

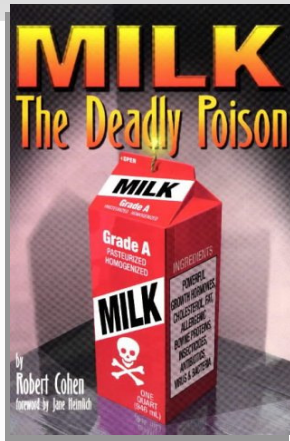


**חלב**

לא מה שחשבת..

# החשיפה הגדולה - הכל על נזקי החלב ומוצריו

## חשוב מאוד לקרוא למען בריאותנו!

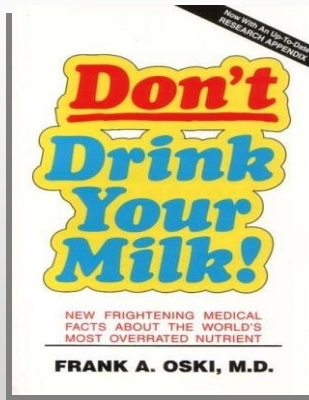


ספרו המפורסם של רוברט כהן

במצגת זו יפורטו לכם רוב נזקי החלב ומוצריו. כאן תחשפו לכל העובדות, המחקרים, השקרים והסודות אותם ניסה להסתיר מאיתנו קרטל החלב במשך השנים. אתם תגלו גילויים מדאיגים שישאירו אתכם פעורי פה, יזעזעו אתכם ויגרמו לכם לחשוב פעמיים לפני שאתם מכניסים שוב את הדבר הזה לגופכם..

כל החומר המובא לכם כאן נאסף ממצאים של רופאים רבים בארץ ובעולם שצועקים כבר שנים שהחלב ומוצריו אינם בריאים ואף מזיקים לגוף האדם, חלקם אף מכנים אותו "הרוצח השקט".

אנא הקדישו בבקשה מעט מזמנכם וקראו עד הסוף למען בריאותכם ובריאות ילדיכם, תודה.



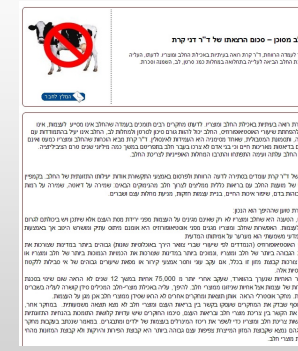
ספרו של ד"ר פרנק אוסקי



ספרו של ד"ר אריה אבני



מאמר מיוחד לעיתון "אפוק טיימס" מאת ד"ר ראובן ברק המדבר על נזקי הרבים של החלב לבריאות.



החלב מסוכן - סיכום הרצאתו של ד"ר דני קרת

# תוכן עניינים

עמ'	תוכן	
4 - 8	<u>העובדות</u>	<b>I</b>
9	<u>דוגמאות</u>	<b>II</b>
10 - 12	<u>מחקרים</u>	<b>III</b>
14 - 20	<u>השקרים והסודות</u>	<b>IV</b>
21	<u>קטעי וידאו</u>	<b>V</b>
22	<u>מקורות</u>	<b>VI</b>

# העובדות

× חלבון החלב אינו מתפרק כראוי בגופנו, הוא חודר למערכת הדם וגורם לאדם להפעיל את מערכת החיסון שלו כנגד אותם חלבונים.

× שני האנזימים (לקטאז ורנין) האחראים על פירוק סוכר החלב (לקטוז) ועל החלבון העיקרי של החלב (קזאין), מתחילים להיעלם בהדרגה ממערכת העיכול בגיל שנה - שנתיים בכל היונקים, כולל האדם.



× החלב מכיל ריכוז גבוה של הורמון הגדילה IGF-1 מעודד גידול תאי סרטן, והקזאין אף מגן עליהם מפני התרופות הכימותרפיות. המוסד הלאומי לבריאות של ארה"ב, הנחשב למוסד המכובד ביותר בעולם הרפואה המערבית, פירסם הודעה בשנת 1995 בה קבע כי ה- IGF-1 הינו שותף מרכזי בהתפתחות הסרטן בילדים, סרטן הערמונית, השד, מלנומה וגידולים אחרים.



