**Znehodnocení mléka**

**redakce**  |  07. 08. 2012  |  [Omyly v medicíně](http://www.wmmagazin.cz/search.php?rsvelikost=prehled&rstext=all-phpRS-all&rstema=59)   |

Mléko je mistrovským dietetickým dílem přírody. Když je pasterizováno, stává se kloakou chorob a smrti. I vápník se v něm znehodnotí.

**Znehodnocení mléka pasterizováním**

Pasterizaci objevil v minulém století francouzský drogista Louis Pasteur. Ohřátí potravin na 80°C má usmrtit všechny choroboplodné zárodky v potravinách. Tím se však potraviny nejen znehodnotí, ale stanou se škodlivými. O tom psal roku 1958 časopis “Mind und Matter” následující:

V zemědělském učilišti ve Skotsku probíhaly pokusy s pasterizovaným a syrovým mlékem. Osm novorozených telátek dostávalo od prvního dne mléko pasterizované a dalších osm telátek mléko syrové. Z první skupiny už po prvním měsíci uhynula dvě telata. Třetí se podařilo zachránit, ale jen za cenu přerušení pokusu. Čtvrté zahynulo dva dny po skončení pokusu a ostatní telata zachránilo syrové mléko. Telátka druhé skupiny, která dostávala nemanipulované syrové mléko, zůstala úplně zdravá.

Američtí vědci Potenger a Simonsen uskutečnili pokusy s kočkami probíhajícími několik kočičích generací. Syrovým mlékem krmené kočky se vyvíjely normálně. Mláďata živená pasterizovaným mlékem onemocněla křivicí (rachitis), která se u většiny z nich stala příčinou smrti. U koček, které nedostávaly syrové mléko, se často objevovaly potraty už v první generaci. I povahově se tyto kočky podstatně měnily. Stávaly se agresivními, škrábaly a kousaly. U 53% degenerovala štítná žláza.

Z pokusů vyplývá, že pasterizované nebo vařené mléko ztrácí výživnou hodnotu. Kanadský biolog H. Tobe v knize „Enzymy, jiskry života“ píše: „Zahřátím nad 40°C či působením chemikálií potraviny postupně ztrácejí všechny enzymy důležité pro život. Takto se mohou všechny hlavní složky mléka (vápník, železo, fosfor) v našem těle jen v minimálním množství vstřebat (asimilovat). Zbytek je jen balast znečišťující krev. Choroboplodné zárodky, které navzdory pasterizaci zůstávají v krvi, způsobují různé choroby. Pasterizováním je tedy dosažen pravý opak.“

Anglický badatel dosvědčuje následující: „Suchá větévka bývá napadena bakteriemi a červy. Proč není napadena i větévka zdravá, plná šťávy a života? Bakterie mají za úkol odstraňovat v přírodě odpad. Proto napadají i odpad v naší krvi a buněčné tkáni. Myslím, že právě toto způsobuje mnoho chorob.“ Aby tento názor potvrdil, pozřel profesor Emerich ampulky s bacily cholery, které mu vůbec neuškodily.
Jedna matka trvala na tom, aby její dítě dostávalo čerstvě nadojené mléko jen od jediné krávy. Po nějakém čase se ukázalo, že právě tato kráva měla tuberkulózu. Dítě určitě vypilo milióny bacilů tuberkulózy, aniž by mu nějak uškodily. Skutečnost, že dítě žilo na přirozené stravě, zvýšila jeho odolnost natolik, že se škodlivé bacily v jeho malém organismu nemohly rozmnožit.

J. H. Oliver píše, že mléko je mistrovským dietetickým dílem přírody. Když je pasterizováno, stává se kloakou chorob a smrti. I vápník se v něm znehodnotí.

Dr. Evelyn z Londýna zjistil, že syrové mléko poskytuje výbornou ochranu proti zubnímu kazu u dětí. Pokusy v tomto směru, uskutečněné se sedmi sty padesáti chlapci v období tří až čtyř let, měly překvapující výsledky. U skupiny padesáti osmi dětí, které od šestého roku svého věku dostávaly prvotřídní syrové mléko, nezjistil po uvedené době ani jeden případ zubního kazu.

