Marion Schimmelpfennig

Niebezpieczne kosmetyki

Jak uniknąć nowotworów, bezpłodności, chorób tarczycy, przedwczesnego starzenia i innych dolegliwości

Vital
GWARANCJA ZDROWIA

Niebezpieczne kosmetyki

Marion
Schimmelpfennig

Niebezpieczne kosmetyki

Jak uniknąć nowotworów, bezpłodności,
chorób tarczycy, przedwczesnego starzenia
i innych dolegliwości

Vital
GWARANCJA ZDROWIA

Redakcja: Patrycja Buraczewska
Skład: Emilia Dajnowicz
Projekt okładki: Emilia Dajnowicz
Tłumaczenie: Aneta Trybulska
Korekta: Ewa Korsak

Wydanie I
BIAŁYSTOK 2019
ISBN 978-83-8168-296-1

Tytuł oryginału: *Giftcocktail Körperpflege: Der schleichende Tod aus dem Badezimmer*

Copyright © J.K. Fischer Verlag
Fotografie: © Informacje pod zdjęciami

© Copyright for the Polish edition by Wydawnictwo Vital, Białystok 2018
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.

Książka ta zawiera porady i informacje odnoszące się do opieki zdrowotnej. Nie powinny one jednak zastępować porady lekarza ani dietetyka. Jeśli podejrzewasz u siebie problemy zdrowotne lub wiesz o nich, powinieneś skonsultować się z lekarzem, zanim rozpoczniesz jakikolwiek program poprawy zdrowia czy leczenia. Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca ani autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiekolwiek skutki dla zdrowia mogące wystąpić w wyniku stosowania zaprezentowanych w książce metod.

Dołożono wszelkich starań, aby informacje zaprezentowane w tej książce były rzetelne i aktualne podczas daty jej publikacji. Wydawca i autor nie ponoszą żadnej odpowiedzialności w razie braku aktualności podanych źródeł internetowych.

Vital
GWARANCJA ZDROWIA
15-762 Białystok
ul. Antoniuk Fabr. 55/24
85 662 92 67 – redakcja
85 654 78 06 – sekretariat
85 653 13 03 – dział handlowy – hurt
85 654 78 35 – **www.vitalni24.pl** – detal
strona wydawnictwa: **www.wydawnictwovital.pl**
Więcej informacji znajdziesz na portalu **www.odzywianie24.pl**

PRINTED IN POLAND

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA DR. RUEDIGERA DAHLKE **13**

PODZIĘKOWANIE **29**

DZIĘKI, DEO! **31**

UWAGA: SUBSTANCJE TOKSYCZNE! **35**

Fluorek 38

Zabójczy pierwiastek fluor i jego trujące rodzeństwo 40

Cudowna przemiana: jak z niebezpiecznych odpadów zrodziła się profilaktyka zdrowotna 42

Niepokój w branży 45

Machina propagandowa w ruch 53

Fluorek i bomba atomowa – związek z siłą wybuchu 59

Fala fluorku zalewa Europę 74

Fluorek nie jest żadnym istotnym składnikiem odżywczym! 89

Jak nieskuteczny jest fluorek w walce z próchnicą
oraz jak tworzy się statystyki 93
Fluorek przyczyną chorób 103
Obniżona wydajność mózgu 104
Przedwczesne starzenie 112
Rak 115
Choroby tarczycy 122
Uszkodzenia nerek i wątroby 125
Problemy z płodnością 127
Fluoroza zębów 132
Fluoroza kości 136

Fluorek w produktach do pielęgnacji ciała –
tuszowanie połączone z niebezpieczną energią 140

Aluminium 145
Co łączy aluminium i raka piersi? 146
Jakie związki aluminium są niebezpieczne? 149

Konserwanty i środki do dezynfekcji 154
Formaldehyd/uwalniacze formaldehydu 155
Związki halogenoorganiczne 158
Klimbazol 159
Triklosan 159
Butylokarbaminian jodopropynylu 162

Parabeny 163
EDTA 172
Przeciwutleniacze 174
Galusan 175
BHT i BHA 175

Chlorek benzalkoniowy 176

Składniki „pielęgnacyjne” 176
Parafina 177
Silikon 180
QACs i POLYQUADs 183
Gliceryna (Glicerol) 183

Tenzydy 186
Tenzydy agresywne 187
Tenzydy umiarkowanie podrażniające 188
Tenzydy łagodne 188
Sodium Lauryl Sulfate 189

PEG, PPG i związki pokrewne 197
Zakażenie podejrzewanym o wywoływanie raka 1,4-dioksanem 198
Skóra bardziej przepuszczalna 200
Trądzik majorka 201
Przemyt metali ciężkich 201
A tlenek etylenu? 202
Sodium Laureth Sulfate 202

Składniki „łagodzące podrażnienie” 203
Polidokanol 207
Substancje o działaniu miejscowo znieczulającym 210

Ochronne filtry przeciwsłoneczne 216
Jak to jest z tym promieniowaniem UVA i UVB? 218
Im wyższy wskaźnik ochrony przeciwsłonecznej, tym lepiej? 219
Ochrona przed czerniakiem 219
Działanie hormonalne i inne wątpliwe 220

DEA, TEA i MEA 225

Rakotwórcze nitrozoaminy 225
Jeszcze więcej zagrożeń dla zdrowia 232

Substancje zapachowe 233
26 znanych złoczyńców 233
Syntetyczne wonne związki piżmowe 236
Koktajle zapachowe o nieznanych skutkach 237
Cykloheksanol 241

Ftalany 246
Ftalany a ciąża 248
Podwyższone ryzyko cukrzycy 250
Astma 250

Barwniki, środki barwiące i wybielające 251
Barwniki 251
Azozwiązki 252
Związki halogenoorganiczne 254
Farby do tatuażu 255

Preparaty do koloryzacji włosów 256
Amoniak 257
6-Amino-m-krezol 258
Fenylenodiamina 259
Rezorcyna 260
Toluen 260
Fenacetyna 260

Fenoloftaleina 261
Kremy wybielające 261
Arbutyna 262

Substancje o działaniu anti-aging 263

Przeciwutleniacze 264
Resweratrol i sirtuina 266
Fitohormony 267
AHA 268
Kolagen i elastyna 269
Fuleren 269

Nanocząsteczki 270
Nanokapsułki 271
Nanopigmenty 272

Substancje o działaniu przeciwłupieżowym 275
Klimbazol 276
Ketokonazol 276
Pirytionian cynku 277
Dwusiarczek selenu 278
Pirokton olaminy (Octopirox) 279

Środki porotwórcze 280
Wąchać do przyjazdu pogotowia 280

Witaminy 284
Witaminy syntetyczne 285

Boran sodu – szczególnie niebezpieczny! 289

PRODUCENCI I PRODUKTY POD LUPĄ 303

Jak jesteśmy konsekwentnie wyprowadzani w pole 306
„Drogie" składniki 306
Ustawa o ochronie konsumentów = ustawa o ochronie producentów? 308

