

TURINYS

Vietoj įžangos	9
Tamsioji geležies preparatų vartojimo pusė	15
Vario trūkumas ir ligos	39
Ceruloplazminas per daug svarbus, kad apie jį žinotume?	54
Apie vėžį sukeliančius mikrobus	65
Grėsmę keliantys ar viltį nešantys vaistai?	76
Fenbendazolas — dar vienas perspektyvus vaistas nuo vėžio?	93
Ko nežinojome apie chloro dioksido priešvėžinį poveikį?	99
Metileno mėlis	103
Priešvėžinio gydymo protokolas	107
Nematoma tyrimų pusė	116
Įdomybės apie vakcinų poveikį	125
Kam labiausiai pavojingi grybai?	130
Didžiosios apgaulės istorija	153
Vitaminai A ir D. Nevaisingumas? Toksiškumas	179
Kuo galėtų būti naudingas medus ir kiti bičių produktai?	205
Pabaigos žodis	225
Šaltiniai	227

VIETOJ ĮŽANGOS

Sveikatos prastėjimo priežasčių ilgai ieškoti nereikia — jos saugiai sudėtos į vitaminų ir vaistų pakuotes, veido kremo indelius, slypi medicininės priežiūros įstaigose, darbo vietose, prekybos centre pirktų maisto pakuotėse, gėrimų skardinėse, dantų priežiūros priemonėse, kino teatruose ir kitose netikėčiausiose vietose. Sunkiausiai aptinkamos labiausiai matomose vietose.

Šiandien egzistuojanti ligų priežiūros sistema įteigė mums, kad sveiki galime išlikti tik dėl nuolatinių profilaktinių sveikatos tikrinimų ir ligų prevencijos programų. Kas įvyko dėl tokios pozicijos, įvertinkime peržvelgę lentelėje pateiktus skaičius:

*po keliolikos ar keliasdešimties metų jau nebebus
sveiko nė vieno vos pasaulį išvydusio žmogaus.*

Neperdedu. Jei dar nepraradote gebėjimo skaičiuoti, netrukdomi galite tą tuoj pat patikrinti.

**Lietuvos gyventojų sergamumas kai kuriomis ligomis
(1 000 gyv. tenkantis skaičius)**

Ligos	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	
0-17 m. vaikai									
Anemija	12,8	12,4	11,8	11,4	11,6	11,7	12,5	14,9	
Cukrinis diabetas	0,9	0,9	1,0	1,0	1,1	1,1	1,2	1,3	
Kalbos sutrikimai	1,7	1,8	2,0	1,9	2,0	2,4	2,3	2,2	
Epilepsija	5,0	5,4	5,5	5,7	6,0	6,0	6,3	6,8	
Cerebrinis paralyžius ir kiti paralyžiniai sindromai	3,2	3,3	3,6	3,6	3,6	3,6	3,6	3,9	
Regėjimo sutrikimai	98,3	113,0	124,9	133,4	148,4	159,7	171,6	180,5	
<i>iš jų toliaregystė</i>	27,6	31,5	35,1	39,4	46,6	52,1	58,5	67,7	
<i>trumparegystė</i>	35,6	40,2	43,7	46,2	51,2	55,3	57,6	60,5	
Lėtinis otitas	15,5	13,4	11,4	13,1	12,4	12,0	15,2	17,9	
Klausos defektai	1,6	1,8	1,8	2,0	2,0	1,9	2,3	2,3	
Nereumatinės vožtuvų ydos	8,8	10,2	10,5	10,5	11,2	11,7	12,7	12,8	
Ūminės viršutinių kvėpavimo takų infekcijos	508,0	510,3	501,6	496,6	464,8	511,8	488,1	545,8	
Gripas	27,6	22,6	60,1	31,3	13,7	50,8	3,2	35,3	
Pneumonijos	33,7	34,7	24,5	33,8	26,2	28,3	31,1	32,7	
Alerginis rinitas	13,2	14,7	15,9	18,5	19,9	20,9	25,0	30,6	
Astma, astminė būklė	17,0	18,5	20,8	24,1	27,1	29,3	32,7	36,2	
Stemplės, skrandžio ir dvylikapirštės žarnos ligos	61,8	61,8	59,9	53,0	56,9	60,0	60,7	67,5	
<i>iš jų gastritas ir duodenitas</i>	28,0	25,6	24,1	21,4	21,8	21,6	20,4	22,6	
Dermatitas ir egzema	65,6	67,1	66,8	62,7	65,1	67,7	69,2	72,1	
Artropatijos	31,1	31,1	31,4	34,2	37,7	39,2	43,1	44,8	
Deformuojančios dorsopatijos	47,4	51,0	54,6	60,9	61,1	59,2	56,0	52,6	
Nenormali laikysena	19,2	22,2	25,8	27,7	28,1	29,7	30,4	31,9	

* Šaltinis: <https://sveikstat.hi.lt/main-indicators-of-lithuanian-health-statistics.aspx>

