

**KÖZÉRDEKŰ NYILVÁNOS PETÍCIÓ A STOP SÓ MENZAREFORM EGÉSZSÉGI KÁRAI ELHÁRÍTÁSÁRA**

Étkezéshez is optimális a Ringer infúziónál alkalmazott nagytisztaságú desztilláltvíz és a gyógyszerkönyvi tisztaságú nátrium-klorid (NaCl) konyhasó. A gyógyító hatású Ringer infúziós oldat az egészséges élő ember testnedvei szerinti természetes víz : konyhasó = 110, és nátrium : kálium = 30 arányban tartalmazza ezeket a létfontosságú (vérelektrolit-alkotó) anyagokat. Nehéz megérteni, hogy a **MENZAPROGRAM**-ként elhíresült étkezési sócsökkentési reform, ahol konyhasó helyett kálissóval biztosítják a sós ízt, milyen jogon ír elő (akármennyi víz mellé) „legfeljebb 5 gramm nátrium-klorid, 2 gramm nátrium-” és „legalább 4,7 gramm kálium pótlást”! Megalapozatlanul hivatkoznak arra, hogy ezzel lehet megelőzni az időskori magas vérnyomást. Ugyanis a kísérletekben a konyhasó pótlás korlátozása után csak a népesség 16,6%-nak csökkent a vérnyomása, az is lehet, hogy más okból! Viszont a több konyhasót fogyasztók egy részének nem változott, a nagyobb részének pedig csökkent a vérnyomása, ha a korábbinál több konyhasót fogyasztottak. Lelepleződött, hogy a magas vérnyomás előidéző „túl sok konyhasó” valójában napi ½ kg nátrium-klorid. Akkor, ha nem hamisan számolják át emberre a „túl sok só vérnyomásmnövelő hatását” elhíresztelő Lewish Dahl nevű kutató patkányokon végzett konyhasó-túladagolási kísérletei mérési eredményét, lásd **melléklet-1**. Kiderült, hogy 1950-ben **Nobel-díjat** is kaptak tudományos kutatók, akik patkányokon és embereken, konyhasó- és kálium- adagolási kísérleteik mérései alapján kétség kizáró módon egyértelműen bebizonyították, hogy a konyhasó pótlását korlátozás és a kálium túladagolás is egészségkárosító: vérbesűréssel magas vérnyomást okoz, keringésrontó, szív működés rontó, vesemérgező, izomgyengítő, idegmérgező, daganatokozó, életrövidítő és ivartalanító stb., vagyis fajirtó hatású, lásd **melléklet 2**. Közismert orvosi tankönyvek szerint az egészséges felnőtt szív működését is elrontja, az EKG-t is torzítva, ha infúzióval és vagy szájon át 1 nap, 24 óra alatt 2,2 grammnál, lásd **melléklet-3.**, vagy 1 órán belül 0,8 grammnál több kálium juthat be a vérbe. A 0,8 gramm kb. annyira életveszélyes mint az 1 nap, 24 óra alatt 11 gramm, akár szívleállást is okozhat, lásd **melléklet-4**. **Az ügyben legkiválóbb tudományos szakértő ny. egyetemi professzor akadémiai nagydoktor Papp Lajos szívsebész ajánlását** az étkezésnél és infúziónál is optimális fenti víz-, konyhasó- és kálium adagokra lásd: **melléklet-5**. Feltétlenül szükséges, hogy mindenki tudjon a Nemzeti Stop Só Programmal, Chipsadóval és a MENZAREFORM-mal a magyarokra, a gyermekeinkre is rákényszerített egészségrontásról, s az alábbiakról:

***A Ringer oldat minden liter desztillált víz mellé 9 gramm konyhasót, de csak 0,133 gramm káliumot juttat be a vérbe. A vér tényleges napi káliumszükséglete max. 0,4 gramm. 1./Tiszta desztillált vizet kell használni ivóvízként és ételkészítési célra is. 2./Egy napra 15-től 25 gramm konyhasó pótlás optimális, vízpótlással arányosan (víz : konyhasó = 110) gyógyszerlaboratórium által megbízhatóan ellenőrzött „gyógyszerkönyvi tisztaságú” konyhasóval célszerű sózni. 3./24 órára 0,5 és 2,2 gramm közötti mennyiségű káliumpótlás kell, s 1 órán belül nem szabad 0,5 grammnál több káliumot a vérbe juttatni. A fenti adatok az egészséges felnőttnél irányadóak. Legjobb, ha mindig, mindenkinél van desztillált ivóvíz és nagytisztaságú konyhasó, s ha nem vásárol olyan ételt, italt amiben kálisó is van!***