Probiotyczny czy proidiotyczny? 309

Obietnice bez pokrycia w zakresie bezpieczeństwa produktu 309
Jak producenci robią nas w konia 311
Ile pielęgnacji jest faktycznie w pielęgnacji ciała? 315

Czym zatem jest zdrowa kosmetyka naturalna? 318
Co stosują odpowiedzialni producenci kosmetyków naturalnych 322
Które produkty są godne polecenia? 324
Pielęgnacja zębów 326
Pielęgnacja skóry i włosów 328

Zgrzew tuby nie jest oznaką jakości produktu 330

Dzisiaj szampon, jutro rak? 331
Pobudka 334

I CO TERAZ? **337**

POSŁOWIE JÜRGENA ROTHA **345**

WYKAZ SKŁADNIKÓW **349**

PRZYDATNE LINKI **396**
Podstawy prawne 396
Wykaz składników 396
Badania/ostrzeżenia przed niebezpiecznymi produktami 397
Pozostałe linki 398

BIBLIOGRAFIA **399**

Dla mojego brata Ralfa

PRZEDMOWA DR. RUEDIGERA DAHLKE

Niniejsza książka skonfrontuje Was z tym, co zawsze chcieliście słyszeć o toksynach występujących w Waszym otoczeniu albo też z tym, czego nigdy nie chcieliście słyszeć, a co koniecznie powinniście wiedzieć. Jako wegetarianin żyjący w duchu „Peace-Food" myślałem, że w tej materii wszystko już wiem, zatem jakże zdziwiona była moja mina w czasie lektury, kiedy odkryłem, że nasza sytuacja od dawna jest dużo grosza i dużo bardziej niebezpieczna niż sądziłem. Jako lekarz specjalista w zakresie postu i doradca ds. żywienia wiem oczywiście, co znajduje się w przeciętnym pożywieniu, a czego w ogóle nie powinno tam być. Nigdy nie miałem zaufania do powszechnie stosowanych kosmetyków, a przez to, że ich nie stosuję, czułem się bezpiecznie. Mimo to ta książka otworzyła mi oczy w kontekście pacjentów. W moim otoczeniu już od dawna nikt nie stosuje fluorku w paście do zębów, ale w dalszym ciągu szokuje mnie fakt, jak on się tam znalazł. Jako człowiek,

który w żadnym wypadku nie przejawia skłonności do teorii spiskowych, zostałem wystawiony na pewną próbę czytając niezwykle zgłębione i poparte licznymi dowodami informacje zawarte w rozdziałach tej książki, które pozbawiły mnie jakichkolwiek złudzeń i wiary w dobrą wolę firm kosmetycznych. Czyta się ją jak kryminał, mimo że zajmuje się jedynie zwykłymi rzeczami naszego dnia codziennego. Aby wycofać się z tej toksycznej gospodarki – chociażby tylko we własnym ciele – należy wiedzieć co nieco, a ta książka trafnie i zwięźle to ujmuje. Przypadnie ona do gustu czytelnikom moich książek o odżywianiu, od „Peace-Food", „Peace Food – das vegane Kochbuch" [Peace Food – wegańska książka kucharska] aż po „Vegan Einsteiger-Programm" [Program weganizm dla początkujących], ale będę ją także polecał w kolejnych wydaniach fanom pozycji poświęconych tematyce postu.

Poruszyła mnie także droga autorki do zgłębienia tematu, gdyż przypomina mi moją do książki „Choroba jako droga". Jej własne nieprzyjemnie doświadczenia z dezodorantem sprowadziły Marion Schimmelpfennig na ścieżkę poznania i być może uratowały jej życie. I to samo może zrobić ta książka dla wielu innych kobiet podzielających jej los.

Jako że do znawców kosmetyków nie należę, cały ogrom zagrożenia płynący od kosmetyków w ogóle nie był mi znany. Wszystko zaczyna się od bardzo podstawowych danych. Nie wiedziałem, że osoba dorosła w krajach zachodnich stosuje dziennie średnio 9 produktów do pielęgnacji ciała, które łącznie zawierają ponad 100 różnych substancji chemicznych. A że ja, podobnie jak wielu moich znajomych, nie używam żadnego z nich, to z kolei niektóre kobiety zapewne – ze statystycznego punktu widzenia – stosują ich znacznie więcej. Jako lekarz

zawsze wiedziałem, że smarowanie czasem jest gorsze od połykania, gdyż pożywienie w żołądku jest wystawione na silne działanie kwasów. W odniesieniu do skóry substancje problematyczne i trujące mogą przecież w pewnych okolicznościach od razu przenikać do krwi, a następnie rozchodzić się do wszystkich narządów i tam się gromadzić. Plastry nikotynowe i hormonalne równie skutecznie transportują swoje substancje czynne do krwiobiegu i sytuacja ma się podobnie w przypadku produktów do pielęgnacji ciała i kosmetyków, i to często z uszczerbkiem dla użytkowników, gdyż środki te są pełne szkodliwej chemii.

Kosmetyki i tak zwane środki do pielęgnacji osobiście uważam za bezpodstawnie drogie, tym bardziej dziwi mnie, kiedy czytam, że wydatek na zakup składników stanowi jedynie 1% ceny końcowej. Duża część pozostałych kosztów idzie na opakowanie i marketing. Czytając dalej dowiedziałem się, jak nieistotną kwestią jest ich cena, pod względem finansowym, kiedy mogą nas kosztować najpierw zdrowie, a w końcu i życie.

Już przed wieloma laty pewien ginekolog powiedział mi, że ani razu nie zdiagnozował raka piersi u kobiet, które nigdy nie stosowały dezodorantów. Później jednak doszedłem do wniosku, że praktycznie wszystkie kobiety używają dezodorantów. Do tego zauważyłem, jak dramatycznie w poprzednich dziesięcioleciach wzrosła liczba zachorowań na raka piersi równolegle z tym trendem. Jednak na temat przyczyn tych horrendalnych wskaźników wzrostu nie ma póki co żadnych sprawdzonych informacji naukowych. Równie niewiele o tym, dlaczego ogniska nowotworowe częściej umiejscawiają się w górnych zewnętrznych kwadrantach piersi, mogą powiedzieć sami naukowcy. A to jest przecież dokładnie obszar w pobliżu ramion, gdzie aplikuje się dezodorant. Niemal wszystkie antyperspiranty zawierają alu-

minium, które blokuje pory, co zresztą jest rolą takiego dezodorantu, a przed czym jednak ostrzegają wszyscy homeopaci. Tłumienie wydzielin organizmu jest bezpośrednim sposobem na nabawienie się choroby. Zagadką dla medycyny konwencjonalnej pozostaje również kwestia, dlaczego na raka piersi częściej chorują kobiety o wyższej pozycji społecznej. Obawiam się, że one fundują sobie jeszcze więcej takich dezodorantów. Czy zatem założenie, że istnieje związek między tymi, które zawierają aluminium a rakiem piersi, nie jest oczywiste?