× ריבוי זרחן ומיעוט מגנזיום בחלב מפריעים לניצול הסידן בגוף.

× באוכלוסיות שצורכות חלב ומוצריו, ישנה שכיחות גבוהה יותר של מחלת האוסטאופורוזיס (הידללות הסידן והיחלשות העצמות). זאת משום שהסידן לא נספג היטב בגוף, והחלבון החומצי שבחלב אף גורם לסידן להיות מופרש החוצה ע"י הכליות, ועקב כך נצרכות לעבודה מאומצת במיוחד.

× חלבוני החלב - הקזאין ומי הגבינה, המצויים גם באבקת חלב לתינוקות, מפריעים בספיגת הברזל ממערכת העיכול, דבר העשוי לגרום לאנמיה.

× החלב מכיל הרבה הורמונים של הפרה עצמה, שחודרים לגוף האדם ומשנים את המאזן ההורמונלי התקין של גופינו.





× בדגימות של חלב התגלו כמויות משתנות של תכולת ויטמין D, כשבחלקן הכמות היתה עד פי 500! ממה שנכתב על גבי התווית בעוד שבאחרות הכמות היתה קטנה ביותר או שלא היה בהן ויטמין D כלל. **ויטמין D בכמות גדולה מדי עשוי להיות רעיל** ועלול לגרום לכמויות סידן עודפות בדם ובשתן, ספיגת אלומיניום מוגברת בגוף ומצבורי סידן ברקמות רכות.

× מכיל **כמויות גדולות של אנטיביוטיקה, כימיקלים והורמונים** שהפרה מקבלת בזריקות, ויש בו את **אחוזי המוגלה הגבוהים בעולם.**

× תכולת השומן בחלב מעודדת ייצור כולסטרול ומשקעים על דפנות כלי הדם ובכך **מסכנת את בריאות מערכת הלב וכלי הדם.** יחסית לחלב האם, מכיל חלב הפרה חלבון בכמות הגדולה פי 3 ו- 50% יותר שומן. מדרך הטבע נועד חלב הפרה לעגל, המכפיל הודות לו את משקלו, תוך 47 יום, פי 2, ותוך שנה ב-150 ק"ג.



× חלב הוא האלרגנט הנפוץ ביותר. **כמחצית מאיתנו אלרגים לחלב (במידה מסויימת)**. הסימפטומים עשויים להיות **בעיות נשימה, כאבי בטן ובעיות עיכול** שונות. עם הפסקת צריכתו - חלה הקלה משמעותית בסימפטומים.

× ב- 75% מהמניקות, חלבוני פרה מסוימים (בטא לאקטוגלובולין) מופיעים בחלב שלהן שמונה שעות אחרי שתיית כוס חלב, לאחר שחדרו למערכת הדם ונקלטו ע"י תאי השד. דבר זה **מתבטא בתינוק בכאבי בטן, יציאות רכות ודימום פנימי ממערכת העיכול**.

× בתינוקות בעלי פונטציאל לפתח סוכרת, הנוגדנים ותאי החיסון שנוצרו על מנת לתקוף את הקזאין (אחד מחלבוני הפרה), תוקפים את תאי הבלב ובסופו של דבר מביאים להריסתו, מה שסולל את הדרך להתפתחותה של **סוכרת הנעורים**. דבר זה כבר קורה בהיות התינוק ברחם, כיוון שאת הקזאין הוא מקבל ממחזור הדם של האם (הצורכת חלב-פרה), בו הוא נמצא חופשי.



- × בין היתר גורם החלב למיגרנות, נזלת מטפטפת, דלקות אוזניים, בעיות בדרכי המעיים ואסטמה.
- × ככל שעולה צריכת החלב כך גם גוברים הסיכויים לחוסר בברזל, הופעת אקנה וגרימת ליחה (באנשים רבים) הגורמת להחרפת האסטמה, ברונכיט וסינוסיטיס.
- × צריכת מוצרי חלב גורמת בחולי קרוהן רבים להתקפים ברמה זו או אחרת.
- × הקזאין גורם גם לאלרגיות כרוניות כמו דלקת פרקים שיגרונית וזאבת.