Ez a magyar lakosság jogos védelmére megfogalmazott kárelhárító tájékoztatás is közzé van téve a [www.tisztaso.hu](http://www.tisztaso.hu) honlapon, ahonnan a mellékletei is lehívhatók. A KÁRELHÁRÍTÁST MEGBÍZÁS NÉLKÜLI ÜGYVITEL KERETÉBEN VÉGEZZÜK (PTK), A MAGYAROK JOGOS VÉDELMEBEN, SEGÍTS!!

Jelen irat közérdekű jogos védelmet valósít meg, változatlan formában bárki által bárhol terjeszthető!

Budapest, 2015. december 21.

A szerzői jog fenntartásával, a fent leírtakért teljes felelősséget vállal: (nemes Sydo) Tejfalussy András Béla Ferenc (1-420415-0215, an. Bartha Edit) tudományos kutató, [www.tejfalussy.com](http://www.tejfalussy.com)



A [www.tejfalussy.com](http://www.tejfalussy.com) honlap MEHNAM rovatából (MEHNAM 527.) is letölthető mellékletek:

# A „komisz” só

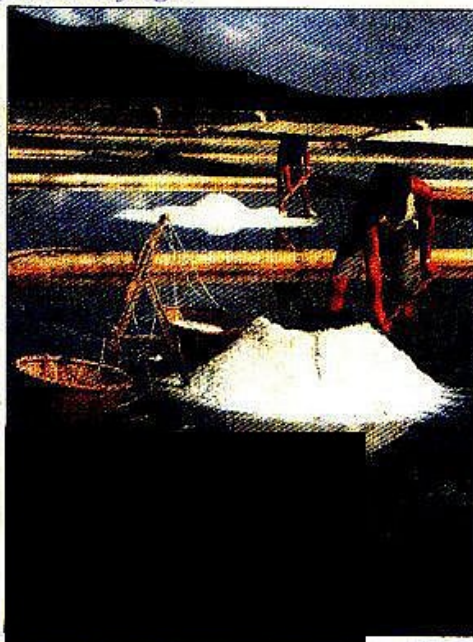
*A fiziológiai napi sószükséglet valójában 15–25 gramm, lásd a fiziológiás (pl. Salsola vagy Ringer) infúziós oldatokkal beadagolt napi konyhasó mennyiségét!*

A magas vérnyomás megelőzésére sószegény étrendet ajánlanak. Elegendő lenne napi 0,5-1 gramm só, ennek azonban többszörösét fogyasztjuk. Pedig a só sokáig gyógyszernek számított. Vér-szegénység, erőtlenység, fejfájás és migrén orvoslására szolgált. Sós vizet adtak a légutak megbetegedésekor, emésztési panaszok, reuma-fájdalmak esetén. Gyerekkorunkból emlékezhetünk a forró sóval töltött zacskóra, amit a fülünkre tettek.

De mitől lett „komisz” a só? Az első tanulmányt Lewis Dahl írta, melyben kimutatta, hogy a patkányok vérnyomása emelkedik, ha erősen sózott éledelet kapnak. A kísérlethez használt só azonban annyi volt, hogy egy embernek naponta fél kí-

lőt kellene ennie, hogy ugyanakkora dózist vegyen magához. Egy másik kísérletben a világ minden részéről vizsgáltak embereket, az adatok feldolgozása meglepő eredményt hozott. A vérnyomás csökken, ha növekszik a sóbevitel. A legtöbb só fogyasztó népcsoportnak (napi 14 gramm) nem volt magasabb vérnyomása, mint azoknak, akik csak 6 grammot ettek. Négy csoport viszont teljesen kilógott a sorból: jóformán nem ettek sót, és a magas vérnyomást is alig ismerték. Amikor az ő értékeiket is hozzáadták a többiekéhez, csak akkor kapták meg az elvárt értéket. A tudósoknak több rendellenesség is feltűnt, ezért kérték az eredeti adatokat, de hiába. Ehelyett a szerzők újra feldolgozták azokat, új módszerekkel. Az eredmény: a só hiánya a vérnyomásra negatívabb, mint gondolták valaha. Egy német kritikus „adatmasszírozásnak” hívja ezt a módszert.