Oczywiście, nie odnosi się to tylko do aspektu cielesnego, a jako autor „Choroby jako symbolu" wiem i uważam za oczywiste, że zawsze idzie to w parze – w moich oczach – z ważniejszym nawet elementem duchowym. Ciało jest przecież domem duszy i nie ma powodu, by je czynić tak słabym i kruchym, jak dzieje się to w wyniku stosowania takich niebezpiecznych substancji.

Autorka wobec powyższych wniosków i podejrzeń rzeczywiście znajduje badania, które wykazują zależności między aluminium a rakiem piersi. I które dowodzą, że u kobiet, używających więcej dezodorantów, raka piersi diagnozuje się w dużo młodszym wieku niż u kobiet, które używały ich mniej. Związki aluminium blokujące pory i tym samym przeciwdziałające poceniu się odgrywają zatem tutaj swoją rolę.

Prof. Exley, ekspert w zakresie aluminium, tak oto podsumowuje obecny stan badań na polu raka piersi i aluminium: stwierdzono występowanie aluminium w piersi w stężeniu, które znacznie przewyższa wartości w surowicy krwi; eksperymenty pokazują, że może ono powodować uszkodzenie komórek nabłonkowych. Konsekwencją takich uszkodzeń jest niestabilność genomowa, jak wystąpienie mutacji i aberracja chromosomów. Poza tym aluminium przyłącza się do receptorów estrogeno-

wych, przez co zakłóca gospodarkę hormonalną. Pierwiastek ten w piersi może również zmieniać mikrootoczenie, co prowadzi do zaburzeń gospodarki żelazowej, oksydacyjnych uszkodzeń białek komórkowych, reakcji zapalnych i zmienionej ruchliwości komórek. Są to zmiany, które można zaobserwować również w procesie powstawania nowotworu. Te fakty powinny nam w zasadzie wystarczyć, aby raz na zawsze trzymać się z dala od wszystkich preparatów zawierających aluminium.

W rzeczywistości bioaktywne związki tego metalu występują nie tylko w dezodorantach, ale również w kremach przeciwsłonecznych oraz lekach na poparzenia słoneczne. W szczepionkach pełnią one rolę adiuwantu, z kolei wiele wodociągów stosuje je do uzdatniania wody. Aluminium znajduje się również w preparatach do pielęgnacji ciała i kosmetykach w formie pudru glinkowego oraz barwnika, chociażby w kredkach do oczu, maskarach, eyelinerach, cieniach do powiek i pomadkach do ust.

Do tego dochodzi jeszcze utrudnienie w postaci gromadzenia się tego pierwiastka w organizmie, który wskutek zwiększania swojej ilości z czasem może prowadzić do poważnych problemów. Od dawna wiadomo, że aluminium w dużych dawkach wywołuje ciężkie powikłania, jak uszkodzenia centralnego układu nerwowego. Tego, że pacjenci chorzy na Alzheimera wchłaniają większe jego ilości z przewodu żołądkowo-jelitowego niż osoby zdrowe, jak również wykazują podwyższone jego wartości w mózgu, dowiedziono już dawno temu. W eksperymentach na zwierzętach demencję wywołano nawet bezpośrednio przez aluminium. Nie poprzestając na tym, autorka skrupulatnie dociekała dalej i odkryła niesłychane rzeczy. Komu choć trochę zależy na (prze)życiu, ten po przeczytaniu tego rozdziału zrezygnuje

z zawierających aluminium dezodorantów, kosmetyków i tak zwanych środków leczniczych.

Jeszcze bardziej niesłychana jest historia fluorku i tego, w jaki sposób trafia on do naszego organizmu. Przyzwyczaiłem się już do wielu rzeczy, wszystko jestem w stanie zrozumieć, ale to wciąż mnie przeraża. Fluorek zawarty w dzisiejszych pastach do zębów był początkowo stosowany jako preparat owadobójczy, którego celem było zwalczanie nawet tak wytrzymałych zwierząt jak szczury, wszy i karaluchy. Jest to niebiodegradowalna substancja szkodliwa dla środowiska, która w USA do 1945 roku była klasyfikowana jako substancja toksyczna. Nawet dzisiaj tam, gdzie powstaje ona w procesach przemysłowych, jest traktowana i utylizowana jako substancja szkodliwa; ale, gdy tylko bierzemy ją do ust, zasada ta przestaje obowiązywać.

Cała sytuacja jest jednak jeszcze bardziej skomplikowana. O ile aluminium zawarte w dezodorantach spełnia swoją funkcję, gdyż blokuje pory, o tyle na temat działania fluorku zapobiegającego powstawaniu próchnicy, nie ma ani jednego badania potwierdzającego to. Nawet żadna podwójna ślepa próba nie była w stanie dowieść statystycznie istotnej korzyści płynącej ze stosowania domieszek fluorku w pastach do zębów, soli kuchennej czy wodzie pitnej. Wręcz przeciwnie, badania przeprowadzone w USA, w Kanadzie i Nowej Zelandii wykazały, że na obszarach, gdzie nie stosuje się fluoryzowanej wody pitnej, próchnica zdarza się rzadziej. Pewne na tę chwilę jest to, że fluorki zwiększają ryzyko zachorowania na raka i nie pomagają w walce z próchnicą. Jak zatem trafiły do naszego życia?

Lista szkód wywołanych przez fluorki jest długa. Szczury, które otrzymywały wodę do picia z fluorem, wykazywały objawy podobne do ADHD (zespół nadpobudliwości psychoruchowej

z deficytem uwagi). Epidemia ADHD przebiega w czasie niemal równolegle do wzrostu ilości fluorków w naszym życiu, co powinno nas naprawdę niepokoić.

Pewny pod względem naukowym jest fakt, że dziewczęta, które piją fluoryzowaną wodę, osiągają dojrzałość płciową średnio sześć miesięcy wcześniej, co bierze się z obniżonej produkcji melatoniny. Skoro 50% dziewcząt w USA dzisiaj zaczyna miesiączkować jeszcze przed ukończeniem 10. roku życia, to nie jest to nic dobrego.

Jak już wspomniałem, pacjenci chorzy na Alzheimera mają nadmiernie duże ilości aluminium w mózgu. Fluorek z kolei wiąże się z nim i transportuje go do naszego mózgu, bez problemu pokonując barierę krew-mózg.