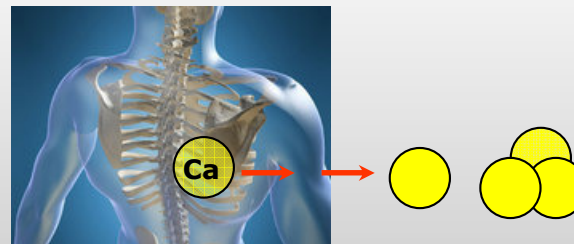
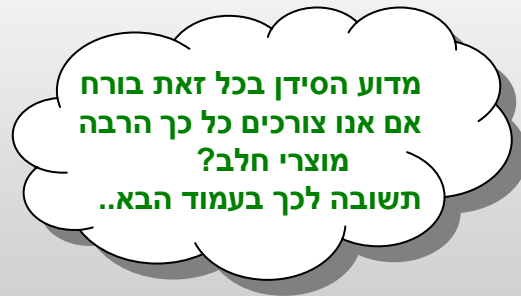


# דוגמאות

× האדם הוא היצור היחיד הממשיך לצרוך חלב מעבר לגיל הינקות ובנוסף מדובר בחלב של יצור אחר! (החתולים לא כלולים משום שהם ביתו ע"י האדם)

× יונקים כמו ג'ירפה, פיל והיפופוטם ועוד, אינם שותים חלב ובכל זאת מצליחים לתחזק מערכת שלד גדולה מזאת של האדם.

× נשים בשבט הבנטו באפריקה יולדות עשרה ילדים, לא שותות חלב ובכל זאת לא סובלות מבריחת סידן. היפניות לא סובלות מבריחת סידן בלי לשתות חלב. בישראל כל אישה חמישית שוברת את אגן הירכיים למרות שרוב הנשים צורכות מוצרי חלב, ואילו ביפן רק אישה אחת מבין 50 שוברת את אגן הירכיים למרות שתזונתן אינה מתבססת על חלב כלל.



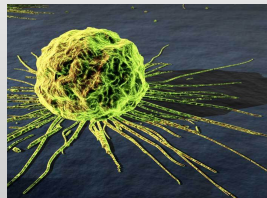
# מתקרים

× ממחקר האחיות שנערך בהווארד, שעקב אחרי יותר מ- 75,000 אחיות במשך תקופה של 12 שנים לא הראה שום שינוי בסכנת הישברות של עצמות אצל אחיות שניזונו ממוצרי חלב. להיפך, **עליה באכילת מוצרי-חלב המכילים סידן קושרה לעליה בשברים בעצמות**. מחקר אוסטרלי הראה אותן תוצאות ומחקרים אחרים נוספים, לא הראו שסידן ממוצרי חלב אכן מגן על העצמות. ◀ [למחקר](#)

★ **המחלבות הישראליות מעוניינות למכור מוצרי חלב ולכן הכניסו לציבור את בהלת הסידן. זו המצאה שיווקית גאונית! עובדה שזה עובד..**

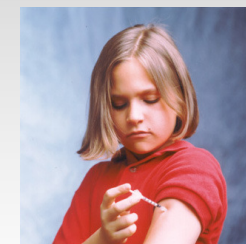
× נמצא קשר בין צריכת מוצרי חלב ולקטוז, **לסרטן השחלות**. ◀ [למחקר](#)

× מצטברות העדויות לקשר שבין צריכת חלב **לסרטן הערמונית**. מספר מחקרים שנערכו בנושא הראו **שכל שצריכת החלב עולה כך גם גוברים הסיכויים להופעת סרטן הערמונית**. ◀ [למחקרים](#)



