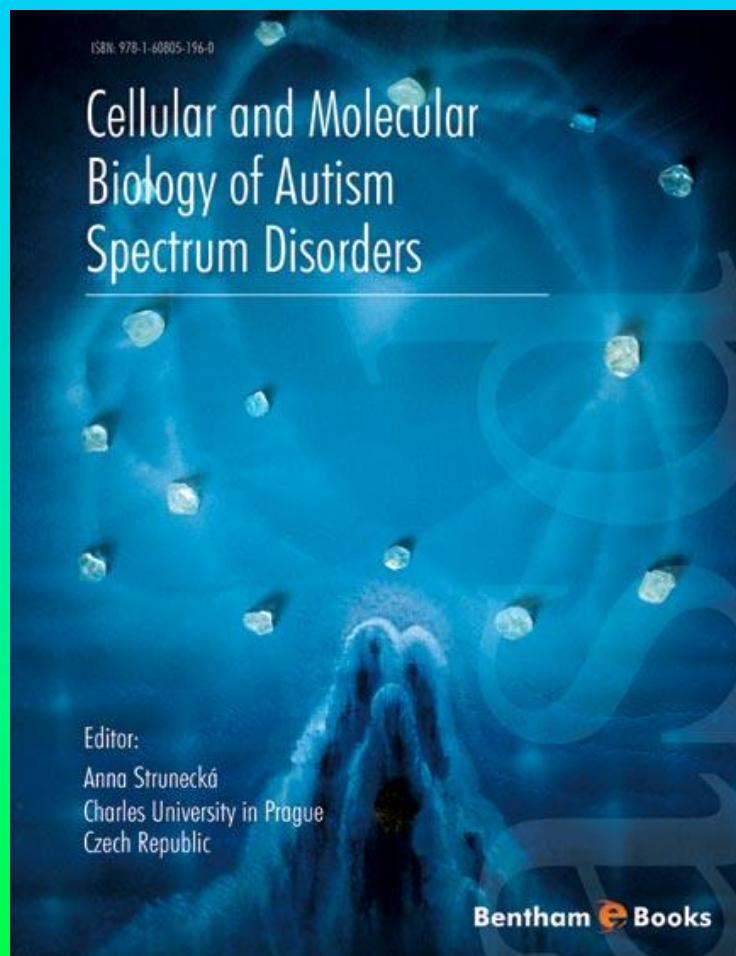
Know These Warning Signs

Protect Your Brain From Memory Loss, Alzheimer's,
Parkinson's, and Dementia



MBÚ Treboň 2014

≥300 odborných publikací,
většina v impaktovaných časopisech



- **Žijeme opravdu v době jedové?**
- **Glutamát a aspartam**
- **Rakovina**
- **Očkování HPV a chřipka**
- **Co nám prospívá?**



<http://www.rizikaockovani.cz>



ŽIJEME V DOBĚ JEDOVÉ ?

- 1940 půl milionu
- 1960 1 milion, 1988 9 milionů
- Dnes **25 milionů**

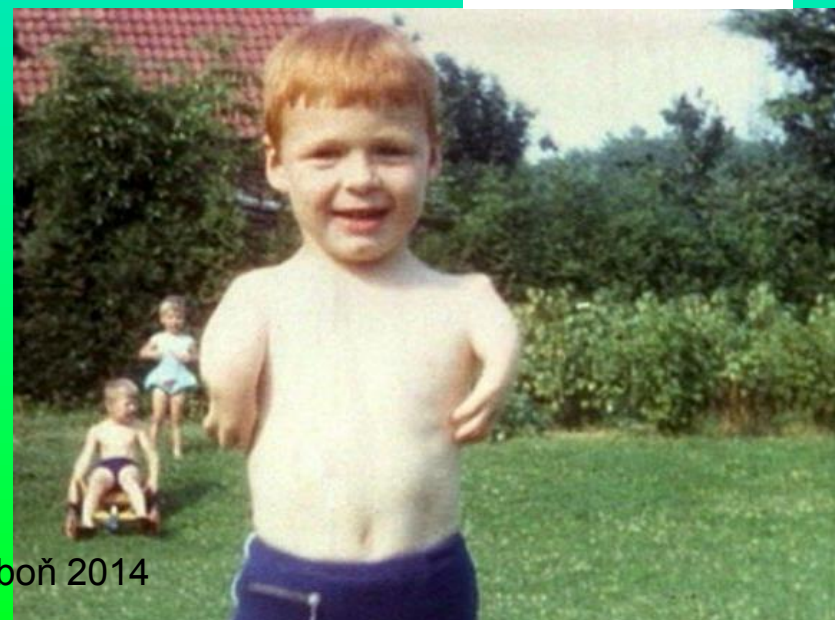
Jednou za čas se nám některé chemické látky připomenou