A podejrzenia są jeszcze bardziej dramatyczne. Fluorki odkładają się w rejonie hipokampu, zakłócając tym samym różne procesy. Hipokamp w mózgu jest odpowiedzialny za podejmowanie decyzji i związane z tym działania. W razie jego uszkodzenia człowiek postrzega inaczej rzeczywistość, nie widzi wielu rzeczy, ma też gorszą pamięć. Jeżeli ma trudności z podejmowaniem decyzji, równie gorzej idzie mu stawanie w obronie własnych przekonań, trudniej zwalczyć mu stres, staje się ociężały i tym samym zachowuje się w sposób służalczy. Wierzy w to, co mu się (ciągle) wmawia, gdyż jego umiejętność racjonalnego myślenia jest ograniczona. Czy to przypadkiem nie jest sposób na sprowadzenie człowieka do jego obecnego stanu? W Niemczech politykom wierzy jeszcze tylko 13% populacji, w USA jedynie 10%, a mimo to w dalszym ciągu nic się w tej kwestii nie zmienia i że niby ludzkości ma odpowiadać wszystko, co możliwe, bez najmniejszego sprzeciwu?

Lista tej beznadziei sięga jeszcze dalej: w mózgu zwierzęcia doświadczalnego zaobserwowano, jak już niewielkie dawki flu-

orku glinu zmieniają naczynia włosowate, redukują pobór tlenu i prowadzą do powstania szczególnie krystalicznych struktur. To wszystko występuje również u pacjentów z Alzheimerem oraz innych osób zmagających się z chorobami demencyjnymi.

Z renomowanego Uniwersytetu Harvarda napłynęły informacje na temat rozwoju układu nerwowego u dzieci pod wpływem fluorku. Wiadomo wprawdzie, że duże jego dawki u osób dorosłych wykazują działanie neurotoksyczne oraz że u szczurów zaobserwowano obniżoną zdolność uczenia się i zapamiętywania, ale jego wpływ na rozwój układu nerwowego u dzieci był dotychczas niezbadany. Metaanaliza, podsumowanie różnych badań, wykazała wyraźnie, że fluorek w wodzie pitnej wpływa negatywnie na dziecięcy rozwój umysłowy. Naukowcy na podstawie danych zebranych od ponad 8000 dzieci w wieku szkolnym doszli do wniosku, że fluorki obniżają zdrowie i rozwój funkcji kognitywnych że dzieci, które były wystawione na działanie większych dawek fluorku, odznaczały się znacznie niższym poziomem inteligencji. Nawet niższe dawki miałyby taki sam skutek. Przyczyną takiego stanu rzeczy jest to, że fluorek tak łatwo pokonuje barierę krew-mózg. Obciążenie nim dziecięcego mózgu, który jeszcze nie jest w pełni rozwinięty i znacznie bardziej podatny na toksyny, prowadzi do trwałych uszkodzeń. Autorka zebrała ponad 100 badań z całego świata, które wskazują, że fluorki uszkadzają mózg. 36 badań potwierdza przy tym obniżony poziom IQ w przypadku ich umiarkowanych dawek.

Wiadomo również, że fluorki gromadzą się w szyszynce, tak zwanej epifizie, która jest odpowiedzialna za metabolizm serotoniny i melatoniny. Informacja szczególnie ważna dla osób uduchowionych: ten gruczoł, który jest bezpośrednio związany z aktywnościami psychicznymi, jak wizje i medytacje, jaw-

nie przyciąga fluorek i ma skłonności do zwapniania pod jego wpływem, jak potwierdza pewne badanie przeprowadzone przez angielskich naukowców. Być może to jest powód, dlaczego współcześni ludzie praktycznie nie mają wizji i często w porównaniu z ludźmi w przeszłości zaniedbują spoglądanie w głąb siebie samych. Być może też w ten sposób dochodzi do pewnego rodzaju niedoboru hormonu szczęścia, serotoniny, który obserwuję od lat i który w efekcie końcowym doprowadził do powstania „Take me – Glücksnahrung" [rodzaj pełnowartościowych produktów spożywczych powstałych wyłącznie na bazie naturalnych składników – przyp. tłum.].

Fluorek może w dodatku nakłonić układ odpornościowy do zaatakowania własnych tkanek organizmu. Badania potwierdzają, że zmienia on formy endogennych protein, wskutek czego organizm przestaje rozpoznawać swoje własne białka i atakuje je, aby zniszczyć. Czy mogłoby to być źródłem procesów rosnącej autoagresji, jak chociażby współczesna epidemia Hashimoto, która powoduje, że miliony, głównie kobiet, zwalczają swoją własną tarczycę i w końcu tracą ją? Od dawna wiadomo, że fluorek ma wpływ na funkcjonowanie tarczycy. Z tego też powodu wcześniej u pacjentów z nadczynnością tego organu stosowano lekarstwa zawierające fluorki. Dane pochodzące z tamtego okresu wykazują, że nawet 2 do 3 mg fluorku – dawka dobowa, którą dzisiaj łatwo osiągnąć – wystarczy, aby spowolnić pracę tarczycy u osoby dorosłej. U dzieci zagrożenie jest jeszcze większe. Przy wadze 14 kg nawet już niewielka dawka wynosząca jedynie 0,7 mg na dobę może prowadzić do zaburzeń pracy tarczycy. Najczęstszym problemem związanym z tym narządem w takich krajach jak Niemcy jest głównie jego niedoczynność – zaburzenie, które jest wywoływane właśnie przez nadmiar fluorku.

W USA przez ostatnie 20 lat wraz z regularnym spożywaniem fluoryzowanej wody do picia liczba noworodków z wrodzoną niedoczynnością tarczycy wzrosła o prawie 75%. Nieleczona może prowadzić do upośledzenia umysłowego, zaburzeń rozwoju i problemów z sercem. Co więcej, u tych dzieci obserwowano również opóźnione ząbkowanie, jak i uszkodzenia szkliwa zębów – przy czym to ostatnie jest objawem możliwej fluorozy zębowej. W rzeczywistości zatem fluorek, zamiast wzmacniać zęby, szkodzi im. Przy tym wszystkim nie dziwi fakt, że autorka znalazła również informacje na temat jego szkodliwości na nerki i wątrobę, i to przy dawkach oficjalnie uznanych za „niskie".

Niestety, nie trzeba wcale pić wody fluoryzowanej, żeby osiągnąć niebezpieczne wartości. Dzięki dzisiejszym produktom spożywczym, napojom, soli kuchennej, produktom do pielęgnacji zębów czy lekom dawka ta jest łatwo osiągalna, co prowadzi do błędnego koła. Nerki zwykle zapobiegają nagromadzeniu się niebezpiecznie wysokiego stężenia fluorku w organizmie, gdyż dużą jego część wydalają wraz z moczem. Niemniej jednak, kiedy dojdzie do ich uszkodzenia – chociażby wskutek trwałego wysokiego obciążenia fluorkiem – już nie są w stanie tak dobrze i skutecznie go wydalać. W konsekwencji gromadzi się go w nerkach jeszcze więcej, przez co ulegają one jeszcze większemu osłabieniu i prowadzą do wzrostu ryzyka związanego z ich dalszymi uszkodzeniami.