	2012	2013	2014*	2015*	2016*	2017*	2018*	2019*	2020*	2021*	2022*	2023*
	18,79	19,14	23,27	20,30	19,46	20,86	21,92	21,22	15,12	19,14	21,91	23,33
	1,38	1,50	1,73	1,79	1,83	1,91	1,98	2,00	2,09	2,28	2,44	2,44
	2,32	2,30	3,16	3,53	3,61	4,04	4,34	5,15	4,82	7,48	8,38	9,95
	6,71	6,60	7,63	7,42	7,20	7,29	7,13	7,00	6,42	6,67	6,83	6,92
	3,88	3,74	4,11	3,93	3,79	3,75	3,67	3,57	3,13	3,14	3,16	3,03
	191,70	216,31	279,33	290,52	292,06	294,51	301,16	307,84	248,73	290,93	293,63	303,79
	77,32	96,71	132,92	141,65	141,72	141,99	144,69	148,02	115,96	138,18	139,09	143,28
	61,05	63,50	79,40	79,19	78,05	81,07	83,52	85,82	71,84	86,04	90,36	94,47
	22,54	30,39	37,35	38,77	39,00	41,55	44,15	47,48	24,28	25,11	47,92	58,06
	2,38	3,06	4,25	4,40	4,42	4,71	4,73	5,16	4,03	4,24	5,20	5,63
	14,27	15,20	19,74	19,20	17,78	17,03	16,26	15,66	11,11	11,89	12,44	13,64
	496,14	579,30	582,41	595,83	596,10	617,60	628,43	578,50	351,12	349,77	511,23	511,57
	3,22	37,13	4,99	15,17	28,74	23,87	44,13	38,92	14,70	0,18	35,18	35,34
	30,44	34,70	33,81	32,34	35,07	33,79	27,90	25,82	13,88	12,07	18,10	16,55
	35,70	42,54	61,89	60,48	60,93	62,90	64,52	64,84	49,87	54,06	61,24	60,81
	38,66	42,09	55,13	53,83	54,53	54,78	53,25	51,72	41,13	37,87	39,58	37,04
	68,43	75,82	90,20	95,02	99,77	87,15	89,95	83,81	44,25	51,04	66,82	65,81
	23,56	30,27	35,27	36,60	38,24	30,92	32,73	31,39	14,24	17,55	22,79	22,53
	78,20	81,95	97,54	92,25	94,50	96,08	96,14	92,12	68,26	74,69	79,67	87,49
	46,79	47,90	62,87	63,28	63,09	64,99	65,15	66,74	52,05	60,45	64,51	67,38
	47,84	44,54	53,09	50,72	47,96	44,79	41,74	40,35	29,60	33,41	33,20	33,48
	33,05	34,12	44,63	42,21	41,95	44,97	45,50	46,84	32,42	40,18	40,57	40,82

**Lietuvos gyventojų sergamumas kai kuriomis ligomis
(1 000 gyv. tenkantis skaičius)**

Ligos	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	
Suaugusieji nuo 18 m.									
Anemija	6,6	7,0	7,3	7,1	7,8	8,4	9,3	13,1	
Cukrinis diabetas	20,0	21,1	22,6	24,0	26,3	28,1	30,0	34,0	
Epilepsija	5,7	5,9	6,2	6,6	6,5	6,6	7,0	7,8	
Katarakta	19,2	20,1	21,6	22,7	23,3	23,6	25,4	27,4	
Glaukoma	16,8	18,1	19,0	20,4	21,4	22,3	23,9	25,5	
Hipertenzinės ligos	130,4	139,8	151,4	159,0	172,5	179,8	188,4	208,2	
Išeminė širdies liga	56,6	56,8	57,4	57,3	58,6	59,5	62,3	69,8	
Cerebrovaskulinės ligos	32,6	33,2	34,4	35,6	38,5	40,9	41,0	43,2	
Ūminės viršutinių kvėpavimo takų infekcijos	109,6	119,2	112,9	124,9	113,4	113,2	96,0	116,4	
Gripas	11,0	9,2	8,4	15,8	5,4	14,9	2,2	11,5	
Pneumonijos	14,9	16,3	13,7	17,3	15,0	16,2	15,3	18,5	
Lėtinės apatinių kvėpavimo takų ligos	34,0	34,0	32,8	35,0	34,6	35,4	35,3	38,3	
<i>iš jų astma, astminė būklė</i>	7,9	8,7	9,2	9,9	10,5	11,0	11,8	12,6	
Stemplės, skrandžio ir dvylikapirštės žarnos ligos	42,2	43,2	42,5	42,6	47,8	45,1	45,6	48,7	
<i>iš jų skrandžio, dvylikapirštės žarnos ir gastrojejuninė opos</i>	11,0	10,3	9,3	8,8	9,1	8,6	7,9	8,2	
Gastritas ir duodenitas	24,1	23,6	22,5	21,9	23,6	20,8	20,5	22,1	
Dermatitas ir egzema	25,2	25,5	25,7	25,8	25,7	25,0	26,6	27,4	
Artropatijos	49,9	51,5	53,2	56,9	60,1	58,8	60,5	65,2	
Dorsopatijos ir spondilopatijos	29,6	29,3	28,8	28,8	29,5	28,1	28,0	29,8	
Dorsalgija	42,7	44,6	46,7	49,3	52,2	48,4	45,4	47,4	

* Šaltinis: <https://sveikstat.hi.lt/main-indicators-of-lithuanian-health-statistics.aspx>