metanol



thalidomid
Contergan

melamin



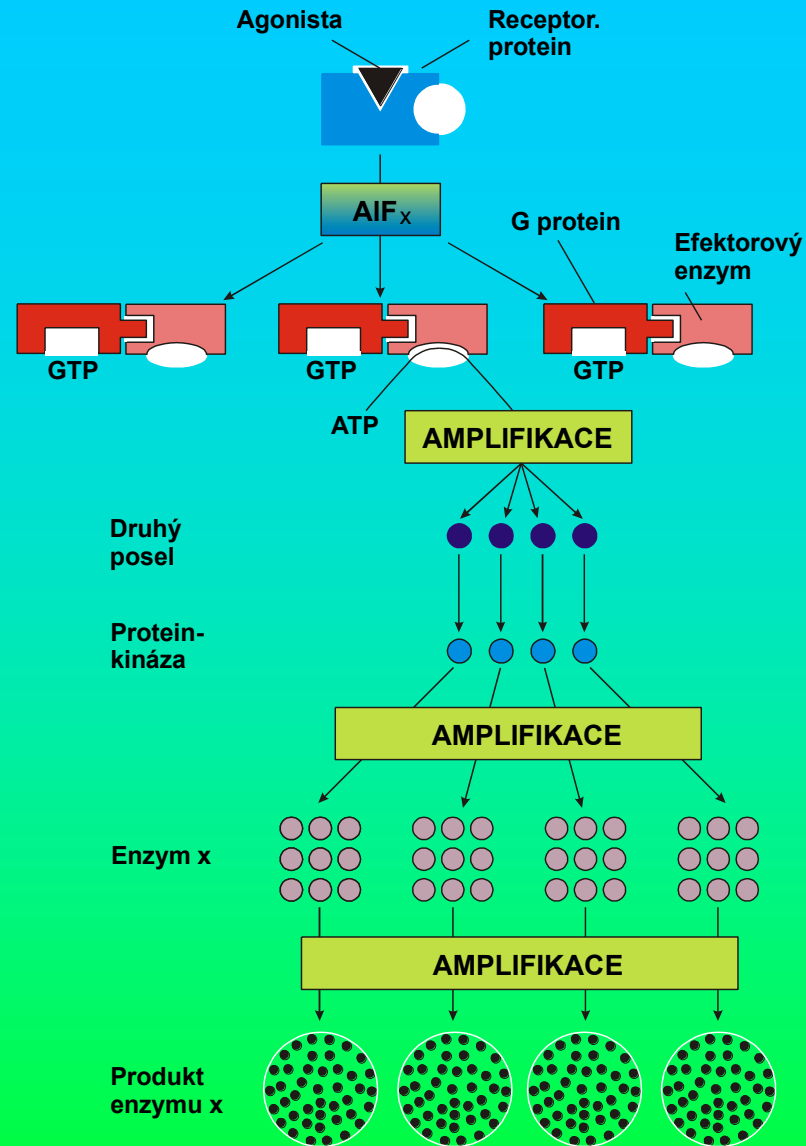
MBÚ Třeboň 2014

Každá chemická látka může být jedem

- Jed a lék od sebe odlišuje pouze dávka
- Paracelsus (1493 - 1541)
- Individuální citlivost
- Doba a délka expozice

Koktejlový efekt





Koktejlový efekt

Kdybyste smíchali rtuť, fosfát hlinitý, sulfát amonný a formaldehyd s viry, přidali fluorid, dali to do injekční stříkačky a píchli do vašeho dítěte, pošlou vás do vězení.

Proč je to tedy legální pro doktory? A proč jim to dovolujeme?

Prof. B. Haley,
University of Kentucky



SCARY SEVEN



naturallysavvy.com™

Avoid these seven dangerous ingredients when shopping for products

1. High-Fructose Corn Syrup

(Glucose-Fructose in Canada)

Potential side-effects: Obesity, insulin resistance, increased belly fat, heart disease.

2. Trans Fats *(labeled as 'shortening, 'partially hydrogenated,' or 'hydrogenated,' 'mono- and diglycerides,' or 'DATEM')*

Potential side-effects: Heart disease, cancer, diabetes.

3. Artificial Flavors

A blanket term referring to over 100 possible chemical additives. Potential side-effects: Allergic and behavioral reactions.

4. Monosodium Glutamate (MSG)

Potential side-effects: Chest pain, heart palpitations, headaches, stimulates taste buds causing us to eat more.

5. Artificial Colors

Potential side-effects: Allergies, sinus congestion, hyperactivity in children, worsens symptoms of ADD and ADHD.

6. Artificial Sweeteners

Aspartame (Equal, NutraSweet): Primarily affects the nervous system. Potential side-effects:

Headaches, dizziness, memory loss, convulsions.

Sucralose (Splenda): More research is needed to determine its safety.

Acesulfame Potassium (Ace-K): Research indicates it may cause cancer.

Neotame: Need more studies to confirm safety.

Saccharin (Sweet'N Low): Proven to cause cancer in animals. Suspected human carcinogen.

7. Preservatives

Potential side-effects:

TBHQ: Tinnitus, nausea, vomiting.

Polysorbates (60, 65 & 80): Infertility,



*carcinogen.
diarrhea and*

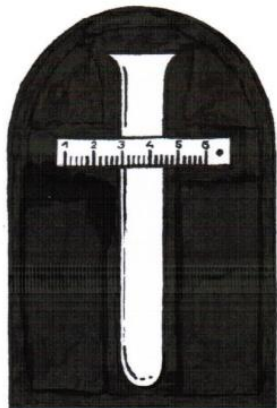
*n.
natics.*



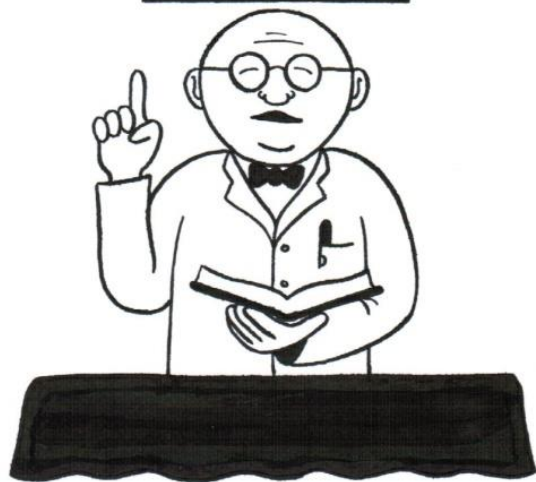
Learn more at naturallysavvy.com



**SFC, FAO, WHO a
JEFCA, FDA, COT,
EFSA**



**CDC,
EMA**



VĚDA ⇔ **Zdraví** ⇔ **BYZNYS**

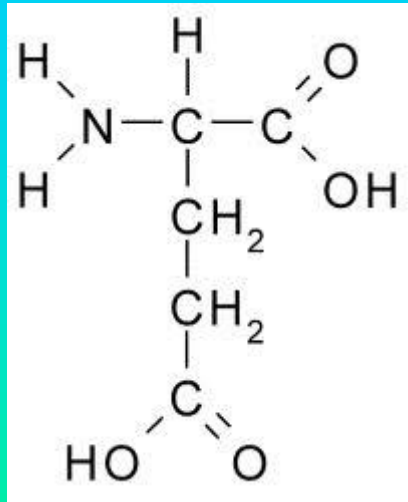
**Nejsou žádná škodlivá a
neškodlivá éčka, ale pouze
legislativně povolená a
nepovolená. A to je pro nás
zásadní informace.**

Dana Večeřová Potravinářská komise.