W rejonach nadmiernie obciążonych fluorkiem powstaje niemal pięć razy więcej kamieni moczowych. W wątrobie fluorek powoduje powstawanie złogów tłuszczu i niszczy komórki wątroby, gdyż nie jest już ona w stanie ani go zredukować, ani wydalić. Próbuje związać go w żółci, wskutek czego fluorek coraz bardziej zatyka drogi żółciowe i prowadzi do kolejnych uszkodzeń wątroby.

Trzy badania przeprowadzone przez chińskich naukowców, które poświęcone były mózgowi nienarodzonego dziecka, wykazały, że fluorek powoduje uszkodzenia neurologiczne, w tym zniszczenie komórek nerwowych, i prowadzi do ograniczenia liczby neuroprzekaźników.

Niestety, lista szkód jest tak długa, że gdyby chcieć je tu wszystkie wymienić, nie wystarczyłoby miejsca w ramach przedmowy. Co więcej, otwarte pozostaje pytanie: jakim cudem taka toksyna została przez medycynę dopuszczona do użytku? Odpowiedź na nie autorka ujawnia nam niczym w kryminale. Z powodu swojej toksyczności różne gałęzie gospodarki nie były w stanie pozbyć się odpadów zawierających fluor i aluminium. Zwłaszcza gospodarka atomowa USA w czasach projektu Manhattan, czyli budowy pierwszej bomby atomowej, borykała się z tym właśnie problemem. Próby odprowadzania odpadów do rzek prowadziły do masowych zgonów ryb i drastycznych kar. Autorka ujawnia, jak pod przykrywką najwyższej rangą armii przemysłowi udało się pozbyć tej toksyny w drodze „utylizacji" do medycyny. To, że przemysł farmaceutyczny, a wraz z nim również lekarze, chętnie współuczestniczył w tej makabrycznej burlesce, stanowi kolejny, szczególnie mroczny rozdział w historii medycyny.

Niestety, to jeszcze nie koniec. Marion Schimmelpfennig podąża kolejnym tropem i natrafia na coś przerażającego – wychodząc od kosmetyki, przez substancje konserwujące, aż do witamin, składników życia. Przemysł wykorzystuje wszelkie środki manipulacji, które autorka konsekwentnie objaśnia. O tworzywach naturalnych mówi się tak długo, jak długo zawierają one chemię. Oczywiście, wszystko na tej planecie powstało z natury, również ropa naftowa naturalnie wywodzi się z natury. Jak jednak pokazują nam tragedie tankowców, nie oznacza to wcale, że jest zdrowsza.

Naturalne przeciwutleniacze są naturalne i ważne. Jedną z wielu zdrowotnych korzyści w pełni roślinnego sposobu odżywiania w rozumieniu „Peace-Food" jest jego bogactwo w zrównoważone, wegańskie pożywienie. Natomiast syntetyczne przeciwutleniacze stosowane w przemyśle nie są ani naturalne, ani zdrowe, a mimo to chętnie wykorzystywane jako środki konserwujące. I tak oto dobro przeradza się w zło i różnice pomiędzy nimi ewidentnie ulegają zatraceniu. Tego, kto zna Schicksalgesetze [książka autorstwa R. Dahlke, znaczenie: reguły losu – przyp. tłum.], a zwłaszcza „zasadę cienia", nie zdziwi fakt, że kremy nawilżające z gliceryną tak naprawdę wysuszają skórę od wewnątrz, a preparaty do pielęgnacji uszkadzają ją. Kolagen i elastyna stanowią produkty „anti-aging" powoli odchodzące do lamusa, które sprawiają, że po ich nałożeniu skóra od razu wygląda na odświeżoną i gładszą. Wynika to z tego, że składają się one z nierozpuszczalnych białek fibrylarnych, które ze względu na wielkość swoich molekuł nie są w stanie przenikać w głąb skóry. W taki oto sposób pozostawiają na skórze grubą warstwę nieprzepuszczającą wilgoci, która ma za zadanie nadać skórze jędrność, a zamiast tego ją „dusi". Zatem ten wychwalany długotrwały efekt i wpływ na tkankę łączną jest wyssaną z palca bajką. Jeżeli jeszcze na dodatek uświadomimy sobie, że substancje te są pozyskiwane ze świńskiej skóry, odpadów rybnych czy zmielonych nóżek kurzych, to już nam wystarczy, by nie wsmarowywać ich w twarz. Zdrowa sucha skóra tak naprawdę nie stanowi problemu, o czym przekonuję się już od 60 lat. A najlepszą jej pielęgnacją jest bez wątpienia głaskanie.

Co więcej, wcale nie potrzebujemy takich środków jak tenzydy, by się rozluźnić w wodzie. Jedyne, czego nam potrzeba, to dużo dobrej wody i więcej odprężenia w ciele. Z kolei preparaty

przeciwsłoneczne chronią nas przed wchłanianiem istotnej dla życia witaminy D. A to, że są one do tego szkodliwe, nie powinno już nikogo dziwić. Regularnie potrzebujemy słońca, ale nie należy przesadzać. Zatem w ogóle taka ochrona przed słońcem nie jest nam potrzebna, bowiem w pierwszej kolejności prowadzi do choroby.

Celowe dezorientowanie konsumentów w branży kosmetycznej świętuje swój imponujący triumf. Słowa takie jak „delikatny" czy „łagodny" nierzadko oznaczają „miejscowo znieczulający". Wyrażenie „zawiera składniki pochodzące w 100% z naturalnych źródeł" informuje nas jedynie o tym, że produkt zawiera również substancje, które pochodzą z naturalnych źródeł. Konsument jednak oczywiście myśli, że wszystkie składniki tego produktu są naturalne, ale wtedy wyrażenie to powinno brzmieć „ze składników pochodzących w 100% z naturalnych źródeł". W taki oto sposób swoich klientów w pole wyprowadza światowa firma jak Palmolive, stosując językowe sofizmaty.

Autorka wskazuje również na ogromną różnicę między naturalnym a syntetycznym także w odniesieniu do witamin. Witamina E, jak pokazują badania, kiedy pochodzi z laboratorium chemicznego, jest szkodliwa, podczas gdy naturalna jest jak najbardziej wartościowa. Również z biochemicznego punktu widzenia obydwa warianty nie są identyczne. Substancje sztuczne są z reguły lekko zmienione w porównaniu z ich naturalnymi odpowiednikami i w tym właśnie tkwi problem. To jest jak z niemieckimi wyrazami Schlüsseln (klucze) i Schlössern (zamki). Niby drobne różnice, ale mogą spowodować, że drzwi nie będą chciały się już otworzyć i dojdzie do uszkodzenia zamków.