	2012	2013	2014*	2015*	2016*	2017*	2018*	2019*	2020*	2021*	2022*	2023*
	18,44	19,02	24,02	25,14	26,57	28,26	31,88	33,97	29,49	35,34	39,25	43,54
	37,43	38,89	49,47	51,67	53,67	55,97	58,46	60,69	60,59	64,24	65,87	67,72
	8,29	8,59	10,73	10,67	10,48	10,23	10,13	9,98	9,36	9,38	9,33	9,08
	28,87	30,11	38,10	38,75	38,75	38,93	41,42	45,61	36,21	42,24	47,95	53,09
	27,05	29,10	36,75	37,67	38,55	39,37	40,43	40,69	37,80	38,96	39,88	41,46
	225,36	229,62	306,29	307,73	311,03	319,05	328,38	335,22	329,38	340,39	345,38	353,85
	78,71	76,46	97,50	93,92	90,52	88,01	87,74	90,41	82,70	85,00	84,06	85,22
	51,78	52,17	66,36	65,37	64,00	65,27	68,99	72,19	64,41	67,84	71,17	73,09
	102,30	125,19	118,28	137,39	142,03	151,15	158,67	150,49	131,78	131,26	208,26	174,31
	1,37	16,27	1,70	6,53	12,51	11,65	21,33	16,40	4,85	0,21	9,04	10,01
	18,89	23,47	20,96	21,39	22,85	22,76	22,30	20,98	19,04	29,28	21,59	18,71
	39,77	42,15	48,41	47,94	47,48	46,97	46,80	46,56	42,03	44,75	46,90	45,67
	13,51	14,08	18,81	19,01	19,54	20,09	20,58	21,10	20,36	20,78	20,57	20,61
	53,14	55,69	73,04	73,68	74,14	72,57	78,37	85,54	73,25	82,08	90,20	94,56
	8,71	8,50	10,26	9,83	9,23	8,63	8,46	8,43	6,41	6,34	6,47	6,42
	24,66	26,69	35,16	34,89	34,93	32,81	35,07	37,23	31,39	35,59	40,07	41,50
	28,25	28,23	32,26	31,51	31,38	31,18	32,00	31,67	25,90	29,64	30,14	32,40
	69,98	72,82	101,10	104,15	105,66	109,97	116,42	122,65	108,31	123,22	137,85	150,71
	33,71	33,41	45,07	43,70	41,95	42,55	43,82	47,61	38,27	44,80	51,32	59,49
	50,79	52,16	75,33	82,72	83,68	88,93	96,55	102,22	96,24	106,66	113,47	122,97

TAMSIOJI GELEŽIES PREPARATŲ VARTOJIMO PUSĖ

...ir dar vienas pelningas melas apie feritiną

Šiandien mus vis dar mėgina įtikinti, kad tai baltymas, galintis atspindėti geležies atsargas, ją kaupiantis ir padedantis organizmui panaudoti tada, kai geležies labiausiai reikia.

-
-
- *Geležies ir feritino rodikliai būna lemiami skiriant geležies preparatus „anemijai“ gydyti, nors jau prieš*
- *PUSĘ ŠIMTO metų buvo nustatyta, kad serumo feritinas turi santykinai mažą geležies kiekį. Paprasčiau*
- *sakant, tuščias, be geležies... Kodėl tokia ypatingos svarbos informacija neskelbiama per gydytojų tobulinimosi kursus ir konferencijas (įprastas Lietuvoje),*
- *kodėl gydytojams skirtuose žurnaluose apie tai nėra rašoma ir jie apie tai nežino? Kodėl kasdien lengva*
- *ranka išrašomi geležies preparatai net neįtariant, kad žalojama mūsų sveikata?*
-

Kadangi vaikų ligotumas anemijomis nuo 2004 iki 2023 metų išaugo beveik du, o suaugusių — daugiau nei 6,5 (!) karto intensyvios mūsų sveikatos „priežiūros“ fone, remdamasi literatūros šaltiniais ir ilgamete savo, gydytojos, patirtimi ir stebėjimais, darau išvadą, kad geležies preparatų vartojimas anemijai „gydyti“ stipriai prie to prisideda. Šiame skyriuje mėgin-

siu apžvelgti, kiek įtakos situacijai turi magnio, retinolio, vario, cerulplazmino trūkumas ir vis dar leidžiamo naudoti glifosato žala. Taip pat aptarsiu tamsiąją geležies preparatų pusę.

Kodėl feritino apskritai atsiranda serume, nors jis yra LAŠ-TELĖSE esantis geležies kaupimo junginys? Visi įrodymai byloja, kad jis serume atsiranda tiesiog dėl ląstelių mirties ir todėl yra jų mirties ir uždegimo žymuo.

Atliekant matavimus, kuriais nustatomas ir geležies kiekis, paaiškėja, kad pats serumo feritinas yra praradęs beveik visą geležį (Kell DB, Pretorius E. Serum ferritin is an important disease marker, and is mainly a leakage product from damaged cells. *Metallomics* 2014;6(4):748-73).

Nors jau seniai atėjo laikas iš naujo įvertinti, ką iš tikrųjų mums sako serumo feritino matavimai², reikalai nejuda, vaikų, nėščiųjų ir visų kitų „anemiškų“ piliečių sveikata prastėja. Geležis yra labai toksiškas metalas. Tad visi, mėginantys „pasiškelti“ feritiną ir „atstatyti“ geležį, yra kandidatai į palaipsniui gilėjančias sveikatos problemas. Geležies sankaupos audiniuose, dešimt kartų viršijančios geležies kiekį serume (dažnai rodančiame geležies trūkumą), sukels juose intensyvią „rūdijimo“ procesą. Vis jaunesniame amžiuje nustatoma osteoporozė bus nedidelis priedas prie kitų jau turimų problemų... Skaitykime knygas ir ieškokime atsakymų patys. Dr. Jym Moon knyga „Iron the most toxic metal“ („Geležis — pats toksiškiausias metalas“) verta kiekvienos skaitymui skirtos minutės.