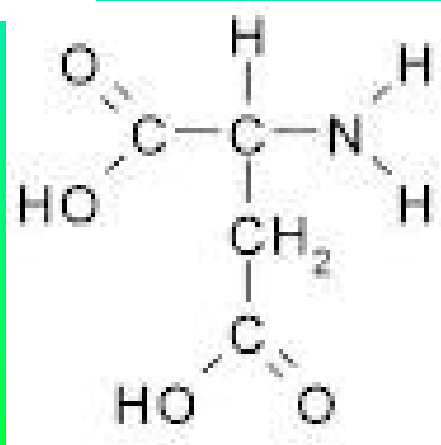
**Autorka příliš zdůrazňuje svůj
osobní názor, zatímco zjevně
nedůvěřuje státním institucím
včetně slavné americké FDA,
které ověřují potraviny,
chemické látky i léky.**

Prof. MUDr. Jiří Heřt

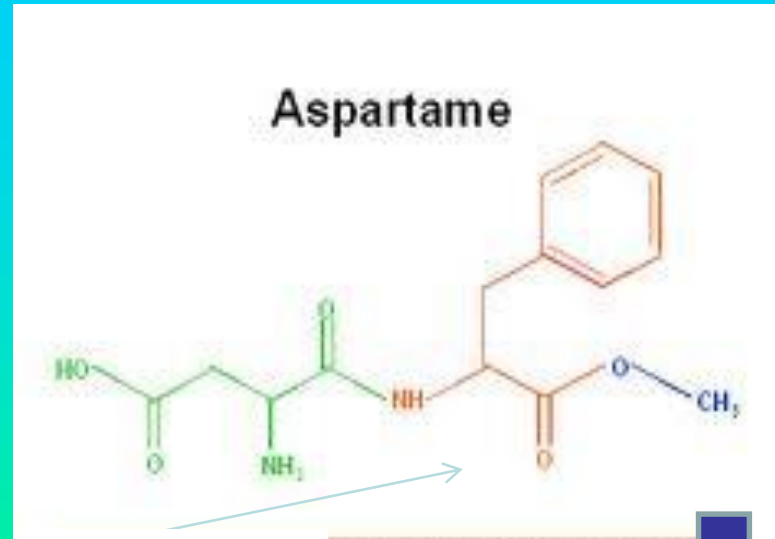
CHUTĚ, KTERÉ ZABÍJEJÍ



glutamát



aspartát



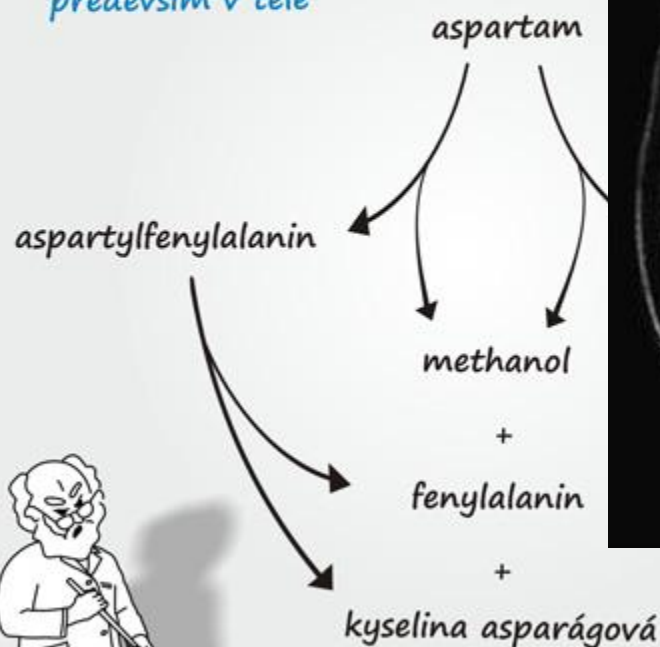
metanol

fenylalanin

Formaldehyd
DNA

Konečnými produkty rozkladu aspartamu je methanol, fenylalanin a kyselina asparágová.

způsob rozkladu
především v těle

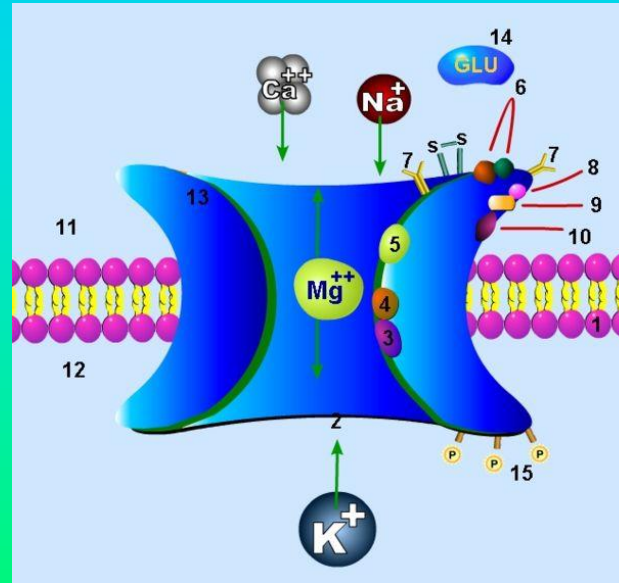
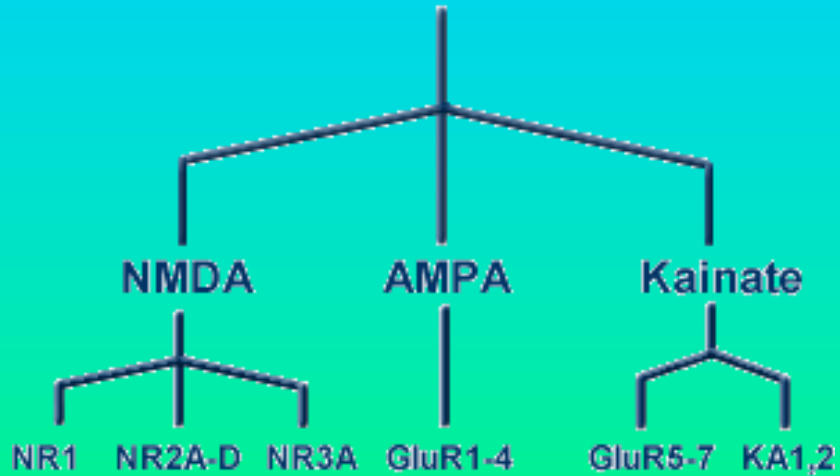