Również to, co do tej pory uchodziło w naszym mniemaniu za makabryczne „kwiatki" współczesnego życia, znajduje wyja-

śnienie w tej książce. Kiedy czytamy o dzisiejszych problemach amerykańskich strażników cmentarnych, którzy nie są w stanie odnowić nagrobków nawet po 20 latach, staje się jasne, jak bardzo zaburzona jest równowaga naszego świata. Trupy już praktycznie się nie rozkładają, lecz są możliwie jak najlepiej konserwowane i chronione przez rozkładem dzięki całej gamie substancji konserwujących, które utrudniały im życie i jedynie konserwują stan po śmierci. Nasze życie znajduje się pod ciągłym ostrzałem niebezpiecznych toksyn, bo przemysł obchodzi przepisy i podejmuje bezwzględne ryzyko, śmierć się wypiera, a zwłoki odbiera się naturalnej kolei rzeczy. Co jest jeszcze bardziej makabryczne, to stworzenie bezlitosnego i praktycznie zupełnie nastawionego na własne korzyści przemysłu i nieświadomych klientów.

Jednak to, co na pierwszy rzut oka brzmi tak deprymująco, przy drugim spojrzeniu nie stanowi już takiego nierozwiązywalnego problemu. Konsekwencje tego dla mnie są proste: nie potrzebujemy ryzyka, jakie podejmuje przemysł w przypadku kosmetyków, bo tak naprawdę w ogóle nie potrzebujemy chemicznych kosmetyków i preparatów do pielęgnacji. Słowo pielęgnacja jest z pewnością jednym z najbardziej nadużywanych słów. Kto w taki sposób pozwala nakładać na naszą, jakże przepuszczalną skórę, tak wiele szkodliwych, niebezpiecznych i niedozwolonych substancji, jak robi to wspomniany przemysł, z pewnością nie ma na myśli pielęgnacji i w pełni zasługuje na zarzut bezczelności.

Z drugiej jednak strony, zanim znów przejdziemy do oczerniania przemysłu powinniśmy uświadomić sobie, ze my samy jesteśmy odpowiedzialni za nasze zdrowie i również możemy silniej oddziaływać na przemysł, niż się nam wydaje. To przede wszystkim od Was zależy, moje drogie Panie. Przestańcie zatem

kupować te przemysłowe bomby chemiczne, a wówczas przestaną one być chodliwe i w efekcie końcowym nie będą produkowane. Posłuży to nie tylko Wam, ale również naszemu środowisku.

Nie potrzebujemy ani konserwantów, ani też gotowych dań z wieczną datą do spożycia, gdyż rujnują one nasze zdrowie. Zdrową, naturalną alternatywą jest proste życie pełne świeżych darów natury. Dzięki nim utrzymamy w dobrej formie nie tylko naszą skórę, ale również nasz cały organizm – dzięki „Peace-Food". Doświadczam tego od lat i dzielę się tym z coraz bardziej świadomymi ludźmi.

W tym kontekście przedmiotowa książka może być kluczem do odpowiedzi. Wstrząsa jak mało która, odkrywa spiskowe, niemal niepojęte zależności i ujawnia niewiarygodne błędne koła, w które nieświadomie wpadają współcześni ludzie. Będę ją dalej rekomendował i włączę ją do listy lektur obowiązkowych w ramach literatury dla lekarzy z zakresu medycyny integralnej.

Dr Ruediger Dahlke*
TamanGa, wrzesień 2013 (www.dahlke.at)

* Publikacje dr. Dahlke dostępne są w sklepie www.vitalni24.pl (przyp. wyd. pol.).

PODZIĘKOWANIE

Właściwie w ogóle nie planowałam umieszczać podziękowania. Myślałam, że sama dam radę opracować tę książkę. A jak wiadomo, pycha przed upadkiem chodzi.

Największą pomoc otrzymałam właśnie od pewnego mężczyzny, który – jak sądziłam – z pewnością miał dużo ważniejsze rzeczy do roboty niż ciągłe udzielanie mi odpowiedzi na moje pytania. Tego człowieka wielu z nas zna jako „Pana Aluminium" – Christopher Exley, światowej sławy badacz w zakresie aluminium i zdrowia, profesor chemii bionieorganicznej na Uniwersytecie Keele. Bez niego i bez jego odpowiedzi na wiele pytań, książka ta stanowiłaby jedynie powierzchowny obraz problemu. Dziękuję Chris!

Równie wielkie wsparcie otrzymałam ze strony dyplomowanego chemika Petera Meiersa, który o historii fluorku wie o wiele więcej niż ktokolwiek inny. Ponadto, chciałabym również podziękować w szczególności niżej wymienionym osobom za ich czas, współpracę i porady: autorowi Dieterowi Broersowi, biolo-

gowi i ekspertowi w dziedzinie aluminium i fluorku Doug'owi Crossowi, naukowcom dr Philippie Darbre, Mariannie Krause, Nielsowi E. Skakkebaekowi, dr Jennifer Luke i prof. dr. Hansowi-Rudolfowi Gattowi, jak również fizykowi i ekspertowi w dziedzinie fluorku prof. Rudolfowi Ziegelbeckerowi. Z całego serca dziękuję również Romanowi Bleichenbacherowi z codecheck, stomatologowi dr. Dieterowi Heese, autorowi Heinzowi-Peterowi Tjaden jak i Ass. Iur. Axel Fischer oraz mojemu szacownemu koledze, lingwiście Jochenowi Berndtowi.

A nade wszystko z całego serca dziękuję dr. Ruedigerowi Dahlke i Jürgenowi Rothowi, dwóm autorom bestsellerów, którzy byli tak przekonani do mojego projektu, że zgłosili gotowość do opatrzenia pierwszego dzieła kompletnie nieznanej autorki słowem wstępu i zakończenia. Szczerze mówiąc, nigdy nawet nie przeszło mi to przez myśl.

Pozostałe osoby, które pomogły mi w zebraniu wszystkich istotnych informacji, prosiły mnie ze zrozumiałych względów, o niewymienianie ich z imienia i nazwiska, zatem szanuję ich wolę.

Poza tym jestem winna ogromne podziękowania mojemu wydawcy Janowi Karlowi Fischerowi, gdyż to on był tym, który miał pomysł na tę książkę i przez długie tygodnie do mnie wydzwaniał, aż wreszcie zgodziłam się ją napisać. Dziękuję również mojemu wydawnictwu, które bardzo mnie wspierało podczas pracy nad tym projektem.

DZIĘKI, DEO!