Gydytojų vis dar rekomenduojami vartoti geležies preparatai — **pats toksiškiausias veiksnys, lemiantis vis prastėjančią žmogaus sveikatą**³. Apie galimus tokio „gydymo“ pavojus nei gydytojai, nei pacientai nėra informuojami, apie tai nekalbama per medicinos studijas, besąlygiškai pasitikint gaunamos informacijos teisingumu ir pagrįstumu, nors turėtų būti akivaiz-

di loginė tokio gydymo spraga: *suradus tikrąją bet kokios ligos priežastį ir ją pašalinus, problema turėtų būti išspręsta. Jei taip nėra, priežastis buvo įvardyta neteisingai*. Keisčiausia, kad šiandien tapo normalu nuo vienos ir tos pačios ligos gydytis visą gyvenimą.

Iš tikrųjų tai labai didelis skandalas... Įrodymų ir mokslinių straipsnių bei nuorodų gausu jau minėtoje knygoje, o tolesnėje šio teksto dalyje rasite labai nedidelę jos dalį.

-
- ***Geležis gali sukelti vėžį, kai ji suleidžiama,***
- ***įkvepiama ar suvartojama.***
-

Ir tai labai realu. Įrodymų gausu. Bet ar jūs ir jūsų šeimos gydytojas apie tai girdėjote? Ar tai nesugebėjimas pateikti informacijos apie geležies kancerogeninį potencialą, ar sąmoningas jos slėpimas? Geležies keliamas pavojus yra didesnis, nei galime įsivaizduoti, nes geležimi yra „praturtinti“ kūdikių pieno mišiniai, jos atsiranda maiste dėl nuolatinio produktų klastojimo pridedant įvairių geležies turinčių junginių.

Tyrimai parodė mutageninį įvairių į maistą dedamų geležies junginių poveikį. Ir tai ne bet kokie, bet FDA sertifikuoti (!) geležies junginiai, skirti naudoti maisto produktuose, nors bandymai su gyvūnais parodė visų šių geležies junginių kancerogeniškumą. Kaip ir kitų geležies pertekliaus būklių atveju, kepenyse kaupiantis geležies pertekliui, kepenų vėžys yra tikėtina pasekmė.

Jei neišsileisime abejonių dėl nusistovėjusių medicininių „tiesų“, jei tikėsime garsiai ir plačiai skelbiamomis mokslo naujovėmis, jei nedėsime pastangų savarankiškoms informacijos paieškoms, liudijančioms priešingai, esminių sveikatos priežiū-

ros sistema vadinamų struktūrų pokyčio negreitai sulauksime. Ir niekada nesužinosime, kad hepatito C, hepatito B ir ŽIV viruso infekcijų padaugėja tarp žmonių, kurių geležies kiekis yra didelis ar kad ji gali sukelti įvairių kitų formų vėžį ir mutacijas bei daugelį kitų, ganėtinai gluminančių dalykų.

Geležimi „praturtinti“ maisto produktai yra tie, į kuriuos pramoniniu būdu pridedama šio toksiško metalo, siekiant padidinti geležies kiekį maiste. Ginkdie, pritrūksim ir susirgsim anemija... Geležies gali būti kasdienėje mūsų dribsnių, grūdų košės, duonos, sūrio ir kitų produktų porcijoje, todėl skaitykime etiketes... Geležies junginiai, sertifikuoti naudoti maisto produktuose, yra šie: amonio citratas, geležies (III) chloridas, citratas, fosfatas, pirofosfatas, sulfatas, natrio pirofosfatas ir geležies (II) askorbatas, karbonatas, citratas, fumaratas, gliukonatas, laktatas, sulfatas, taip pat redukuota geležis (Fe(O)) — elementinė geležis, elektrolitinė geležis, geležies karbonilas bei kitos geležies formos, tokios kaip geležies cholino citratas, geležies deferoksaminas, geležies oksidas. Vieni iš junginių patvirtinti naudoti kaip „kvapioji medžiaga“ (geležies (II) sulfatas), kiti naudojami kaip dažiklis (raudona / oranžinė) — geležies oksidai.

Kaip jau buvo minėta, yra įrodytas geležį turinčių junginių mutageniškumas ir kancerogeniškumas. Epidemiologija, rodanti padidėjusį vėžio atvejų skaičių, susijusį su didesniu geležies vartojimu ir didesne geležies apkrova organizme, taip pat akivaizdi. KADA galėtume tikėtis, kad tokio pobūdžio informaciją žinos bent gydytojai? Vertinant adekvačios, teisingos, svarių įrodymų gausios, bet netarnaujančios sistemai informacijos plitimo greitį ir tendencijas, labai greitai, todėl būkime budrūs...^{4, 5, 6}

Nors nemažai (ir jau SENIAI) tyrimų patvirtino geležies deks-
trano, naudojamo geležies stokai gydyti, kancerogeniškumą
laboratoriniams gyvūnams ir žmonėms⁷, toksiškus preparatus
vartoja mažakraujyste sergančios nėščiosios, įvairia forma jie
skiriami kūdikiams ir vaikams. Turime labai daug kandidatų
susirgti onkologine liga, kepenų suriebėjimu ir galbūt net psi-
chikos ligomis... Didesnę tikimybę „pasigauti“ hepatitą C laiky-
kime nemalonių priedu prie visų būsimų ligų.