כבר עשרים שנה מדווחים החוקרים על הקשר בין חשיפה מוקדמת לחלב-פרה, לבין **סוכרת נעורים**. בסקר אפידמיולוגי נחקר הקשר הסטטיסטי האפשרי בין צריכת החלב לבין סוכרת הנעורים. בארצות העולם השונות, במערב ובמזרח, נבדקה כמות החלב הממוצעת לנפש לשנה, על פי הנתונים הקיימים. לאחר מכן נבדקה שכיחות סוכרת נעורים לכל 100,000 תושבי המדינה. את שני הנתונים רשמו על גרף משותף ומצאו התאמה סטטיסטית. **הממצא קובע כי ככל שכמות החלב הנצרכת עולה, גם שכיחות הסוכרת שנמצאה גבוהה יותר.** בארצות בהן צריכת החלב נמוכה, סוכרת הנעורים הינה ממצא נדיר. במזרח אסיה שכיחות סוכרת הנעורים היא מקרה אחד ופחות לכל 100,000. זו גם שכיחות הסוכרת בפקיסטן. ילד פקיסטני שנולד בשנת 1980 באנגליה והחל לאכול את הדיאטה האנגלית היתה לו סוכרת בשכיחות פי 3 מאשר בארץ המוצא. חלפו רק 10 שנים ובסקר שנערך שוב באנגליה בשנת 1990 כבר היתה שכיחות הסוכרת בין הילדים הפקיסטנים פי 12 מאשר בארץ המוצא, וכמעט כמו אצל הילד האנגלי. בסקרים מכווית ומלוב נמצא כי שכיחות הסוכרת עלתה פי 14 בעשר השנים האחרונות. בסקר משנת 1998 נמצאה עליה של כ- 2.9% לשנה בשכיחות הסוכרת במרבית ארצות אירופה. בפינלנד, שהיא המובילה בתחלואת הסוכרת בעולם. הנתונים מדאיגים עוד יותר לגבי עליית מקרי סוכרת הנעורים בילדים עד גיל ארבע, כאן מדובר על "צמיחה" של 6.5% לשנה!!!

x



[למחקר 1](#) ◀ [למחקר 2](#) ◀ [למחקר 3](#)



התחלה    הבא    הקודם

✕ קובץ של מחקרים רבים החושפים את הקשר שבין צריכת חלב ומוצריו לבין השפעתו המזיקה על בריאותנו בתחומים השונים. אותם מחקרים קושרים את החלב עם מחלות כגון: פרקינסון (בגברים), סוכרת נעורים, קטרקט, אוסטאופורוזיס וסוגי סרטן שונים. ◀ למחקרים



★ נקודה מעניינת היא שאנו שומעים רק על אותם המחקרים התומכים בצריכת החלב, אך יש לדעת שרוב המחקרים הללו ממומנים ע"י יצרני החלב עצמם, דבר שעלול להטות כמובן את תוצאות המחקר לטובתם.

## אז מדוע רוב הרופאים והתזונאים בכל זאת עדיין ממליצים לנו על חלב ומוצריו?



"האמינו לי רב רובם של הרופאים אכן רוצים בטובת מטופליהם והם באמת ובתמים חושבים שמה שהם אומרים זו האמת לאמיתה. ההסבר לזה הוא מאוד פשוט ומאוד עצוב. רק 6% מהרופאים לומדים תזונה. אז מה עם כל הדיאטניות? אותם רופאים (6%) והדיאטניות לומדים כמעט את אותו חומר לימוד שנלמד לפני 50 ו-60 שנה. אז באמת חשבו שחלב בריא. לא ברור לי למה תוכנית הלימוד לא מתעדכנת אבל אני בטוח שחלקכם ימצאו את הסיבות אם רק יחפשו."  
(גיא הרדוף - מומחה ברפואה טבעית)

# השקרים והסודות

מועצת החלב, באתר שלה, קובעת ששלוש מנות חלב ביום מסייעות לבניית עצמות חזקות יותר ומאטות את המשך איבוד רקמת העצם. עוד לא היה חולה אחד שהבריא כתוצאה מאכילת מוצרי חלב. ואם זה כל כך טוב, למה הישראלים נמצאים בראש רשימת פגועי העצמות בעולם?