Ludzie od czasu do czasu potykają się o prawdę,
ale większość z nich podnosi się i pędzi dalej,
jakby nic się nie stało.
Winston Churchill

Również i ja jakiś czas temu potknęłam się o prawdę i chciałam od razu się podnieść i otrzepać z kurzu, ale wtedy coś we mnie szeptało: „Hej, poczekaj, coś tu się nie zgadza!". Ten delikatny wewnętrzny głos dopadł mnie w kompletnie trywialnej sytuacji: rano, kiedy psikałam się dezodorantem. Takim dobrym kosmetykiem, który reklamuje sympatyczna zwyciężczyni Wimbledonu. Towarzyszył mi od lat i niezawodnie chronił mnie przed nadmiernym poceniem i nieprzyjemnym zapachem. Super dezodorant, naprawdę. Ale tego ranka musiałam aż mocno odkaszlnąć. Ledwie mogłam oddychać. To samo następnego dnia rano. I jeszcze następnego. Nieważne, jak szeroko otworzyłam okna i drzwi i jak daleko odsunęłam twarz na bok

podczas psikania – podrażnienie w gardle było okropne, a dopływ powietrza do moich płuc jakby został odcięty.

Oczywiste było, że winę za to ponosił ten mój dezodorant. Być może reakcja alergiczna? Bądź co bądź – nawet wtedy, gdy ktoś, podobnie jak ja, raczej nie ma skłonności do alergii, to i tak może dojść do rozwoju takiej nietolerancji. Jak przystało na zodiakalną Pannę mam ogromną potrzebę zdobywania wiedzy – jestem niezwykle ciekawa i niemalże jak śledczy drążę, aż dojdę do sedna sprawy. Chwyciłam zatem szybko swój dezodorant, usiadłam przed komputerem i zaczęłam szukać w internecie informacji na temat poszczególnych jego składników.

To, czego doświadczyłam w czasie tych poszukiwań, było dużo lepsze od jakiegokolwiek kryminału. Otworzyła się przede mną przepaść, której się kompletnie nie spodziewałam. Przeskakiwałam z jednego składnika do drugiego, raz po raz przecierając oczy ze zdumienia, analizowałam rozprawy doktorskie i artykuły naukowe – i odbierało mi mowę. Odczułam potrzebę ambicji. Czyżby naprawdę aż tak mydlono nam oczy, głosząc że produkty do pielęgnacji ciała zasługują na to miano nie dlatego, że pielęgnują, ale dlatego, że zawierają masę substancji toksycznych? Dlatego, że nam się to stale powtarza, wcale nie staje się prawdą. A ją właśnie chciałam odkryć.

Kiedy już przebrnęłam przez listę składników mojego dezodorantu, rozstawiłam na biurku wszystkie swoje produkty do pielęgnacji ciała i kosmetyki, które udało mi się znaleźć w łazience, a że jestem kobietą, wcale mało ich nie było. Jako Panna jestem nie tylko ciekawa, ale również oszczędna. Zwłaszcza, jeśli chodzi o mój czas. Skoro w kilku krokach można dotrzeć do prawdy, myślałam sobie, że na pewno znalazł się już ktoś, kto napisał na ten temat książkę.

Dziwne, taka książka nie istniała.

Nie ma przypadków w życiu. Wszystko ma swoją przyczynę, a przede wszystkim swój sens. Gdyby nie rozwinęła się u mnie nietolerancja na jakiś określony składnik dezodorantu, zapewne tej książki by dzisiaj nie było. Wtedy maltretowałabym swoje ciało dalej tymi wszystkimi specyfikami, które je osłabiają i wpędzają w choroby. Aż mi niedobrze się robi na samą myśl.

Dzięki, deo, że otworzyłeś mi oczy!

Marion Schimmelpfennig, październik 2013

UWAGA: SUBSTANCJE TOKSYCZNE!

Co tak właściwie dokładnie zawierają tubki, buteleczki i puszeczki stojące u nas w łazience? Poza małymi wyjątkami typu „aqua" czy „alcohol" jedynie chemicy lub lekarze zapewne wiedzą, co kryje się za tymi fantastycznie brzmiącymi oznaczeniami (jak się przekonamy, nawet oni czasem tego nie wiedzą). Co więcej, oznaczenia te czasem są niejasne albo zawoalowane (przykładowo „fragrance" na substancje zapachowe, które często wywołują alergie), a często bywa też tak, że różne oznaczenia są stosowane do opisu jednej i tej samej substancji, co jeszcze bardziej potęguje dezorientację.

Nie jestem chemikiem i też nie chcę nim być – niemniej jednak chciałabym wiedzieć, co aplikuję na swoją skórę. I to właśnie z tego powodu zadałam sobie trud, by zająć się tymi wszystkimi

składnikami, przewertować masę książek i prac naukowych, jak również rozmawiać z ekspertami.

Internet oczywiście również stanowił pomocne źródło informacji, jednak w jego przypadku trzeba piekielnie uważać. Ludzie mają tendencję do powtarzania zasłyszanych gdzieś od kogoś niesprawdzonych wypowiedzi, a to z kolei rodzi skutek, że szerzą się błędne przekonania. Nawet niektóre strony internetowe, na których można sprawdzić składniki produktów, nie do końca są rzetelne. W przypadku pewnych substancji można przeczytać, że są one „nowe" i z tego względu niewiele można o nich powiedzieć – mimo że są to po prostu inne oznaczenia już znanych substancji! Dla mnie był to wystarczający powód, by podchodzić do takich stron z dużą dozą ostrożności.

To jednakże nie są jedyne trudności i kruczki, kiedy człowiek próbuje się dowiedzieć, czy dany produkt jest dobry czy zły. Czy wiedzieliście przykładowo, że to, co znajduje się na odwrocie produktu, niemalże zawsze stanowi jedynie część wszystkich składników? Dzieje się tak dlatego, że ustawodawca zobowiązuje producentów jedynie do umieszczania informacji o składnikach, których ilość jest większa niż 1%. Poza tym, są one wymienione w porządku malejącym według ich udziału wagowego – to, co znajduje się na samym początku, tego jest najwięcej. Podstawą do takiego postępowania jest tak zwane INCI – Międzynarodowe Nazewnictwo Składników Kosmetyków. Niemniej jednak producent na życzenie jest zobowiązany wydać stosowną deklarację dotyczącą składu. Na potrzeby tej książki musiałam stale ubiegać się o taki dokument (i często też się przypominać i dopytywać), gdyż nie wszyscy producenci chętnie takowe deklaracje dla swoich produktów wydają. Co prawda, producent w celu ochrony receptury składników ma prawo zawnioskować o zachowanie

szczególnej poufności i opatrzyć ją siedmiocyfrowym kodem, np. 600277D czy ILN5643. Dobrze dla producenta, źle dla nas.