Rehabilitálják-e valaha vajon a sót? Az amerikai Science szaklan nemrég szemrehányásokat tett a só elleni kampány



aktivistáinak. De a lapok tovább publikálják a sófogyasztás és vérnyomás közötti összefüggés credményeit. Más tanulmányok is megmutatták, hogy a sószegény étrend nem csökkenti a vérnyomást. Azt is kimutatták, hogy a sóbevitel korlátozása növeli az elhalálozást, és elősegíti a szív- és keringési betegségeket. A vitát a jövő dönti el. Az viszont biztos, hogy a só mellőzése megemeli a koleszterinszintet, de változatlanul koleszterin-csökkentő és sószegény táplálkozásra intenek minket. Ember legyen a talpán, aki felismeri, hogy épp mi problémájának okozója. Milyen tanácsot adhatunk a magas vérnyomásban szenvedőknek?

Német orvosok szerint a népesség kétharmadánál a vérnyomás nem reagál a sóra. A maradék harmad egyik felénél emelt sófogyasztásnál csökken a vérnyomás, a másik felénél emelkedik. Akinek magas a vérnyomása, próbálja ki kevesebb sóval, hogy ő melyik csoport-hoz tartozik. Egyszóval, ne hagyjunk magunknak egyszerűen csak odaszólni.

Jelinek Mária

## CSIPETNYI TRÜKK

A só tartósító hatása a vízfelvétel tulajdonságában rejlik. Észak Európa számos vidékén bevett eljárás volt az ősszel tömegesen vágott marha rendszeres sózása. Nálunk a sertés-húsdarabokat a szalonnával együtt sózták, füstölték.

A só megnöveli a víz forrási hőmérsékletét, a víz jobban felmelegszik, mielőtt forni kezdene. Ezért a sós vízben az élelmiszer (a tojás vagy a tészta) magasabb hőmérsékletre melegszik fel, és gyorsabban főhet.

Egy csipet sóval könnyebb felverni a tojásfehérjét. Az avas vaj ismét használható, ha kevés langyos tejfel és egy csipet sóval keverjük el. A velő nem esik ki a csontból, ha főzés előtt mindkét végét besózzuk. A máj nem keményedik meg főzés közben, ha a még nyersen összevágott szeleteket besózzuk, majd fél órára a hűtőszekrénybe tesszük. Nem lesz csomós a rántás, ha csipetnyi sót teszünk bele. Egy késhegynyi só tisztítja a leégett lábast, eltünteti a zsír-foltot és a vörösbőr peccsétjét, kezünkről a hagyma és a hal szagát. Sós vízzel friss sörpeccsétet, vizes sóval csokoládéfoltot távolíthatunk el.

A konyhasó nem egyéb, mint tengervízből nyert nátrium-klorid vagy bányászott kősó. A zöld só: zöldpetrezselyem, zeller zöldje, saláta, lestyán, csalán, pitypang, útifülevél megszártva, porrá törve, kevés sóval elkeverve. A jódzott só pajzsmirigybetegség esetén használjuk.

A konyhasó, a tengeri só, az asztali só és egyéb elnevezésekkel forgalomban lévő sók káliumtartalma sokszor nagyobb a kívánatosnál. A túlzott káliumbevitel pedig felboríthatja a szervezet ionegyensúlyát, csökkenti a veseműködést, visszatartja a folyadékokat, ezáltal méregtelenítési problémákat okozhat. Megzavarja az idegrendszer és a szív működését, ritmuszavart kelt.

J. N. J.

Tejfalussy András: Észrevétel

A cikk „laza címei és alcímei” azt a hamis látszatot keltik, hogy nem életbevágóan fontos a cikk tartalma!

## A MENZAPROGRAM VÁRHATÓ TÉNYLEGES EGÉSZSÉGÜGYI HATÁSAI:

Kód: NepirtoNahianyKtobbletTunetel

### NOBEL-DÍJAS KUTATÓK MÉRÉSEI IS BIZONYÍTJÁK, HOGY SZÁMOS BETEGSÉG NAGYSÁGRENDI MEGSZAPORODÁSÁNAK A HAGYOMÁNYOS („FIZIOLÓGIÁS”) SÓZÁSSAL ELLENTÉTES ELVEKRE ALAPOZÓ „ÉTKEZÉSI SÓREFORM” A FŐ OKA