x



"אשה השותה 2 כוסות חלב, כמות הסידן בשתן שלה גבוהה יותר מאשר היה בחלב" (ד"ר אבני)

תנובה מודה: הסידן שבחלב אינו נקלט בגוף!  
ראו מודעת פירסום זו.

x

ד"ר ירמי יצחקי, לשעבר טכנולוג מזון בתנובה וכעת בעל מחלבה ביתית לייצור מוצרי חלב, טוען שמסעי הפרסום הפרו-ביוטיים של יצרניות היוגורט מרמים את הצרכן. "חלק גדול מחיידקי הביו אינם שורדים עד סוף תהליך הייצור והמילוי", הוא אומר, "מכות החום הורגות אותם". קישור.

x



## האכזריות

לפרות יש חלב בעטינים רק לאחר ההתעברות, לצורך האכלת הגור העתיד להיוולד. משום כך מכניסים את הפרות להריון באופן קבוע. בכדי לשאוב את החלב מהפרות, צריך למנוע אותו מהעגלים שנולדים כתוצאה מההריונות.

ההפרדה בין הפרות והעגלים שרק נולדו, גורמת טראומה לפרות ולעגלים.

**לכל הפרות בישראל צורבים מספרים בכוויה על עורן המגולח, כורתים את הקרניים וגוזרים את הפטמות בעטין ללא הרדמה או אלחוש כללי! תוחלת חייהן הטבעית של הפרות היא 20 שנה. ברפתות הן קורסות לאחר 3-4 שנים.**

[קישור תמונות](#)



## העיוות התורשתי

בטח חלקיכם אמרתם לעצמיכם "אבל אם לא יחלבו את הפרות הן ימותו, עקב המשקל הרב אותו הן סוחבות עליהן בעטינים".  
עד לפני כ-20 שנה, היו שואבים מגוף הפרות 7-8 ליטר חלב ביום.  
כיום שואבים מהפרות 30-50 ליטר חלב ביום!  
עליה תלולה זו הושגה באמצעות עיוות תורשתי מואץ של הפרות,  
**הגורם להן למחלות, נכויות וסבל מעצם קיומן!**  
נשיאת החלב והעטינים הכבדים היא קשה ומכאיבה, וגם תהליך  
השאיבה מכאיב. קישור



## זיהום הסביבה ובזבוז

תעשיית החלב צורכת כמויות אדירות של מים, אדמה וצמחייה, בהשוואה לייצור מזון צמחי, ומזהמת את הסביבה בצורה בלתי הפיכה! הפרשות הפרות ואותן הגופות המתות שמייצרת התעשייה, מהווים גורם עיקרי לזיהום מי התהום שאנו שותים ולמפגעים סביבתיים חמורים נוספים, ביניהם: מפגעי נקיון, מוקדי דגירת יתושים ומפגעי ריח בלתי נסבלים.

הפרשה של פרה אחת שקולה ל-20 בני אדם. כלומר, 350,000 ראשי הבקר בישראל מהווים, מבחינת פוטנציאל הזיהום של מקורות מים, שווה ערך למספר התושבים החיים בה.

בין היתר נפיחות הפרות הפולטות לאוויר את גז המתאן בכמויות אדירות, גם הן תורמות תרומה נכבדת להגברת "אפקט החממה" ולהרחבת החור באוזון. [קישור](#)





## הכסף מעל הכל

"חג שמחת החלב" הוא יוזמה שנועדה לעלות את הרווחים הכספיים של המחלבות. את ה"חג" יזמה מועצת החלב, שהיא חברה מסחרית אותה מנהלים נציגי יצרני החלב. מטרתם היחידה היא להרוויח כמה שיותר כסף - וזאת על חשבון בריאותנו, על חשבון הסביבה המקיימת אותנו ותוך התעללות בפרות. קישור