Oficialiai šiandien teigiama, jog „tam tikri veiksniai gali
padidinti pirminio kepenų (krūties, storosios žarnos) vėžio ir
genų mutacijų riziką“. Jiems priskiriama:

- Alkoholinė kepenų liga.

Gerokai siauresnis žmonių ratas žino, kad faktais pagrįsta
kitokio pobūdžio informacija skelbia, jog „padidėjęs kepenyse
geležies kiekis yra susijęs su didesniu mirtingumu nuo alkoholio
sukeltos cirozės, o tai rodo patogeninę geležies vaidmenį alko-
holinės kepenų ligos atveju. Alkoholis ir geležis veikia siner-
giškai, sukeldami kepenų pažeidimą“ (Harrison-Findik 2007)*.
Jei padidėjęs geležies kiekis kepenyse yra susijęs su didesniu
mirtingumu nuo alkoholinės kepenų cirozės, gal gerai paieškoję
rastume įrodymų ir apie tai, kad geležies perteklius yra vienas iš
pagrindinių nealkoholinės suriebėjusių kepenų ligos (NASKL)
iniciatorių?

Atrodo, kad alkoholinės kepenų ligos atveju daugiau bė-
dos sukelia geležis nei alkoholis, jei žvelgsime į onkologinės
ligos ar cirozės atsiradimo perspektyvą... Sakytiau, kiek neti-
kėta.

Ryšys tarp alkoholio, geležies ir oksidacinio kepenų pažei-

* Čia ir toliau pateikiu ištraukas iš jau minėtos J. Moon knygos „Iron The Most
Toxic Metal“, taip pat pridėdu šiek tiek savo pastebėjimų.

dimo yra labai sudėtingas. Apie tai yra paskelbtos apžvalgos: dvi iš išsamiausių yra Cederbaumo (1992) ir Dey bei Cederbaumo (2006). Devo ir Cederbaumo (2006) apžvalga yra išskirtinai svarbi, nes ji buvo paskelbta jubiliejiname (25-mečio) žurnalo *Hepatology* numeryje, kuriame buvo daug svarbių pranešimų tema, kad geležis yra labai toksiškas metalas.

Be to, neseniai vykusio simpoziumo apie geležies vaidmenį alkoholinės kepenų ligos atveju medžiaga pateikta žurnale *Alcohol* 30 (Nr. 2, 2003). Visi šio simpoziumo straipsniai patvirtina geležies vaidmenį alkoholio hepatotoksiškumui⁸. Gal mokslininkai mus kada nors informuos, kiek geležies kepenyse **iki** susergant alkoholine kepenų liga buvo sukaupęs kiekvienas, nes ne visi alkoholikai ciroze susergera, argi ne taip?

- *Lėtinė hepatito B arba C infekcija* — dar vienas „tam tikras veiksnys, galintis padidinti pirminio kepenų (krūties, storosios žarnos) vėžio ir genų mutacijų riziką“. Geležis kartu yra kancerogenas, sukeliantis hepatito B ir C virusines infekcijas. „Ilgalaikis geležies trūkumas lėtiniu hepatitu C sergantiems pacientams yra perspektyvus būdas sumažinti kepenų ląstelių karcinomos progresavimo riziką.“ (Kato ir kt., 2007 m.) Logiška išvada, kad jos perteklius ir papildomas (ar anksčiau buvęs) vartojimas onkologinės ligos progresavimą spartins, argi ne taip?

„1973 m. IARC pareiškė: „Remiantis pakankamais kancerogeniškumo įrodymais eksperimentiniams gyvūnams, pagrįstai tikimasi, kad geležies dekstrano kompleksas yra kancerogenas žmonėms.“ Geležies dekstrano kompleksas pirmą kartą buvo įtrauktas į Antrosios metinės kancerogenų ataskaitos (1981 m.

ataskaita apie kancerogenus) sąrašą kaip „pagrįstai tikėtina, kad tai žmogui yra kancerogenas“. Vien tik angliavandenis dekstranas nėra kancerogeniškas. Mes rėmėmės įrodymais ir galime neabejoti: geležies dekstranas žmogui yra kancerogenas.“

Kadangi didelės molekulinės masės geležies dekstranai (HMWID) asocijuojami su sunkiomis nepageidaujamomis reakcijomis, 1992 m. rinkoje pasirodė mažos molekulinės masės dekstranai (LMWID), laikomi saugesniais preparatais. Ar jums nekyla klausimas, kodėl panašūs preparatai, sukeliantys daug pavojingų gyvybei reakcijų, apskritai patenka apyvarton? Kiek laiko praeis, kol sužinosim apie mažos molekulinės masės dekstranų sukeliamus pavojus? Po kiek metų sužinosime apie jų toksiškumą? Niekada, jei savarankiškai neieškosime surūdijusias bei pavojingas mokslo tiesas paneigiančios informacijos ir ja nesidalinsime. Saugesnis tikrai nereikia saugus...

Tęskime J. Moon knygos apžvalgą.