Prawie 13 miliardów euro rocznie przechodzi przez niemieckie lady sklepowe na zakup perfum, dezodorantów, mydeł itp. Dorosły człowiek dziennie stosuje średnio dziewięć produktów do pielęgnacji ciała, które łącznie zawierają ponad 100 różnych chemikaliów. Takie nakładanie ich na skórę może się okazać gorsze, niż gdybyśmy je połknęli. Bowiem, kiedy jemy, enzymy zawarte w ślinie i w żołądku pomagają nam w rozkładzie tych składników, a następnie w ich wypłukaniu z organizmu. Natomiast, kiedy nanosimy jakąś substancję na skórę, niekiedy dociera ona od razu do naszego krwiobiegu i może się rozejść do poszczególnych narządów i z czasem zacząć się w nim gromadzić. Program Środowiskowy Organizacji Narodów Zjednoczonych szacuje, że na całym świecie w produktach do pielęgnacji ciała i w kosmetykach stosuje się 70 000 różnych chemikaliów, a co roku liczba ta powiększa się o kolejny 1000. Wiele substancji, które zagrażają naszemu środowisku i zanieczyszczają je, znajdziemy również w pojemniczkach i tubkach w naszych łazienkach.

Powoli stajemy się składowiskiem toksyn.

Ile kosztuje ładnie pachnący szampon, żel pod prysznic, lotion do ciała?

Może Was kosztować Wasze zdrowie.

W tej książce od czasu do czasu znajdziecie objaśnienia dotyczące eksperymentów na zwierzętach. Wyraźnie podkreślam w tym miejscu, że całkowicie nie popieram eksperymentów na zwierzętach. Wykorzystuję je tutaj jedynie po to, by unaocznić Wam zagrożenie związane ze stosowaniem tych wszystkich substancji.

Fluorek

Pamiętacie jeszcze, jak w marcu 2010 roku islandzki wulkan o pięknej, niewypowiedzianej nazwie Eyjafjallajökull wyrzucił w powietrze ogromne chmury pyłu, które sparaliżowały większość naszych lotów? Chmury te były niezwykle szkodliwe dla zwierząt na tamtejszych pastwiskach, gdyż pył wulkaniczny zawiera fluorek, a jego wdychanie lub połknięcie grozi zatru-

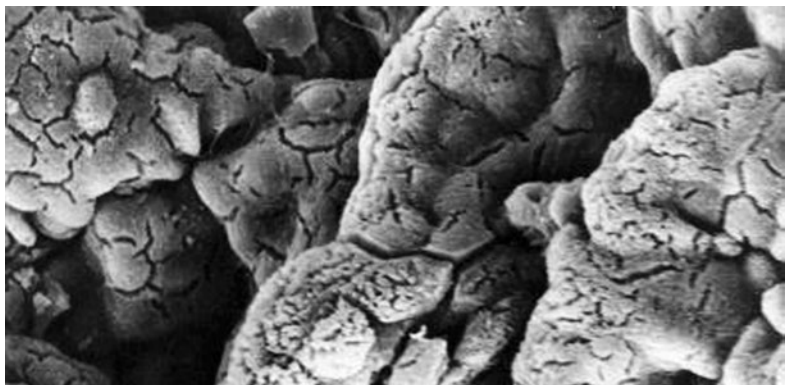
Islandczycy próbują uratować swoje zwierzęta
(Fot.: Picture Alliance/AP Images/Carolyn Kaster)

ciem. BBC[1] informowało wówczas, że fluorek zawarty w pyle wulkanicznym powoduje powstanie kwasów w żołądku (kwasu fluorowodorowego), które pożerają narządy wewnętrzne i wy-

[1] http://news.bbc.co.uk/2/hi/europe/8629241.stm

wołują krwawienia, a także, że fluorek łączy się z wapniem i przy większych ilościach zaledwie w kilka dni prowadzi do łamliwości kości.

A teraz przyszła pora na najgorsze, czego praktycznie nikt nie jest świadomy: do tego strasznego skażenia zwierząt doszło wskutek *przypadkowej* klęski żywiołowej. Natomiast szkodliwe, gdyż często przesadne stosowanie fluorku u ludzi – i tym samym ich zatruwanie – nie jest żadnym przypadkiem!



Wnętrzności wyniszczone przez fluorek (Fot.: A K Susheela, fluoridationfacts.com)

Być może również Wasz dentysta – a z nim praktycznie wszystkie urzędy ds. zdrowia – zaleca Wam stosowanie pasty do zębów z domieszką fluorku albo fluoryzowanej soli kuchennej czy też tabletek z fluorkiem dla Waszego dziecka, aby zapobiec rozwojowi próchnicy. W niektórych krajach, w tym w Wielkiej Brytanii, Hiszpanii, Irlandii, Australii i USA, fluorek jest dodawany również do wody bieżącej. Wszyscy ci dentyści, eksperci ds. zdrowia i urzędy dali się nabrać na ten cały przekręt i nieświadomie uczestniczyli w tworzeniu tego prawdopodobnie

największego w historii kłamstwa dotyczącego naszego zdrowia. Powiecie zapewne: „Ale fluorek jest przecież bezpieczny!" Tak jak Ziemia jest płaska.

Zanim przejdziemy do szczegółów, wybierzmy się na małą wycieczkę w świat chemii, aby mieć większą jasność do stosowanej terminologii.

Zabójczy pierwiastek fluor i jego trujące rodzeństwo

Pojęcie „fluor" często jest błędnie utożsamiane z „fluorkiem" (zresztą również przez niektórych producentów past do zębów). Fluor jest pierwiastkiem chemicznym, który razem z chlorem, bromem, jodem, niezwykle rzadkim radioaktywnym astatem i zsyntetyzowanym po raz pierwszy w 2010 roku ununseptem, tworzy grupę halogenów. Podstawowe halogeny są niemetalami i stanowią substancje barwne, lekko lotne, do gazowych. Halogeny chętnie wchodzą w reakcje chemiczne z innymi pierwiastkami – nie potrafią po prostu być same – a że łączą się z metalami i tworzą sole, określa się je mianem twórców soli (halogeny: z gr. halos „sól" i gennáō „tworzyć").

Pierwiastek fluor jednak nie tylko odznacza się dużą aktywnością chemiczną, ale jest również niezwykle toksyczny. W skorupie ziemskiej występuje stosunkowo często, jednakże ze względu na to, że od razu wchodzi w reakcje z innymi pierwiastkami, czyli łączy się z nimi, w naturze nie występuje w postaci elementarnej, lecz zwykle w formie związanej i to w postaci przeróżnych związków fluoru, z których większość stanowią (nieorganiczne) fluorki (sole kwasu fluorowodorowego). Nazwa pierwiastka wywodzi się od łacińskiego terminu *fluor* „strumień", ponieważ