**9/1995** - בתחקיר של רונאל פישר במוסף "סופשבוע" בעיתון מעריב, נחשף כי חברת תנובה הוסיפה לחלב העמיד דל-השומן שלה את הכימיקל די מתיל סילוקסאן (שנחרט בתודעה הקולקטיבית כ"סיליקון") אשר נחשד כחומר מסרטן. קישור

**10/2008** - פורסם כי ביהמ"ש קבע שתנובה הטעתה במזיד את צרכניה ואת הרשויות שהיו אמורות לפקח על מעשיה כדי להגן על בריאות הצרכנים ועל תנובה לשלם 55 מיליון ש"ח פיצוי. קישור

**4/2007** - תביעה ייצוגית נגד "טרה" בסך 50 מליון שקל. הטענה: טרה מטעה צרכנים. החברה שיווקה את משקה היוגורט "you" מבלי שהכיל אומגה 3, למרות ההצהרה על גבי האריזה. [קישור](#)

**8/2007** - תביעה ייצוגית נגד "שטראוס" ו"תנובה" בהיקף של כ-1.33 מיליארד שקל כנגד שטראוס ושל כ-102.4 מיליון שקל נגד תנובה. הטענה: הונאה בפרסום משקאות היוגורט המועשרים בחיידקים פרוביוטיים. בהתבסס על חוות-דעת של פרופ' דניאל רחמילביץ', מומחה לרפואה פנימית ולמחלות דרכי העיכול, כדי להשיג השפעה טיפולית כלשהי באמצעות חיידקים פרוביוטיים, על המטופלים לשתות 135 בקבוקוני יוגורט פרוביוטי ביממה! [קישור](#)

ספרו של ד"ר אריה אבני על נזקי החלב ומוצריו, "עזוב ת'עטינים שלי", הורד ממדפי רשת החנויות סטימצקי עקב לחציה של חברת "תנובה", מחשש לפגיעה ברווחים. [קישור](#)





# קטעי וידאו



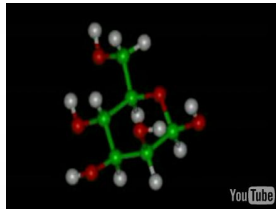
איך הטעו ציבור שלם, שהורמון הגדילה המוזרק לפרות אינו מזיק לאדם.



ד"ר דני קרת שובר את מיתוס הסידן ומדבר על כך שהחלב אינו בריא לעצמות.



**חלב: הסיפור האמיתי**  
**חלק א' חלק ב'**



הקשר בין חלב הפרה למחלת הקרוהן.



ראיונות עם רוברט כהן, המדבר על נזקי הבריאות הרבים שגורמים החלב ומוצריו.



על ההורמונים שבחלב ועל הקשר שלהם לסוגי הסרטן השונים.



מספר תובנות על כך שהחלב לא בשבילנו..

↑ **להצגת הקטע יש להקליק על התמונה.**



על ההריון הכפוי והפרדת העגל מאימו.

# מקורות

1. ספרו של ד"ר אריה אבני - "עזוב ת'עטינים שלי" (מומלץ מאוד!)
2. החלב מסוכן - עפ"י ד"ר דני קרת
3. ומה יהיה על הסידן? - עפ"י ד"ר ראובן ברק
4. הקשר בין מוצרי החלב לבין בריאותינו ובריאות השיער - עפ"י ד"ר יעל אבנון
5. איך משפיע חלב-פרה על בריאותך
6. ישראלבולף - האתר שמגלה לכם מה שהתקשורת מתאמצת להסתיר ממכם
7. כל האמת על מוצרי חלב - גיא הרדוף מומחה ברפואה טבעית
8. שיר פרידמן כותבת על "שמחת החלב" במקומון ר"ג - גבעתיים
9. כתבות ותחקירים על תעשיית החלב
10. גאמנון - על חלב ומוצריו



רק בריאות שיהיה לנו..



**אנא העבירו מצגת זו לכמה שיותר אנשים.  
אל תסתירו את המידע החשוב שהוצג לכם כאן מן  
הציבור התמים שאינו יודע עד כמה בריאותו בסכנה!**