A MEDICINA Orvosi Könyvkiadó (Budapest, 1976) „Technika a biológiában 8” c. kiadványában, „A biológia aktuális problémái” főcím alatt található „A mellékvesekéreg biológiája” c. fejezet. Aki írta, az akadémiai nívódíjas Dr. Szabó Dezső azokat az új mérési eredményeket ismerteti, amelyek alapján Kendall, Reichstein és Hench 1950-ben Nobel-díjban részesültek „a mellékvesekéreg-hormonok és szerkezetük és biológiai hatásuk” felfedezéséért. Az összefoglalás jellegű leírás emellett további 61 tudományos publikáció mérési eredményeire is hivatkozik. (Az alábbiakban zárójelben jelzem, hogy a könyvből itt idézett megállapítások a könyv mely oldalain találhatóak.)

EZEK A NEMZETKÖZI TUDOMÁNYOS PUBLIKÁCIÓK EGYBEHANGZÓAN BIZONYÍTJÁK AZT, HOGY A NÁTRIUMHIÁNYOS ÉS KÁLIUMDÚS DIÉTÁN TARTOTT EMBEREK ÉS PATKÁNYOK MELLÉKVESEKÉRGE HORMONTERMELÉSÉVEL KAPCSOLATBAN A TUDOMÁNYOS KUTATÓK VISZONYLAG ÁTFOGÓ ÚJ VIZSGALATI EREDMÉNYEKSEL RENDELKEZNEK (134), AMELYEK SZERINT A NÁTRIUMHIÁNYOS VAGY KÁLIUMDÚS DIÉTÁN TARTOTT ÁLLATOKON (PATKÁNYOKON) ÉS EMBEREKEN IS MELLÉKVESEKÉRGE-ELFAJULÁS KÖVETKEZIK BE, MIKÖZBEN A SZERVEZET ELETROLIT- HÁZTARTÁSÁNAK EGYRE SÜLYOSABB ZAVARAI TAPASZTALHATÓK. (168)

Ezek későbbi, hosszabb távon is egészségkárosító, életrovidítő, ivartalanító stb. hatások például konkrétan a következők:

- 1./ A mellékvese abnormálisan megnagyobbodik (140)
- 2./ A szervezetben elégtelen a szőlőcukor-képződés, mely miatt elégtelen zsír- és cukorfelhasználás alakul ki. (167)
- 3./ A különböző stresszhatások kivédésére a szervezet képtelenné válik. (167)
- 4./ Csökken a nátrium kiválasztása, a káliumé fokozódik (167) elsősorban a vesesejteknel, de a verejtékesejteknel és az emésztőrendszer mirigysejtjeinél is (167-168). Ha ez ha hosszabb ideig tart, törvényszerűen az alábbi betegségek kialakulásához vezet:
- 5./ Idővel nátrium-hiány jön létre (168)
- 6./ A nátriumhiány a szövetekben ozmózis-zavarhoz vezet, többlet-víz vándorol a sejtekbe. (168)
- 7./ Csökken a keringő vérmennyiség, a vér besűrűsödik, csökken a viszkozitása. (168)
- 8./ Romlik a keringés. (168)
- 9./ A vese vérellátásának a zavara miatt csökken a szűrési (méregtelenítési) teljesítménye. (168)
- 10./ Idővel elégtelenné válik a veseműködés. (168)
- 11./ A bőr és a nyálkahártyák kóros elváltozásai. (168)

12./ Mellékvesekéreg-károsodás. (168)

13./ Mellékvese daganatok, sejtburjánzások, esetenként rosszindulatúak is. (169)

14./ Halálos Addison-kór tünetei alakulnak ki. (168)

**Hiányos nátrium-pótlásnál és/vagy kálium-túladagolásnál kialakulnak fő tünetként:**

15./ Magas vérnyomás. (169)

16./ Szívelváltozások. (169)

17./ Veseelváltozások. (169)

18./ Izomgyengeség. (169)

19./ Fokozott nátriumvisszatartás és fokozott káliumürítés. (169)

20./ A vérbesűrűsödés miatti veseműködés romlás fokozza a renintermelést, renintermelő vesedaganatok jönnek létre. (169)

**A nátriumhiányos és/vagy káliumdús táplálkozás nemi szervek fejlődési torzulásait is okozza („pseudohermafroditizmus”):**

21./ Leánymagzatok nemi szerveinek a fejlődési zavarait, pl. szeméremajkak összenövését, klitorisz-megnagyobbodást. (169-170)