„Remiantis 2002 m. ataskaita apie kancerogenus Jungtinėse Valstijose, „geležies dekstrano kompleksas naudojamas parenteraliniam geležies stokos anemijos gydymui, tačiau tik ypatingais atvejais, pavyzdžiui, kai geriamieji preparatai nepadeda. Jis taip pat naudojamas veterinarijoje kiaulių jaunikliams gydyti.“ Lietuvoje geležies dekstranu gydomos kiaulytės, veršeliai, avytės ir ožkytės⁹. Įdomu kiek tokios geležimi „praturtintos“ mėsytės suvalgome?

Per pastaruosius kelis dešimtmečius atlikta daugybė laboratorinių ir klinikinių tyrimų, įrodančių, kad vienas iš geležies pavojų yra jos gebėjimas skatinti vėžinių ląstelių augimą. „Šis metalas yra kancerogeniškas dėl katalizinio poveikio hidroksilo radikalų susidarymui, šeimininko gynybinių ląstelių aktyvumo slopinimo ir vėžio ląstelių dauginimosi skatinimo. Tiek gyvūnams, tiek žmonėms pirminiai navikai išsivysto tose kūno vie-

tose, kur yra per daug geležies sankaupų.“¹⁰ Kokių įrodymų **dar** reikia, kai turimi yra daugiau nei informatyvūs?

Kol eksperimentiniuose ir klinikiniuose protokoluose kuriami farmaciniai geležies atėmimo iš neoplastinių (vėžinių) ląstelių metodai, neužmirškime apie susikaupusią mūsų audiniuose geležį, kurios dažniausiai yra gausu, nors apie tai net neįtariame. Nes įprastai atliekamas geležies kiekio serume tyrimas bus kelis

..... ar net dešimt kartų mažesnis, nei
„Žaidimas su geležimi esančios mūsų organuose ar audi-
beveik tiesiogine prasme niuose.

yra žaidimas su ugnimi.“ Apie tai toliau. Kokia išvada
 peršasi? Ogi, kad pirmiausia gele-
 žimi prifarširuojami žmogaus organai, o po to, kai jis suserga
 vėžiu, mokslininkai kuria „geležies atėmimo iš neoplastinių ląs-
 telių metodus“.

„Žaidimas su geležimi beveik tiesiogine prasme yra žaidimas su ugnimi.“ Ši citata paimta iš J. Moon knygos (Stevens 1992–344). Straipsnio pagal šią nuorodą surasti nepavyko. Ne pirmas kartas ir jau nesistebiu — per daug pavojingos tokio pobūdžio žinios, galinčios tapti griūties pradžia. Vildamasi, kad jums ieškant geriau pasiseks, palieku citatą ir nuorodą.

„Keletas virusų turi didelį afinitetą kepenims. Ten jie sukelia uždegimą, cirozę ir kepenų vėžį. Iš jų du svarbiausi yra hepatito B ir C virusai. Apskaičiuota, kad 1,25 mln. amerikiečių serga lėtiniu hepatito B virusu, o apie 3,2 mln. — hepatitu C.“

Abi šios infekcijos padidina riziką susirgti kepenų vėžiu. Bet... ryšys tarp padidėjusio geležies kiekio kepenyse ir kitų ne normalių geležies metabolizmo parametrų, sergant lėtine hepatito B infekcija, žinomas jau apie 50 metų (Sutchnik et al. 1974: reviewed by Bacon 1997; Blumberg and cooleagues (Sutchnik et al. 1974), o Trečiojo Nacionalinio sveikatos ir mitybos ty-

rimo (NHANES III) analizė parodė, kad hepatito C infekcija reikšmingai susijusi su didesniu feritino ir geležies kiekiu serume JAV populiacijoje (Shan ir kt., 2005 m.). Gal, sakau, žmogus tuo hepatitu C ir B net neužsikrėtęs arba užsikrėtęs nesunkiai persirgtų, jei gyvenime nebūtų vartojęs geležies preparatų ar vitaminų ir maisto produktų, papildytų geležimi? Tikėtina. Kaip kad tikėtina ir tai, jog vieno „gydymo“ (šiuo atveju geležimi) eiga atima galimybę pasveikti gydantis senesnės kartos buvusiais efektyviais vaistais ir paruošia dirvą naujų, turėsiančių išvaduoti mus nuo ligos vaistų vartojimui ar gydymo metodų taikymui. Nesvarbu, kad šalutinis jų poveikis išaiškės po kelerių metų ar sukels dar vieną kitą papildomą sveikatos sutrikimą... Apie tai — kita teksto dalis.

„Yra labai mažai vaistų virusinėms kepenų infekcijoms gydyti. Tik du iš jų plačiai naudojami. Interferonai yra polipeptidų grupė, kurią tam tikros ląstelės gamina reaguodamos į virusinę infekciją. Kai interferonas susidaro, jis prisijungia prie neužkrėstų ląstelių paviršiaus, stimuliuodamas jas sintetinti antivirusinius baltymus, kurie blokuoja viruso replikaciją. Atsakas į interferono terapiją priklauso nuo geležies atsargų kepenyse — kuo daugiau geležies kepenyse, tuo mažesnė tikimybė, kad pacientas reaguos į interferono terapiją (Thiel ir kt., 1994; Olynyk ir kt., 1995; Barton ir kt., 1995; Piperano ir kt., 1996; Fargion ir kt., 1997).

Ribavirinas yra naujesnis antivirusinis vaistas. Panašiai kaip ir gydant interferonu, padidėjusios geležies atsargos kepenyse neigiamai veikia ribavirinu gydomos kepenų virusinės infekcijos baigtį (Distantė ir kt., 2002; Fujita ir kt., 2007a, 2007b).