30° C
56 mg
metanolu

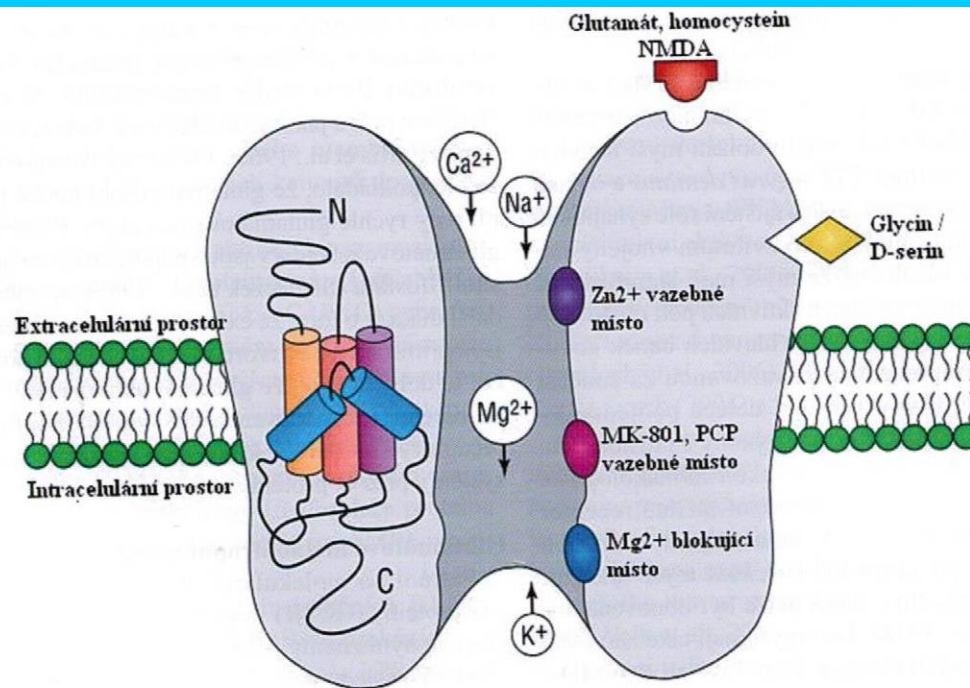


Glutamátové receptory – podráždění

Ionotropic Glutamate Receptors



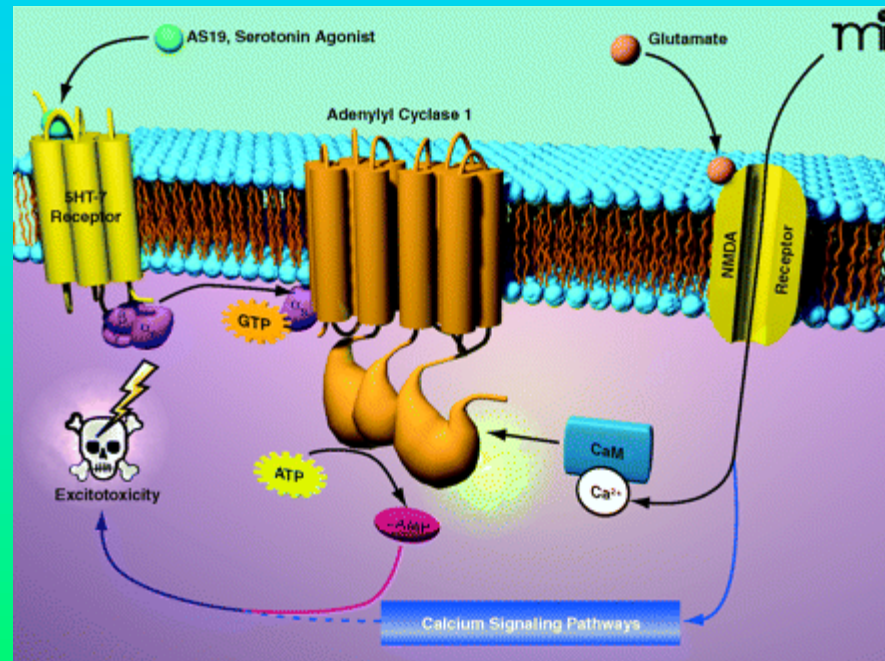
NMDA receptory N-metyl-D-aspartát



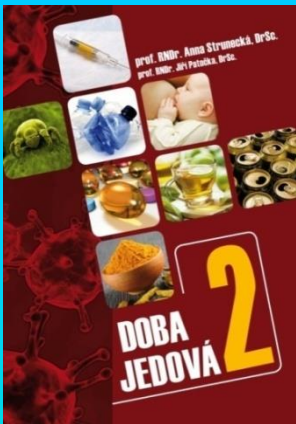
Obr. 3 Schematické znázornění NMDA glutamátového receptoru s vazebnými místy pro některé ligandy (převzato a upraveno z: Smith, 2002).