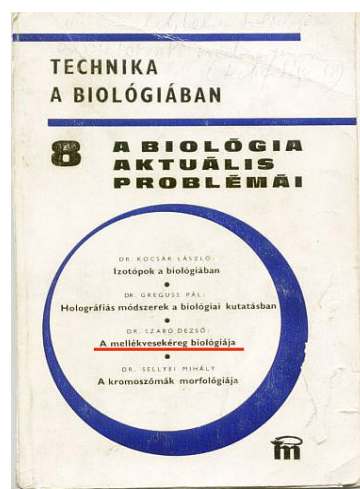
22./ Lánygyermeknél klitorisz-megnagyobbodást, idő előtti menstruációt. (170)

23./ Felnőtt nőknél: klitorisz-megnagyobbodás, test- és arcszőrsődés, kopaszodás, érdes hang, a menstruáció elmaradása, terméketlenség, az emlők sorvadása. (170)

24./ Fiatal fiúknál korábbi pénisz-megnagyobbodást, korábbi erőteljes izomzat kifejlődést, a testnövekedés gyorsulását, a hónalj- és a szeméremazsójel idő előtti megjelenését, korai szakáll-növekedést, hangmélyülést, hajritkulást okoz. (170)

25./ Pseudohermafroditizmus tünetként fiúgyermeknél és férfiaknál emlő-megnagyobbodást okoz. (170)

26./ Rosszindulatú daganatok (pl. emlőrák, prosztaták) növekedését serkenti. (170)



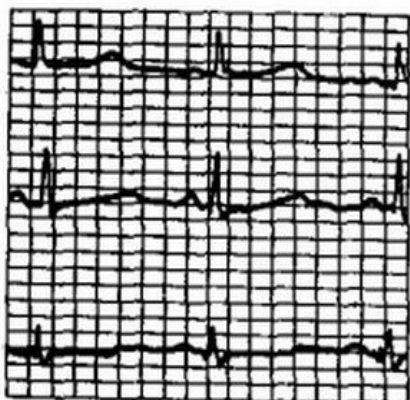
*Közismert orvosi egyetemi tankönyv a kálium veszélyes túladagolásáról:*

**5 gramm kálium-kloridban 2,2 gramm kálium van. Szájon át 24 óra alatt, előtte egészséges felnőttél ennyi is torzíthatja az EKG-t, ronthatja a szív működést. 8 gramm kálium-kloridban 3,6 gramm kálium van. Ez, vagy az ennél is több, már minden felnőttél is elrontja a szív működést:**

**Az 1967-es kiadású "Magyar-Petrányi: A belgyógyászat alapvonalai 2."-ből.  
AZ IONEGYENSÚLY ELTOLÓDÁSÁNAK  
HATÁSA A SZÍVIZOMRA**

*A kormányok a konyhasó helyett kálisóval ízesítéssel irtják a magyarokat.*

Hypokalaemia esetén a QT-távolság (melynek normál értéke a  $0,39 \sqrt{R} - R \pm 0,04$  képlettel számítható ki) megnyúlik, a T-hullám ellaposodik. Glycogen-depositióval sok K is megkötődik, ezért az insulin-túladagolás nemcsak hypoglykaemiát, hanem hypokalaemiát is okoz, és a hypoglykaemiában létrejövő EKG-eltéréseknek valószínűleg ez az oka.



273. ábra. Tetaniás beteg EKG-ja

Megnyúlik Q-T távolság. A Q-T távolság hossza a frekvenciával változik, de a  $0,44 \text{ mp}$  Q-T a  $0,76 \text{ mp}$ -s R-R-hoz képest hosszú. Sinus-rítmus; normális ingervezetés; R-tungoly balra deviál (+35°)

Hypokalaemia támad iatrogen ártalomként hosszas steroid-kezelésben és a hypertensio, ill. cardialis decompensatio diuretikus (Hypothiazid stb.) terápiájára, továbbá aldosteron hatására (mert a káliumürítés fokozódik; „káliumot vesztő vese”). A vázizmokon ugyanakkor gyöngeség (hypokalaemiás paralysis) észlelhető.