Dažnas šiulaikinis hepatito C infekcijos gydymo būdas yra geležies kiekio mažinimas taikant mažai geležies turinčią dietą ir (arba) flebotomiją.“

„Sumida ir kt. (2007) palygino geležies kiekio mažinimą dieta su flebotomija gydant pacientus, sergančius lėtine hepatito C infekcija, ir nustatė, kad flebotomija yra pranašesnė už geležies kiekio mažinimą dieta.“

Logiška, nes geležies mažinimo dieta tampa beprasmė, kai jos SANKAUPOS AUDINIUOSE DEŠIMT KARTŲ VIRŠIJA JOS KIEKĮ SERUME po anemijos gydymo, vitaminų su geležimi vartojimo ir ja gausaus maisto valgymo.

„Kato ir kt. (2007) derino ilgalaikę flebotomiją su mažai geležies turinčia dieta. „Ilgalaikis geležies kiekio mažinimas lėtiniu hepatitu C sergantiems pacientams yra perspektyvus būdas sumažinti kepenų ląstelių karcinomos progresavimo riziką.“ Na ką gi, ir vėl: iš pradžių pildom, vėliau mėginam pašalinti... Svarbu, kad yra, ką veikti...

- „*Geležies gliukonatas* yra dar vienas vandenyje tirpus geležies junginys, kurį galima naudoti injekcijomis ir kuris JAV klinikinėje aplinkoje iš esmės pakeitė geležies dekstraną. Buvo teigiama, kad geležies gliukonato idealiai tiktų dėti į pieną. Tačiau Carter ir kt. (1968) buvo įrodyta, kad pelėms ir žiurkėms, vartojant tiek geležies natrio gliukonatą, tiek geležies dekstraną, atsirado navikų. Kadangi geležies gliukonatas gali būti vartojamas vietoj geležies dekstrano, Eichbaum ir kt. (2003) nagrinėjo klausimą: „Ar geležies gliukonatas tikrai saugesnis už geležies dekstraną?“ Šiuo metu į šį klausimą nėra atsakymo, nes vis dar trūksta informacijos apie geležies gliukonatą. Tačiau labai tikėtina, kad geležies gliukonatas, kaip ir bet kuri kita injekcinė geležies forma, bus kancerogeninis. Labai reikalingi papildomi tyrimai.“ Geležies trūkumui šalinti šian-

dien pas mus naudojami geležies gliukonato preparatai: „Floradix“, „Ferrous Gluconate“, „Tot’hema“.

„Kada mes tai sužinosime? Indijoje ir kitose besivystančiose šalyse įprastinės prenatalinės priežiūros metu geležies dekstranas naudojamas moterims vidutinio sunkumo nėštumo anemijai gydyti. Sharma ir kt. (2004) pateikė iš dalies atsitiktinių imčių veiksmingumo lauko tyrimo rezultatus. Buvo lyginamos 100 per parą geriamųjų geležies dozių su 3 į raumenis leidžiamomis geležies dekstrano injekcijomis, atliekamomis kas 1 mėnesį, siekiant palengvinti nėštumo anemiją valstybinėje ligoninėje Naujajame Delyje. To paties *American Journal of Clinical Nutrition* numerio redakciniame straipsnyje Solomons ir Schümann (2004) abejoja šios praktikos etika straipsnyje pavadinimu „Geležies dekstrano skyrimas į raumenis netinka vidutinio sunkumo nėštumo anemijai gydyti, tiek atliekant intervencinius tyrimus su nepalankią padėtį išgyvenančiomis moterimis, tiek atliekant įprastinę prenatalinę priežiūrą, kurią teikia visuomenės sveikatos tarnybos“. Nepaisant to, ši praktika ir toliau taikoma.“

- *Aflatoksinų poveikis* — dar vienas veiksnys, didinantis kepenų vėžio riziką. *Aflatoksinai yra kancerogeniniai junginiai, kuriuos gamina daugelis Aspergillus grybų rūšių. Aflatoksino B derinys ir geležies perkrova yra svarbios hepatocelinės karcinomos priežastys. Ar būtų toks aflatoksinų poveikis žmogui, nė karto gyvenime negydytam geležies preparatais, nevartojusiam papildų ir maisto, papildyto geležimi, ir turinčio sveiką mikrobiomą?* Tikėtina, kad ne... Aflatoksinai yra paplitę dirvožemyje. Jie vystosi įvairiose grūdinese kultūrose, patenka į augalinės kilmės maisto produktus, gyvulių pašarą. Pavyzdžiui, grūdai ir riešutai gali būti užteršti

aflatoksinais ir užteršti su šiais produktais gaminamą maistą. Jei ne geležis, ir aflatoksinais nekeltų didelio pavojaus?

1999–2000 m. geležies druskos (geležies sacharozė, geležies gliukonatas) įdiegtos į rinką, o FDA ir Europos vaistų agentūra (European Medicine Agency) patvirtino 4 naujus parenterinės geležies preparatus, kuriuos besirūpinantieji savo sveikata su gydytojų palaiminimu skuba vartoti...