Excitotoxicita, imunoexcitotoxicita

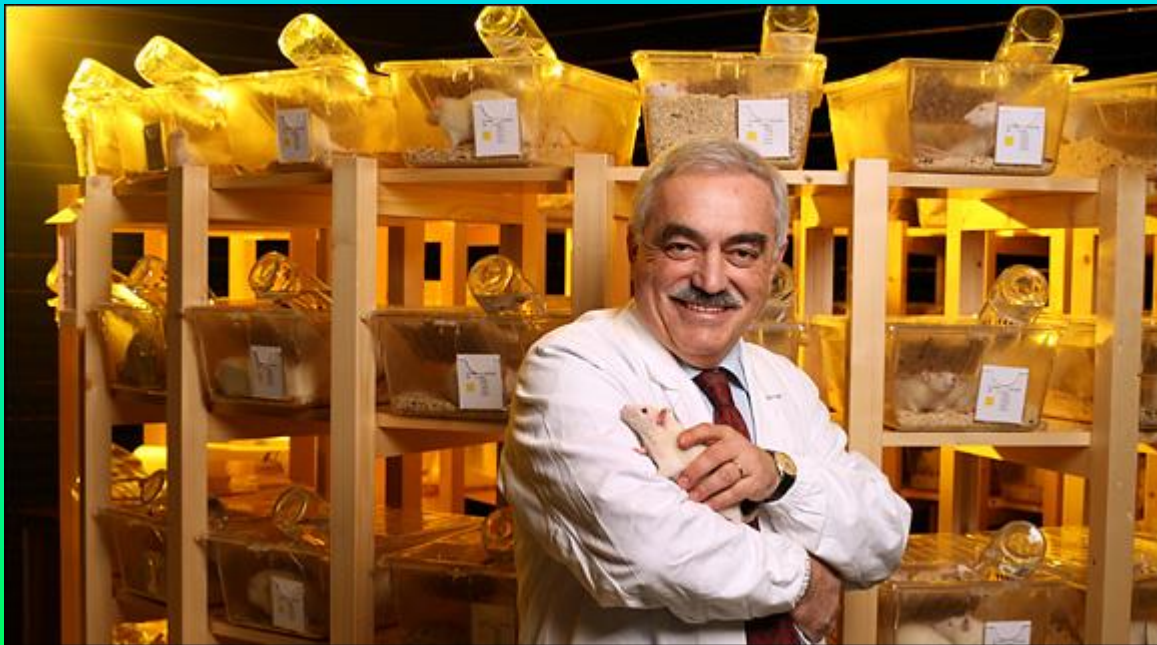
Náhlá srdeční smrt, zejména sportovci



**Pozor na nedostatek
hořčíku!!! 400 mg denně**



Zvýšený výskyt lymfomů, leukémií a dalších nádorů u krys a myší



Dr. Morando Soffritti

Cesare Maltoni **Cancer Research Center**,
European **Ramazzini** Foundation of Oncology and Environmental Sciences

**22 let – výskyt rakoviny ve vztahu k pití aspartamem
slazených nápojů v souborech 77 218 žen**

a 47 810 mužů

(Am. J. Clin. Nutr. 2012, 96, 1419)

**Zjistili, že pití 355 ml nápoje s aspartamem denně
zvyšuje**

- o 42 % riziko leukémie u žen i u mužů**
- o 102 % riziko mnohočetných myelomů u mužů**
- o 31 % riziko vzniku lymfomů**

**Umíte si představit, kolika
poruchám, potížím a nemocem
bychom mohli zabránit tím, že
důsledně vynecháme ve stravě
aspartam a glutamát?**

ASPARTAM E951 – 9 000 potravin

GLUTAMÁT, MSG, E620–E625

**Proteinový extrakt, kvasničný
extrakt, sójový extrakt, hydrolyzáty**

R. L. Blaylock and A. Strunecka

Immune-glutamatergic Dysfunction as a Central Mechanism of the Autism Spectrum Disorders

CMC 16 (2), 157-170, 2009.

Impact factor: 4.945



Podle prof. Strunecké je aspartam látka nebezpečná, poškozuje mozek zvířat i dětí, podílí se na vzniku autismu, po jeho podání bylo pozorováno 92 symptomů...

Desítky až stovky symptomů po podání aspartamu však nejsou žádným důkazem rizikovosti. Takový soubor symptomů je popisován po jakékoli účinné látce – viz přílohy k lékům...

Kdyby byl aspartam tak nebezpečný, jak udává prof. Strunecká, byl by už dávno celosvětově zakázán.

Studie dokazující rizikovost aspartamu byly odmítnuty jako mylné. Prof. MUDr. Jiří Heřt, DrSc.

STATISTICKÉ údaje pro ČR

1 ze 3 zemře na Alzheimerovu nemoc
1 ze 3 zemře na rakovinu

Rakovina kolorekta v ČR – nejvíc v Evropě

90/100 000 mužů

Rakovina prsu

120/100 000 žen

Máme prvenství ve spotřebě alkoholu a masa

Léčených alkoholiků 90/100 000 osob,

neléčených 10× víc

I. CO NÁM V DOBĚ JEDOVÉ ŠKODÍ SKRYTĚ A NEJVÍC

- I.1 Chutě, které zabíjejí: **glutamát a aspartam**
- I.2 Umělá potravinářská **barviva** škodí dětem
- I.3 **Sója** není zdravá potravina
- I.4 Upila se k smrti **Coca-Colou**
- I.5 **Fluoridy** snižují IQ
- I.6 Prospívá **čokoláda** lidskému organismu, nebo mu škodí?
- I.7 Škodlivost a prospěšnost **masa** pro člověka
- I.8 **Zakázané ovoce a statiny**
- I.9 Pozor na doporučení **MMS** k léčení všeho
- I.10 O škodlivosti **hliníku** pro nevěřící Tomáše
- I.11 **Hormonální disruptory** mění muže i ženy
- I.12 **Rizika očkování** jsou stále zjevnější

Rakovina kolorekta



II.2 O čem vypovídá **stolice**?

II.3 Skryté **světy v našem břiše**

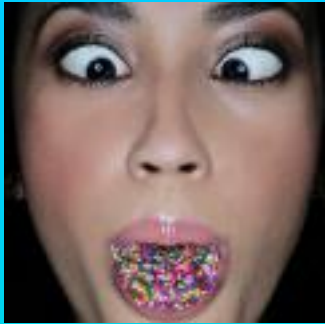
II.8 **Prevence rakoviny** je v našich možnostech



Prevence

- Omezit červené maso, grilované maso, alkohol a kouření
- Základní potraviny, pitná voda
- Vitamin D3
- Kurkumin
- Antioxidanty – ovoce a zelenina, resveratrol – víno
- Mg – hořčík
- Dobré vztahy – oxytocin
- Dobrý spánek ve tmě – melatonin
- Intermittentní hladovění (od 19 večer do 11 dopoledne)





LÉKY

Barviva, hliník.

Statiny – pozor na grapefruity!!!

