

Feljelentés azonosító: tudnodkellinfosokatfejelentenes160821

A FACEBOOK-ON HOZZÁSZÓLÁSKÉNT IS KÖZZÉTETT RENDŐRSÉGI FELJELENTÉS:

FELJELENTEM AZ ORSZÁGOS RENDŐRFŐKAPITÁNYSÁGNÁL A RENDES SÓZÁSRÓL
LEBESZÉLŐ EZÉRT HÍZOL A HASADRA CÍMŰ REKLÁMÉRT FELELŐS SZEMÉLYEKET

Az internetes cikkel VALAKIK Tudatosan életveszélyt okoznak a konyhasóval sózást csökkentésre felbuztatással. Ugyanis: Az egészséges konyhasóptlási dózisok a testnedvekben lévő víz, konyhasó, kálium arányoknak szerintiék. A fizioiógiás infúziós Ringer oldat dózisa optimálisak étkezés esetén is. Tehát a 3 liter víz mellé 27 gramm NaCl konyhasónak és 0,36 gramm káliumnak a vérbejuttatása optimális, Ringer oldat szerinti ütemezéssel. Egyébként Nobel díjat kaptak 1950-ben kutatók, akik bebizonyították az ennél sokkal kevesebb konyhasót és a káliumból sokkal többet és/vagy sokkal gyorsabban fogyasztás magas vérnyomást (!!!) is okozó, betegítő, életrövidítő, szaporodó képesség tönkretévő, vagyis fajirtó hatását. Lásd a www.tejfalussy.com honlap Videó, Email könyv, On-line tanítás és MEHNAM dokumentumait, a konkrét hatásmérési és orvosi egyetemi tankönyvi konkrét bizonyítékokkal. Az előzményekből nyilvánvaló, hogy a fajirtás szervezőit a Magyar Tudományos Akadémia és az orvostudományi egyetemek vezetői és ezek külföldi partnerei között kell keresni.

Verőce, 2016. augusztus 21.

(nemes Sydo) Tejfalussy András Béla Ferenc (1-420415-0215, an. Bartha Edit) okl. vill. mérnök, a népirtási bűnyüget korábban országgyűlési szakértőként is vizsgáló hatásmérés-tudományi szakértő (tudomanyos.rendorseg.pjt@gmail.com, +36 20 218 1408)



1./3 lap,2016-08-21, Feljelentés azonosító: tudnodkellinfosokatfejelentenes160821

2016. július 01.

•Női Világ

EZÉRT HÍZOL A HASADRA! MEGLEPŐ, DE SEMMI KÖZE A ZSÍROS ÉTELEKHEZ, VAGY AZ ALKOHOLHOZ!

Sörhas. Egyértelmű hát a képlet, aki (és ebben az esetben főleg a férfiak) sok alkoholt iszik, annak megnő a hasa. De ha közelebbről megvizsgáljuk ezt a tényként elfogadott állítást, rájövünk: egyáltalán nem a sör a bűnös!

De akkor vajon mi lehet? Miért van az, hogy míg sokan egyenletesen híznak és így hasukra is, másoknak csak ez az egy nő meg?

Létezik, semmi köze a zsíros ételeknek a hasunkon megjelenő zsírhoz?

És miért éppen erről a területről nehéz eltüntetni a zsírpárnákat?

A legújabb kutatások szerint csakis egyfajta ízesítő adalék tehető mindezért felelőssé, az, amelyiket ráadásul a magyarok a nagy átlaghoz képest is sokkal többet fogyasztanak: a SÓ.

Persze emellett nem állítjuk, hogy az alkohol, vagy a rengeteg szénhidrát bevitelével kevés sportolás mellett nem hizlaló és egészségtelen.

De bizony a Queen Mary Univeristy tanulmánya tovább bővítette a listát ezzel az elengedhetetlennek vélt adalékanyaggal.

Megállapították, hogy a **felnőttek napi szükséglete maximum 6 gramm** a konyhai sóból. Soknak tűnik első hallásra, ám ennél a legtöbben jóval többet visznek be szervezetükbe.

Érdekes mennyiségeket fogyasztanak átlagosan az európai nők és férfiak konyhai sóból.

A **nők** átlagosan **6,33** grammot naponta. Ez meghaladja a ajánlott maximum mértékét.

Férfiak esetében ez a mennyiség extrém számot mutat. **8,78** grammot!

Kutatások szerint minden 1 gramm bevitt sómennyiséggel a felnőttek elhízási kockázata 26 százalékkal nőhet, míg a gyerekeké 28 százalékkal.

De mi lehet ennek az oka?

A só kölcsönhatásba lép szervezetünkben a zsírral, megváltoztatva annak szerkezetét, ami így kiürülés helyett felszívódik és az emésztés első fázisaiban le is rakódik hasunkra.

Első hallásra azonban lehetetlennek tűnhet, hiszen íztelenek lesznek az ételek! Pedig ez nem igaz, csak kis mértékben fog változni, és egészségünk érdekében lehet ez nem is nagy áldozat!

Ezeket az ételeket érdemes kerülni, ha csökkenteni kívánjuk a sóbevitelt:

Snack és Chips: Átlagosan 100 grammonként 1,6 gramm sót tartalmaz. (Egy kicsit több, mint fél zacskó.)

Szalámi: 100 gramm szalámi körülbelül 3,1 gramm sót tartalmazhat.

Fagyasztott pizza, amin például szalámi is található: Átlagosan 5,2 gramm sót tartalmazhat.

Vajas keksz: Igazi meglepetés! 100 gramm vajas keksz (Ez körülbelül 20 darab vagy fél csomag.) 1,5 gramm sót tartalmazhat, ami majdnem annyi, mint például a burgonyaszírom.

Két szelet teljes kiőrlésű kenyér: 112 gramm teljes kiőrlésű kenyér átlagosan 1,3 gramm sót tartalmazhat.

És visszatérve a felnőttek számára ajánlott napi sóbevitel mennyiségére, egészen elképesztő adatokat láthatunk.

Felnőttek ajánlott napi sóbevitelének mennyisége 6 gramm.

A felsorolt élelmiszerekkel és az átlagosan vizsgált mennyiségek egyikével sem lakhatunk jól egész napra. Most gondoljunk bele, mennyi sót fogyasztunk el naponta.

Oszd meg, ha szeretnél másokat is rádöbbeníteni a valóságra!

Ne felejtsd el megosztani, hogy mások is lássák!

feladó:**András Tejfalussy**<tudomanyos.rendorseg.pjt@gmail.com>

címzett:Panasziroda ORFK Ellenőrzési Szolgálat <panasz.orfk@orfk.police.hu>

másolatot kap: "orban.viktor" <orban.viktor@parlament.hu>;
janos.lazar@parlament.hu

titkos másolat: . . .

dátum:2016. augusztus 21. 13:50

tárgy:Re: Értesítés....!

küldő:gmail.com