LMWID (*CosmoFer*)

Feraheme

Ferinject

Monofer

„Mažiau nepageidaujamų reakcijų ir visiškas geležies deficito kompensavimas per 15–60 min.“ Tikrai?¹¹

Mitas apie geležies deficito sukeltą anemiją ir apie būtinybę jas gydyti geležies preparatais vis dar išlieka gajus, kaip ir vitamino D vartojimo būtinybė ar tariamas cholesterolio kenksmingumas. Perteklinio geležies vartojimo grėsmė yra ypač didelė ir įvairiapusė ne vien dėl beprasmiškos geležies preparatų vartojimo. Hemoglobinas, serumo geležies ir feritino tyrimai, kaip pagrindiniai rodikliai, skirti paskelbti geležies deficitinės anemijos diagnozę, yra ne tik nepakankami, — tai tiesiog pavojinga.

Divalentė geležis laikoma geležies forma, kurią organizmas pasisavina lengviau nei trivalentę, bet, deja, būtent ji yra vienas pavojingiausių sunkiųjų metalų. Iki šiol rekomenduojama geležies norma vaikams yra 5–10 mg, o nėščiosioms ir maitinančioms mamoms — 20–25 mg/dienai, nors mums pakaktų su maistu gauti vos vieną miligramą, nes likę 24 mg iš 25 atke-

liauja iš mūsų kūne perdirbtų eritrocitų. Apie 2,5 mln. eritrocitų per sekundę yra suskaidomi, atskiriant nuo jų geležį ir vėl ją panaudojant naujiems kraujo kūneliams gaminti. Ši perdirbimo retikuloendotelinė sistema (RES) sutrinka tada, kai organizme nepakanka biologiškai prieinamo vario, su maistu negauname pakankamai vitamino A — retinolio, įprastai esančio gyvūninės kilmės maiste: žuvų taukuose, kiaušinių tryniuose, svieste, grietinėleje, grietinėje, riebiuose sūriuose, kai organizme trūksta magnio. Veganus ir vegetarus nuliūdinsiu: augaluose esančių karotenoidų (riebaluose tirpūs augalų pigmentai) jiems reiktų suvartoti keliasdešimt kartų daugiau dėl fermentinių sistemų pasyvumo, vario, katalizuojančio fermentines sistemas, stokos ar sutrikusio pasisavinimo žarnyne.

Šiandien gyvūninės kilmės riebalų dėl cholesterolio, aterosklerozės ir nutukimo baimės vartojama per mažai, tad natūralu, kad juos ribojant retinolio trūks, o vos ne privalomu tapęs vitamino D papildų vartojimas bus dar vienas didelis trikdys retinolio pasisavinimui, sparčiai trumpinančiam kelią mažakraujystės link.

Jei gydytojai žinotų, jie tikrai neskirtų vitamino D profilaktiniam vartojimui ir kaskart prisimintų, kad jau nuo naujagimys-

tės rekomenduojamas sintetinis vitaminas D dalijasi tais pačiais receptoriais su vitaminu A (retinoliu). A ir D yra antagonistai, todėl kūnas pasisavina tik vieną jų, šiuo atveju, suprantama, be apdairos vartojamą vitaminą D. O kartu ir visas iš to kylančias pasekmes, įskaitant ir nepageidaujamą gausybę vitamino D metabolitų... Vitamino D vartojimas didina anemijos tikimybę, dėl to vėl atkreipiu jūsų dėmesį į galimus pavojus ir pasekmes.

.....
***Vitamino D vartojimas
 didina anemijos tikimybę,
 dėl to vėl atkreipiu jūsų
 dėmesį į galimus pavojus
 ir pasekmes.***

Oficialiai teigiama, jog geležies stokos anemija šiandien serga beveik 1/3 pasaulio žmonių. Šios ligos paplitimas labai didelis: geležies stokos anemija buvo nustatyta net 50 proc. JAV hospitalizuotų pacientų, Lietuvoje paplitusiai nėščiąjų anemijai tenka 25–30 proc., ji diagnozuojama ir 25–40 proc. kūdikių bei 25 proc. paauglių¹².

Pavadinus ligą geležies deficitine anemija ir gydymui vienokia ar kitokia forma skiriant geležies preparatus, bus griauinama sveikata, nes geležies stokos anemija nereiškia geležies trūkumo, ji, kaip ką tik buvo minėta, yra sutrikusio geležies perdirbimo organizme pasekmė. Todėl nėra per drąsu daryti prielaidą, kad jau paminėtas skaičius žmonių gali tikėtis rimto neigiamo papildų vartojimo poveikio. KODĖL šiandien rekomenduojamas ilgalaikis geležies preparatų vartojimas, net žinant galimus tokio gydymo pavojus?

-
- *Pagrindinė geležies stokos anemijų gydymo priemonė šiandien yra geriamieji arba parenteriniai geležies papildai, kurie gali sukelti daug šalutinių poveikių: oksidacinį stresą, sisteminį ir vietinį žarnyno uždegimą, disbiozę, kancerogeninius procesus ir nepageidaujamus virškinimo trakto reiškinius. Daugėja įrodymų apie geležies papildų šalutinį poveikį, susijusį su uždegimo paūmėjimu, žarnyno mikrobiotos pokyčiais ir nepageidaujamais virškinimo trakto reiškiniais¹³.*
-

Ar tai negalėtų būti viena iš pagrindinių, neseniai išvardytų ligas sukeliančių priežasčių? Tikėtina, kad galėtų, inicijuodama nesibaigiančią ligų grandinę, kai anemiją keistų žarnyno uždegiminės ligos gydymo, sutrikdyto žarnyno mikrobiomo sukeltų bėdų ir onkologinių ligų epopėja.