Cytochromy P450 – CYP3A4



Messerli FH. Chocolate consumption, cognitive function, and Nobel laureates. **N Engl J Med.** 2012; 367:1562–64

<https://www.stream.cz/peklonataliri/778443-cokoladove-figurky> – 622 000 shlédnutí



25 % mléčná
35 % hořká

Cukrovinky
transmastné
kyseliny

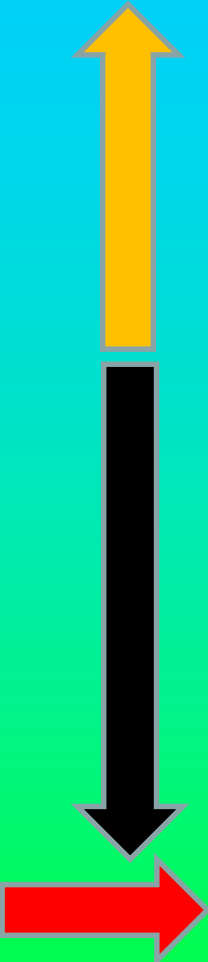


Diane Harperová:

Za situace, kdy 90 % žen bude
očkováno sníží se za 15 let incidence
na **14/100 000**.

Screening 7/100 000

"Gardasil has been associated with at least as many serious adverse events as there are deaths from cervical cancer developing each year."



Okres	Počet C53 / 100 000 žen	Srovnatelné s
Prachatice	3,9	Nejlepší na světě
Benešov	4,3	Austrálie
Chrudim	7,6	Francie, Velká Británie, Irsko
Kutná Hora, Plzeň – sever	8, 0	dtto
Pelhřimov, Příbram, Opava	8,2 –8,8	dtto
Vsetín, Jeseník, Šumperk	9,4–9,6	Čína
Semily, Nymburk	10,5 –10,9	Vietnam
Strakonice, Česká Lípa, Olomouc	11,1 –11,8	dtto
Praha	20,6	Pákistán
Jablonec nad Nisou, Klatovy, Chomutov	32,5	Nepál
Liberec, Hodonín	33,8	Nigérie
Ústí nad Orlicí , Teplice	36,9	Ghana
	47,5	Uganda
Česká republika	19,2	Pákistán

Počet NÚ HPV vakcín v porovnání s jinými vakcínami

NÚ po **Gardasilu** tvoří **61 %** ze všech vážných hlášených NÚ po veškerých očkováních žen do 30 let.

Počty **úmrtí** představují **62 %**.

NÚ **život ohrožující** po Gardasilu představují **65 %**.

Počty **trvalé neschopnosti** tvoří **82 %** všech hlášených případů NÚ.

Celkový počet NÚ po vakcíně **Cervarix** je v UK až **104 × vyšší** než u všech ostatních vakcín z **anglického očkovacího kalendáře** dohromady!

V **Austrálii** zaznamenali v roce 2008 rekordní roční výskyt NÚ v poměru 7,3/100 000 očkovaných. Bylo to o **85 % více** než v roce 2003 a tento nárůst jde na vrub očkování 12–26letých dívek a žen HPV vakcínami.



Vakcíny HPV nebyly dostatečně testovány u dětí pod 15 let.

Jejich podávání dětem mladším než 15 roků je veliký veřejný experiment.

D. Harper

Merck varuje, že jeho HPV vakcína:

- nebyla testována na karcinogenitu
- nebyly studovány interakce s jinými vakcínami
- není známo, zda může škodit těhotným nebo ovlivnit plodnost

GSK vypracoval model ve spolupráci s CDC, aby se zjistilo, zda Cervarix může ovlivnit incidenci rakoviny a s ní spojených úmrtí u žen a dívek

Účinnost tetravalentní vakcíny

Léze a typ HPV	Očkováná skupina	Kontroly (placebo)	Účinnost v %
Cervikální léze CIN1	Počet případů/ počet subjektů	Počet případů/ počet subjektů	
HPV 16	6/6448	97/6257	94
HPV 18	1/7158	47/7092	97,9
Vaginální léze VIN1			
HPV 16	0/6455	7/6269	100
HPV 18	0/7190	2/7119	100
Kondylomata			
HPV 6 nebo 11	2/6718	186/6647	98,9

Očkování proti chřipce dospělých a seniorů

**57% účinnost
U seniorů nízká**

CDC, USA



SEZÓNA	ÚČINNOST (18–59 let)	ÚČINNOST U SENIORŮ
2011–12	47 %	43 %
2012–13	52 %	9–32 %
2013–14	61 %	53 %

Najdeme lék na všechny nemoci?