Hyperkalaemia. Napi 5–8 g kálium-chlorid, ill. -citrat szedésére a T-hullám magasodik egészséges emberen is, különösképpen azonban myxoedemában és familiaris periódusos paralysis esetében. A hyperkalaemia fokozódására az R-lengés alacsonyodik, a QRS kiszélesedik és a pitvarok megállanak

(47. táblázat). Idegrendszeri tünetek is támadnak. Hyperkalaemia kialakulhat endogen okokból is (pl. anuria).

Hypocalcaemia esetén az ST-távolság megnyúlik. Tetaniás betegek EKG-jára ez jellemző (272. ábra).

#### Melléklet-4.

Közismert orvosi tankönyv, amely szerint a vérbe 1 órán belül (akárhonnan) bejutott 0,8-tól 1,6 gramm közötti vagy több kálium is életveszélyesen mérgező, s az egy nap, 24 óra alatt bejutott 11 gramm is!

Dr. Varga Péter és társai: "Az intenzív betegellátás elmélete és gyakorlata" című tankönyve, 192. oldal. Medicina, Budapest, 1977.

Kód: Varga\_Peter\_Hyperkalaemia-192

rete kielégítő információt nyújt. A se-K-szint értékelését pontosabbá teszi, ha ismerjük az adott körképben a K „vándorlásának” aktuális irányát, a se-Na-tartalmat, a szervezet hidráltságát, illetve a napi vizelet K-tartalmát. Ennek 50 mval alatti értéke K-hiányra utal akkor is, ha a se-K-szint jelentősen nem csökkent.

1. A K-háztartás kóros, ha a felvétel nem megfelelő, ha zavart szenved a sejtekbe való beépülés, avagy károsodik a kiválasztás. A K-kötésben levő össz-anionok mennyiségét K-kapacitásnak nevezzük. Ebben az értelemben a K-háztartás zavaráról beszélünk akkor is, ha a K-kapacitás és az aktuális K-tartalom egyensúlya megbomlik.

2. Hyperkalaemiában a se-K szintje 5 mval/l fölé emelkedik. Az egészséges vese K-ürítése lépést tart a bevittel, a veselégtelenség oligo-anuriájában a tubulusban a kiválasztás károsodik, és nincs mód az emelkedett szint kiürítés útján való csökkenésére.

Hyperkalaemiához vezethetnek a szövetroncsolással, szövetszéteséssel járó folyamatok, az égésbetegség, traumák, a parenchymás szervek necrosis, intravasalis haemolysis. Nagy mennyiségű konzervvér gyors transzfúziójakor a vörösvértestek szétesése miatt tetemes mennyiségű K szabadulhat fel, ugyanúgy, mint fokozott sejtkatabolizmusban, metabolikus acidosisban. Veszélyes hyperkalaemiát okoz a K-tartalmú oldatok gyors infúziója, ha a K mennyisége meghaladja az óránkénti 20-40 mval-t, illetve a napi 280 mval mennyiséget. Krónikus hyperkalaemia jelentkezhet K-retenciót kiváltó gyógyszerek hatására.

A klinikai kép nincs mindig összhangban a serum megnövekedett K-szintjével, mert a tünetekért a rendszerint vele együttjárá metabolikus acidosis, a Na és Ca-eltérések együttesen lehetnek felelősek.

8. Tünettanára az ideg-izomtevékenység gátlása, az általános izomgyengeség, a szív dilatációja és ritmuszavara, valamint az érzészavarak a jellemzőek.

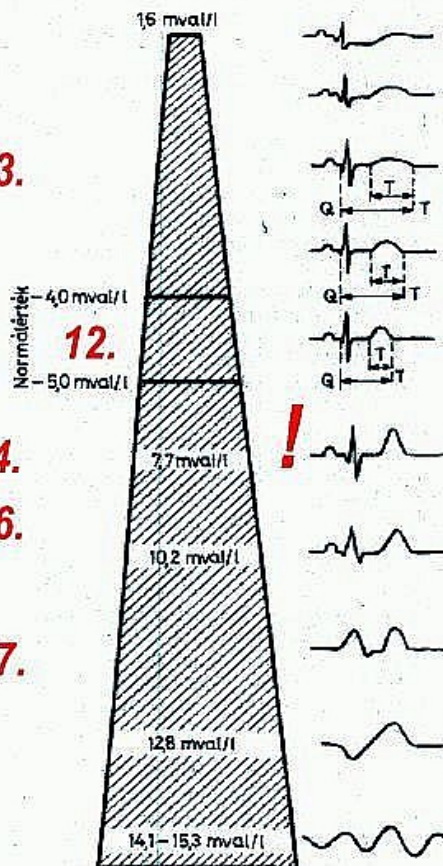
9. Az EKG-n a magas, sáterszerű T hullámok, a QRS-komplexus kiszélesedése, a Q-T idő megrövidülése, szárblokk kialakulása, a P-hullámok ellapulása a leggyakrabban előforduló eltérések. Ha a se-K szintje 7-10 mval/l

10.

fölé emelkedik, kamra-fibrillációval, továbbá diastolés szívmegállás veszélyével lehet számolni (18-3. ábra).

