

Komjolk är perfekt föda för kalven!

Komjolk innehåller allt från aktiva hormoner, allergener, fett, kolesterol, proteiner, kolhydrater (laktos), till mätbara värden av herbicider, pesticider, dioxiner, antibiotikarester, bakterier och radioaktivt avfall. Utöver detta kan man finna stora mängder med tillväxtfaktor IGF-1 i mjölken som normalt behövs för snabb tillväxt av kalven (källa: notmilk.com).

Om man betänker att människan är det enda däggdjuret som diar ett annat däggdjur i vuxen ålder, kan man se laktosproblematiken med helt andra ögon. Enzymet laktas finns i riktiga mängder, så länge avkomman diar sin moder och enzymproduktionen avtar därefter i snabb takt. Laktos är sammansatt av två sockerarter – glukos och galaktos – vilket betyder stora matsmältningsproblem för människor som inte förmår sönderdela laktosen. Intoleransfenomen uppstår som leder till en ny industrigren – laktosfria produkter, en snabbt växande marknad.

Vad innehåller komjolk generellt?

Vatten	Fett	Kasein	Övrigt protein	Övrigt
87 %	3,25 %	4 %	1 %	4,75 %

Vatten – jämfört med mjölkpriset ett ganska dyrt vatten

Fett – ett animaliskt fett (triglycerid) som till en tredjedel består av omättad fettsyra

Kasein – komjölksprotein, ett starkt slembildande protein som betraktas som en kraftfull allergen

Vassle - proteinet är mera lättsmält för människan, men utgör endast en ringa del av innehållet

Övrigt - allt från hormoner/vitaminer, kolesterol till mineraler, kemikalierester, virus och bakterier

Man har beräknat att människokroppen måste producera 153 olika antikroppar för att freda sig mot mjölkens beståndsdelar (källa: Peter Wilhelmsson, Näringsråd och Näringsrön).

Industriell hantering av råvaran

Människan använder långt ifrån den mjölken som kommer ur kons spenar. Innan den hamnar i glaset på bordet, har den som näringsämne, genomgått en brutal misshandel genom pastörisering, separering, homogenisering, standardisering och vitaminisering.

Pastörisering

Metoden är en värmebehandling av mjölken, för att oskadliggöra skadliga mikroorganismer och därmed förlänga produktens hållbarhet. Olika industriella metoder

har utvecklats för ändamålet. Vid svenska mejerier pastöriseras produkterna enligt följande:

- Mjök pastöriseras vid 76 grader
- Vispgrädd vid 86 grader
- Smör pastöriseras två gånger vid 86 grader

HTST – High Temperature Short Time – är den vanligaste värmebehandlingen. Den sker under 15-40 sekunder, vid en temperatur på 72-78 grader. Mjök och yoghurt som ska användas till ost, upphettas ibland upp till 95 grader.

Man anser att pastöriseringen påverkar de värmekänsliga delarna i mjölken som vassleproteiner, vissa enzymer och vattenlösliga vitaminer.

UHT – Ultra High Temperature – är en steriliseringsmetod som medför lagring av mjök under lång tid. Produkterna upphettas till 135 – 145 grader under 2-4 sekunder, vilket fullständigt förstör antimikrobiella kvaliteter som enzymerna lactoperoxidas, lysozym, lactoferrin och immunoglobuliner.



Romulus och Remus diar varghonan

Lactoperoxidas – är ett enzym som finns i obehandlad mjök som i kombination med andra i mjölken förekommande substanser, har en bakteriehämmande effekt

Lysozym – tillhör en familj enzymer med förmåga att sönderdela cellväggar hos bakterier

Lactoferrin – finns i däggdjursmjök och är en del av immunsystemet i kroppen. Har erkänt hög antibakteriell verkan.

Immunoglobuliner – antikroppar som produceras av immunförsvaret. Överförs till avkomman via modersmjök.

Kalcium och magnesium i komjök

Doktorn har för vana att rekommendera intag av mjök för att förhindra urkalkning (osteoporos). Han har såtillvida rätt att komjölken innehåller 3 gånger mer kalcium än bröstmjök. Självklart innehåller komjölken alla de mineraler en organism under uppväxt behöver, anpassat till sin egen avkommas behov. Kalven måste växa fort och bli stark för att undkomma rovdjuren och överleva!