D3

**Trio
vitaminů B:
B6, B9 a B12**



KURKUMIN

Děkuji vám za pozornost



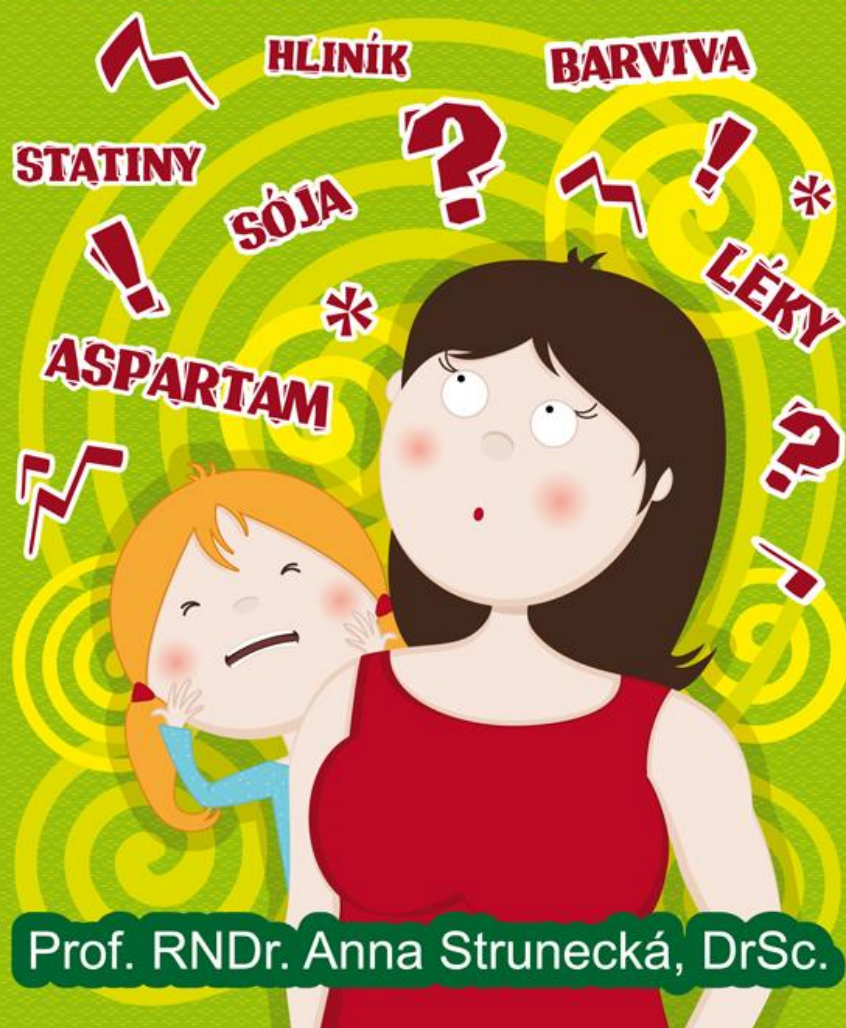
MBÚ Třeboň 2014

II. JAK CHRÁNIT SVOJE ZDRAVÍ?

- II.1 O nejhorších **utajených jedech** ve zdravé potravě
- II. 2 O čem vypovídá **stolice**?
- II.3 Skryté **světy v našem břiše**
- II.4 Blíží se **chřipková** sezóna
- II.5 Přínosy a rizika hormonální **antikoncepce**
- II.6 **Autisté** přicházejí
- II.7 **Srdečně-cévní** onemocnění stále hrozí
- II.8 **Prevence rakoviny** je v našich možnostech
- II.9 Aby nás Pán Bůh při **zdravém rozumu** zachovati ráčil
- II.10 Bojíme se **Alzheimerovy nemoci**?
- II.11 **Můžeme přežít** svoji **smrt**?
- II.12 Pomůže **celostní medicína**? MUDr. Miroslav Holub

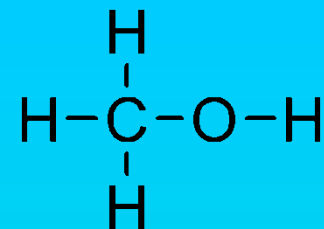


JAK PŘEŽÍT? DOBU JEDOVOU?



Prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.





- 2012: V ČR se objevují lidé otrávení metanolem
- Zdrojem jsou pančované alkoholické nápoje
- V březnu 2013 42 mrtvých
- **Smrtelná dávka metanolu**
1mg/kg – 0,5 ml /kg
Smrtelné může být již **30 ml**





SÓJA



**Puberty Before Age 10: A New
'Normal'?**

**Glutamát, fytoestrogeny,
hliník, izoflavonoidy,
melamin**



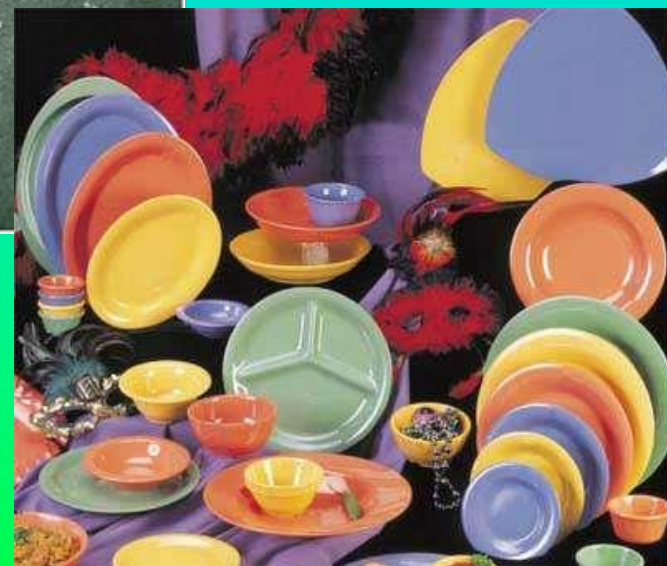
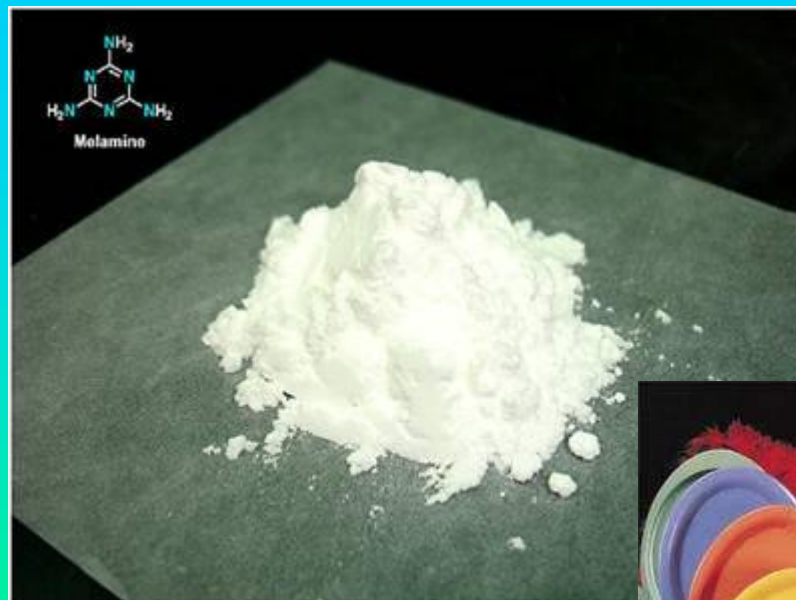
Náhražky cukrů

- **Sukralóza (Splenda)** – 3 atomy chlóru (DDT) ničí střevní mikroflóru; pH – acidifikace střev ; interakce s léky
- **Xylitol**



Melaminová aféra

- 2008: V čínských nemocnicích se začaly objevovat děti s ledvinovými problémy (ledvinové kameny)
- Jednalo se nejčastěji o děti ve věku do 2 let, kdy takováto diagnóza je naprosto neobvyklá
- Bylo prokázáno, že na vině je melamin, který byl objeven v mléčné kojenecké výživě



Jak se dostal melamin do dětské výživy?

