

Причина рака в холодильнике?

Такое впечатление создается от доклада группы французских ученых в Национальной Академии медицины. Доклад называется "Питание и рак".

В НЕМ говорится, что около 30% случаев рака связано с питанием. С этим трудно спорить. Но помимо обычных советов по гигиене питания (необходимость ежедневного употребления овощей и фруктов, использование в пище растительных жиров, сокращение в рационе углеводов) авторы обращают внимание на совершенно неожиданный аспект. Они подчеркивают необходимость не допускать загрязнения пищевых продуктов микробами. Доказан факт значительного снижения заболеваемости раком желудка (в 4 раза за последние 50 лет) в связи с использованием обычных холодильников в быту и на производстве. Но в каждом из звеньев цепи замораживания (от производства и хранения до потребления) может повыситься температура. При увеличении температуры на 5 градусов Цельсия в течение нескольких десятков минут скорость размножения некоторых микроорганизмов увеличивается вдвое, при повышении на 10 градусов - вчетверо. Представляете, как увеличивается эта вероятность при нарушении сроков хранения продуктов, а ведь мы зачастую не обращаем внимания на какие-то "цифровки", которые обычно располагаются на упаковке. А если упаковки нет? Отдельные разновидности микроорганизмов, такие, как листерии, размножаются, едва температура поднимается выше нуля.

Исходя из вышесказанного, во Франции специальным постановлением регламентированы температурные режимы для хранения различных продуктов питания. Так, рыба должна храниться при нуле градусов Цельсия, сырое мясо при температуре 2 градуса Цельсия, при 4 градусах хранятся готовые блюда из мяса, мясо домашней птицы, сырое и пастеризованное молоко, сосиски, вареные колбасы, нарезанные сыры в посуде. Яйца хранятся при 5 градусах Цельсия, а при 8 - допустимо хранение сливочного масла и мягких сыров. Такие требования, по мнению авторов, практически невыполнимы - агрегаты с 2 или 4 дверцами, способные выдерживать определенный температурный режим хранения, не имеют спроса, так как они слишком дороги. Термостат обычных холодильников имеет лишь отдаленное отношение к реальной температуре в нем. Не улучшает температурный режим холодильника и стремление хозяек забить его до отказа и, как следствие, частое открывание дверцы. Случается, что хозяйки забывают, что холодильник нужно систематически оттаивать, мыть и дезинфицировать доступными средствами. Дезинфекция холодильника (с применением обычного мыла) необходима хотя бы потому, что очень большое количество заболеваний связано с пищевыми отравлениями, вызванными стафилококками и сальмонеллами. А эти микробы не размножаются уже при температуре 5-6 градусов Цельсия. Не всегда заражение проходит без осложнений, ограничившись поносом и рвотой. Воспаление не проходит бесследно. Поврежденные клетки нуждаются в скорой замене, а срочное замещение клеток - процесс, граничащий со злокачественным ростом.

А часто ли мы обращаем внимание на плесень, покрывающую хлеб, овощи и другие продукты? 10 микотоксинов (токсинов, выделяемых плесневыми грибами) обладают канцерогенными свойствами. Убирая следы плесени с куска хлеба, мы должны помнить, что продукты ее жизнедеятельности удалить невозможно. То же самое касается и продавца на рынке, который протирает яблоко или помидор для придания ему товарного вида.

Даже если половина того, о чем говорится в докладе, соответствует истинному положению дел, то человеку, покупающему основную часть пищевых продуктов на оптовых рынках, где не имеют ни малейшего представления, ни о температурных режимах, ни об элементарной гигиене, следует задуматься.

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krsyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot_bot](#)

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