Americký badatel Arnold de Vries píše v knize “Elixír života” o různých pokusech na univerzitách i v nemocnicích v Anglii a USA. Děti, které dostávaly výlučně pasterizované mléko, onemocněly v krátkém období skorbutem (nedostatkem vitaminu C), dále na rachitis (nedostatek vápníku), poruchami trávení, průjmy a jinými chorobami. Pasterizované mléko nechrání ani před tuberkulózou. V dětském domově, kde větší skupina chlapců dostávala syrové mléko, onemocněl na TBC jen jeden chlapec. Arnold de Vries uvádí přesné údaje. Z uvedených případů je jasné, že vaření a pasterizování mléka nás stojí ročně miliardy.

Před léty jsem bydlel na Floridě. Jednou jsem zkoušel obstarat syrové mléko pro sousedovy nemocné děti, ale nepochodil jsem. Rolníci mi mléko nechtěli prodat, protože to tam zakazuje zákon. Uzákonit několika spekulantům takový návrh umožnila nevědomost občanů. Jedinou předností pasterizace je, že upravené mléko je možné dopravovat na delší vzdálenosti, aniž by zkyslo. Spotřebiteli tím však vznikne nenahraditelná škoda. Nezapomínejme, že mléko obsahuje více vápníku, než kterákoli jiná potravina. Vápník patří k nejdůležitějším minerálům. Nejvíce jej potřebují kosti a nervy. Nedostatkem vápníku dnes trpí devadesát procent lidské populace. Důsledkem toho jsou onemocnění, jako ischias, artróza, choroby páteře, kloubů, srdce, nervů i zlomeniny kostí. Abychom tomu předešli, potřebujeme denně syrové mléko nebo zeleninu.

Ve většině oblastí Německa už syrové mléko ke koupi není. Švýcarsko je na tom o něco lépe, třebaže i tady je možnost koupit syrové mléko stále menší. Když nedojde k nápravě, budeme i ve Švýcarsku brzy bez syrového mléka. Už nyní se pije mnohem více pasterizovaného, přestože je dražší. Všeobecně není známo, že znehodnocené pasterizované mléko je častou příčinou onemocnění. Naopak, mnozí nevědí, že pitnou kúrou syrového mléka je možné nejrůznější těžké choroby vyléčit. Jako nápoj k uhašení žízně je syrové mléko jedinečné a podstatně lacinější, než různé sladké limonády. V tomto ohledu je čerstvé mléko mnohem lepší, než pivo.

Jogurt je vařením při výrobě částečně znehodnocen (enzymy, vitaminy, bílkovina, vápník) a jeho silně kyselá reakce zbavuje organismus dalšího vápníku. Naproti tomu syrové mléko je nejlepším zdrojem vápníku, navíc má alkalickou reakci a neutralizuje škodlivé kyselé jedy v těle jako zelenina. Tím léčí choroby. Tuto skutečnost nemůže nikdo vyvrátit. Plnotučné mléko, pokud není zkyslé, je v malém množství neškodné. Revmatici by je měli pít. Vegetariánovi může mléko nahradit nevařená zelenina.

Někteří mohou namítnout, že s nepasterizovaným mlékem by bylo vše v pořádku, kdyby zde nebyla ta rizika! Na příkladech jsem ukázal, že rizikem je pasterizované, ne syrové mléko. V Bulharsku a jiných východních zemích je syrové plnotučné mléko hlavní potravinou. Tam o riziku nikdo nepřemýšlí. A pokud se tam hodně lidí dožívá přes sto let věku, vděčí za to syrovému mléku. Bangova nemoc je zde tak vzácná, že je vzhledem na všechny přednosti syrového mléka zanedbatelná. Propagandu proti syrovému mléku šíří jednotlivci a zájmové skupiny z bezohledných sobeckých zájmů. Dokonce žádají, aby pití syrového mléka bylo zakázáno, Myslím, že v první řadě by měla být zakázána auta, která mají na svědomí velký počet zraněných a zmrzačených, ale i mnoho mrtvých.