11. Hypokalaemiáról beszélünk akkor, ha a se-K értéke 3,5 mval/l alatt van. Kiváltója lehet az elégtelen bevétel, a sejtekbe való fokozott beépülés, illetve, ha kórosak a renális és extra-

Serum káliumszint és EKG



18-3. ábra. K (mval/l) érték változása és az EKG

192 1./ A 2,2-3,6 gramm/24 óránál gyorsabb étkezési káliumbevétel egy előtte egészséges felnőttnél hyperkalaemiássá torzíja az EKG-t!

2./ A Magyar-Petrányi tankönyv hamisan, a 7 mval/litert tanítja a hyperkalaemia küszöbértékeként!

3./ Vesemérgező a káliumot túladagolás! Nem lehet egészséges a vese, miután 0,8 - 1,6 gramm vagy több káliumot tartalmazó vizet (levet) iszunk éhgyomorra.

4-6./ A káliumból 20 mval=0,8 gramm, vagy 40 mval=1,6 gramm, vagy ennél is több 1 óra alatt vagy még gyorsabban bejuttatása a vérbe: veszedelmesen mérgező!

7./ A csökkentett nátriumpótlás növeli a káliumtúladagolás miatti mérgezés veszélyét!

8,10, 11./ Ezek lettek nagyságrenddel gyakoribbak, amióta kálisóval "sózák" az ételeket és kálisóval műtrágyázással növelik a növények káliumtartalmát!

9./ Otthon is (otthoni) EKG-vel lehet legkönnyebben észrevenni a mérgező kálium túladagolást!

12./ Ezek a alapul vehető, mérésekkel is igazolt tényleges normokalaemiás határok!

## NYILATKOZAT

A Ringer oldat a testnedvekhez hasonló ionösszetételű folyadék. A Ringer oldat ( 0,9 % NaCl, 0,03% KCl, 0,025 % CaCl<sub>2</sub>, 0,02 % NaHCO<sub>3</sub>, 99 % desztillált víz ) szerinti nátrium, kálium, klór és víz pótlási arány megfelelő kóros veszteségek esetén, de ugyancsak optimális a napi étkezések során is.

Budapest 2010. január 6.

  
Dr. Papp Lajos  
ny.egyetemi tanár  
akadémiai doktor

---

### Kapcsolódó megjegyzések

1.

Papp Lajos professzor vonatkozó VIDEÓ előadását lásd:  
[https://www.youtube.com/watch?v=QNzry\\_Ow40U](https://www.youtube.com/watch?v=QNzry_Ow40U)

2.

A sókat előre nem bejelentett időpontban „lencsevégre kapó” „Tomcat” névvel elhíresült botrányriporter az egyik élelmiszer üzletben számos, kálisóval mérgezett étkezési sót talált. Lásd:  
<https://www.youtube.com/watch?v=uFSLjPSvUsY>

Tomcat a riportot sajnós, a nézők figyelmét félreirányító, „Sóval mérgezik a magyart” hamis címmel, közben engem kigúnyolva tette közzé. Ugyanis én azt bizonyítottam a mérések alapján, hogy tudatosan, a műtrágyákhoz és az ételekhez adagolt kálisóval mérgezik a magyart!

3.

A Nemzeti Élelmiszer-biztonsági Hatóság NÉBIH, amikor előre nem bejelentett időpontban, ún. „szűrőpróba szerű ellenőrzést” tartott a bejelentésem alapján, az ugyanolyan feliratú sócsomagok egyikében 100% nátrium-kloridot, másikában meg 100% kálium-kloridot talált, de később, amikor előre bejelentette, hogy ellenőrzést tart, egyetlen étkezési sót sem kifogásolt a kálisótartalma miatt. Lásd [www.tejfalussy.com](http://www.tejfalussy.com), MEHNAM 470. <https://www.youtube.com/watch?v=uFSLjPSvUsY>