- Pátrání po zdroji melaminu odhalilo, že pochází zejména ze sušeného mléka – přidáván jako zdroj dusíku
- Počátkem roku 2009 dosáhl počet otrávených dětí v Číně 294 000,
- 50 000 jich muselo být hospitalizováno a 6 jich zemřelo
- Krmné směsi pro domácí zvířata

RNDr. Milada Kosnarová

Centrum regulativní medicíny Rožnov pod Radhoštěm

Setkávám se s leukémií a jinými formami onko onemocnění každý týden a to hlavně u dětí. Dávejte pozor na tuto látku, která dokáže spustit syntézu onkovirů v těle a následnou rakovinu. Je všude kolem nás, stačí být pozorný a číst. Hlavně u dětí se varujte koupě jejich "pochoutek,, z reklam s aspartamem, barvivy aj. chemickými přísadami.

Nejvíce bojují u nutridrinků, které doporučují

lékaři onkopacientům, kteří špatně jí po chemo. Setkala jsem se s tím, že některé Nutridrinky z dovozu obsahují aspartam a sacharin. Oslabení pacienti jich pijou 6 i více denně! Odpověď pacientů – doktoři by je přece nechtěli zabít. Do Nového roku bych si moc přála mít co nejméně dětských pacientů s těžkým onemocněním. Vše je ve vašich rukou. Dejte tuto zprávu vašim dcerám, synům a vnukům. Děkuji.



Wellcome Images



© picture-alliance/dpa



© picture-alliance/dpa



BÚ Třeboň 2014

Symptomy po užití aspartamu podle FDA

1. anémie
2. artritida
3. bázlivost
4. bezvědomí a kóma
5. bolest na hrudi
6. bolesti břicha a křeče
7. bolesti hlavy
8. bolesti kloubů a kostí
9. dechové obtíže
10. edém
11. ekzém
12. fobie
13. gastrointestinální potíže
14. Grand Mal – velký epileptický záchvat
15. halucinace
16. impotence
17. kardiovaskulární problémy
18. kosterně-svalové problémy
19. kožní problémy
20. krátký dech
21. krev v moči
22. krev ve stolici
23. krevní a lymfatické poruchy
24. krvácivost
25. lokalizovaná bolest
26. místní otoky
27. močopohlavní poruchy
28. náchylnost k infekcím
29. nadměrná produkce hlenů
30. narušení řeči
31. nejistá chuť
32. neurologické problémy
33. noční děsy
34. obtíže s močením
35. obtížné polykání
36. otoky břicha
37. pálení
38. Petit Mal – malý epileptický záchvat
39. podráždění očí
40. poruchy čichu
41. poruchy glukózy v krvi
42. poruchy metabolismu
43. poruchy sluchu
44. poruchy spánku
45. poruchy vidění
46. potíže v těhotenství
47. problémy s chrupem
48. průjem
49. rozšířené oči
50. sinusitida
51. sípání
52. šok
53. střevní katar
54. svalový třes
55. svrbění
56. teploty
57. těžká chuť
58. úmrtí
59. únava, slabost
60. vykašlávání krve
61. vypadávání vlasů
62. vyrážky
63. výrazné změny osobnosti
64. záchvaty křečí
65. zácpa
66. záněty hrdla
67. záněty spojivek
68. závratě nebo problémy s rovnováhou
69. zduřelé lymfatické uzliny
70. žíznivost
71. změny aktivity běžného života
72. změny barvy kůže a nehtů
73. změny citlivosti v ústech
74. změny krevního tlaku
75. změny nálady
76. změny sexuálních funkcí
77. změny tělesné teploty
78. změny typu menstruace
79. změny v chuti k jídlu
80. změny v kvalitě vlasů a nehtů
81. změny v objemu moči
82. změny v pocení
83. změny v srdečním rytmu
84. změny v tělesné hmotnosti
85. změny v tvorbě slin
86. změny ve velikosti a citlivosti prsů
87. změny ve vnímání chuti
88. zpomalení vývoje (u dětí)
89. ztráta menstruace
90. ztráta paměti
91. zvonění v uších
92. zvracení a nevolnost

FDA hlášení ze
souboru 10 000 osob

Mohlo se týkat asi
1 milionu lidí

Jak se metabolizuje metanol a etanol

Fomepizol

Již 10 ml metanolu –
oslepnutí
100 ml smrtelná
dávka

CH_3OH
Methanol

HCHO
Formaldehyd

HCOOH
Kyselina mravenčí

Alkoholdehydrogenasa

Aldehyddehydrogenasa

$\text{CH}_3\text{CH}_2\text{OH}$
Ethanol

CH_3CHO
Acetaldehyd

CH_3COOH
Kyselina octová

II.2 O čem vypovídá **stolice**?

Bristol Stool Chart

Type 1		Separate hard lumps, like nuts (hard to pass)
Type 2		Sausage-shaped but lumpy
Type 3		Like a sausage but with cracks on the surface
Type 4		Like a sausage or snake, smooth and soft
Type 5		Soft blobs with clear-cut edges
Type 6		Fluffy pieces with ragged edges, a mushy stool
Type 7		Watery, no solid pieces. Entirely Liquid



*screeningový program
kolorektálního karcinomu*

TOKS – přítomnost krve

Best Source of Omega-3s

So, now that you've seen the unique, sustainable harvesting method of Dr. Mercola's Krill Oil, why should you choose krill over fish oil? The unique blend of ingredients in krill oil **isn't found in fish oil** – or *anywhere* else in nature.

Unlike fish oils, krill oil carries omega-3s in the form of phospholipids, which science has shown to be the safest and most effective carriers of DHA and EPA. Standard fish oils lack this phospholipid complex and instead have the less-beneficial form of free triglycerides.

Phospholipids are important because they make the omega-3 fatty acids in krill oil more bioavailable than those in fish oil by allowing DHA and EPA to directly enter your cells, **making our Krill Oils some of the best sources of Omega-3s available.** They also contain an antioxidant not