Syrové mléko čistí organismus, proto je hygienické. Cizí baktérie, které by v něm mohly být obsaženy, jsou neškodné. Mléko se nekazí, nehnije, ale zkysá vlivem mléčné kyseliny. Je zbytečné se obávat, jestliže syrové mléko není úplně čerstvé. I tak si zachová plnou výživnou hodnotu. Je schopné očistit střeva od hnilobných a choroboplodných zárodků. Pasterizované mléko naproti tomu podléhá hnilobě a nemá léčivé vlastnosti.

Metody dojení krav jsou prý nehygienické. Je přece známo, že více, než dvě třetiny mléka jsou nadojeny strojově. Jsou to tedy jen názory nepřátel syrového mléka. Výčepní mléko v mlékárnách se navíc filtruje. Následným pasterizováním se ovšem ničí enzymy a mléčná kyselina. Tím je mléko vystaveno napadení bakteriemi a je už v podstatě zkažené.

V naší rodině po hlavních jídlech pravidelně pijeme šálek mléka. Je to nejlepší, nejlehčeji stravitelná, poměrně laciná a přitom plnohodnotná potravina. Moje šestnáctiletá dcera dostávala v prvních týdnech po narození obyčejné řídké syrové kravské mléko. Dodnes nikdy neonemocněla a skvěle se vyvíjí, přestože nebyla nikdy očkována.

Chtěl bych energicky protestovat proti názorům Waltera Sommerse, že děti ze syrového mléka dostávají vyrážky, osypky, spálu, zarděnky, atd. Na vlastním dítěti jsem dokázal pravý opak takového tvrzení. Syrové mléko chrání před chorobami tím, že váže kyseliny vnitřního prostředí organismu. Sommersovu teorii dokonale vyvrací i skutečnost, že obyvatelé východního Balkánu, jejichž hlavní potravinou je syrové mléko, se dožívají vyššího věku. Odmítání pití mléka z etických důvodů je jiná otázka. Proto však ještě nemusí být napadána jeho nutriční kvality.

Chtěli bychom vyzvat konzumenty do boje za záchranu syrového mléka. Bez spolupráce těch, kteří poznali pravdu a široké protipropagandy proti nenápadné, ale systematické akci na vyloučení syrového mléka ze sortimentu potravin, nastane situace, kdy si už nepasterizované mléko vůbec nebudeme moci koupit. Výstražný příklad Floridy bychom měli brát vážně. Tam rolníci přišli o domy a dvory poté, když je zlomyslní lékaři obvinili, že prodejem syrového mléka zapříčinili choroby u dětí. Pokud už dnes nesáhneme k účinné protiakci, budou před podobnou situaci brzy postaveni i naši rolníci. Když švýcarská spolková vláda zakázala prodej tvarohu a mléka ze syrového mléka, stalo se jednomu rolníkovi z kantonu Neuenburg totéž, co sedlákům na Floridě. Když prodával tyto zakázané produkty soukromníkům, přišla policie a zabavila mu všechny zásoby. Tento rolník přitom obdělával půdu bez umělých hnojiv a jiných chemických jedů a tím byla zaručena vysoká kvalita jeho výrobků. Měl proto i mimořádně dobrý odbyt. To se stalo v krajině Wilhelma Tella už v roce 1976.

Tedy s mlékem přímo od rolníka, nejspolehlivějšího pramene dobré kvality, je u nás asi už konec. Zůstávají jen mlékárny, kde je zatím možné koupit syrové mléko. Ale jak dlouho ještě? Proto podporujeme tyto mlékárny, jinak jedna po druhé zaniknou. Ještě poznamenávám, že uperizované a homogenizované mléko je ještě škodlivější, než mléko pasterizované. Ohřátím na vysokou teplotu se v mléku poškodí, až zničí, i bílkoviny a jiné důležité komponenty.

Z knihy „Život bez chorob“ Ernsta Güntera