Problemet med kalciumupptaget är bara det att dess broder, mängden magnesium, reglerar kalciumets upptag. Detta sker i förhållandet tre för Ca mot ett för mg, vilket ger ungefär elva procents upptag av kalcium från mjölken. Rådet borde vara att äta mera av t ex lättkokt broccoli eller liknande grönsaker, för att optimera kalciumupptaget. Därför kan man hitta omfattande osteoporos i länder med hög mjölkkonsumtion! **Svensk kvinna dricker mest mjök i världen – svensk kvinna tillhör de mest urkalkade i världen – kan det sägas bättre?**



IGF-1, Wiki

Tillväxtfaktorer i mjölk

För att trygga avkommans tillväxt, innehåller all mjölk anabola hormoner. Man har identifierat upp till 59 olika hormoner. Steroidhormoner som är fettlösliga, har en stor förmåga att överleva upphettning och kan påverka händelser med sin kemiska signalverkan, innan de sönderdelas. Ett intressant hormon är IGF-1, insulinliknande tillväxtfaktor-1. En av naturens märkliga drag är att faktorn är identisk för både

människor och kor.

IGF-1 har tillsammans med tillväxthormon en tillväxtstimulerande verkan på nästan alla celler i kroppen. Den produceras huvudsakligen i levern och finns i kroppen under hela livet. Som namnet antyder, kan substansen även påverka insulinreceptorer på cellernas yta. Hormonet anses vara en "bränslecell" för utveckling av troligtvis alla cancerformer, särskilt bröst-, prostata- och tjocktarmscancer.

Homogeniseringsprocessen

Begreppet omfattar en industriell process, där grädden ska förhindras från att flyta upp till ytan för att klumpa ihop sig. Det är normalt sett en naturlig åldringsprocess för mjölken. Då syns hur länge den naturliga mjölken har stått och man kan således bedöma mjölkens ålder. Ett par dygn senare brukar mjölken surna, dvs att mjölksyrebakterierna har vuxit till sig så pass att mjölken blir syrlig och konserveras på så sätt.

Vid homogenisering omvandlas stora fett droppar till många små genom att mjölken under högt tryck och med hög hastighet pumpas genom ett litet hål ut i ett normaltjockt rör. Genom behandlingen får alla fettkulor samma storlek och kan med andra ord inte längre stiga till ytan. Homogenisering ger en fylligare smak. Ur näringssynpunkt har homogeniseringen ingen större betydelse – så uttrycker man sig på www.svenskmjolk.se

Att med våld slå sönder en stor fettmolekyl, kan inte kontrolleras. Sönderslagna fettmolekyler måste med nödvändighet vara mindre än själva den ursprungliga molekylen som inte kan tränga igenom tarmbarriären och tränga in i blodomloppet. Men vad händer med urskillningslöst sönderslagna molekyler? Enzymatiska verktyg måste helt enkelt vara desorienterade, då den förutbestämda klyvningsmekanismen är förändrad. Följden blir att dessa hamnar i blodomloppet eller blockerar näringsupptaget! Vad som än händer, är lika illa!

Syrade mjölkprodukter

Vanlig mjölk, alla filprodukter och crème fraîche både homogeniseras och pastöriseras. Först tar man bort alla nyttiga bakterier och sedan tillsätter man en bakteriekultur som namnger produkten. Som det ser ut just nu är alla filmjölkprodukter homogeniserade och pastöriserade till 90 grader och ofta dessutom

sockrade – det enda nyttiga är de tillförda bakterierna. Varför är det så, när mjölk-syrning är en erkänd bra konserveringsmetod?

Kolesterolfälla

Våra livsmedelsmyndigheter och även hälsomyndigheter propagerar för kolesterol-fattig kost, för att förhindra hjärt/kärlsjukdomar. Dricker man tre glas mjölk per dag, tillför man kolesterol till en mängd som motsvarar innehållet i 53 skivor bacon! Jag antar på god grund att någon inte läst på ordentligt! Har du träffat på någon doktor som rekommenderar intag av 53 skivor bacon till frukost?

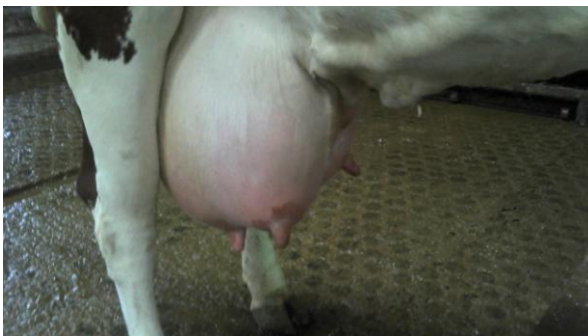
Vilka konsekvenser kan barn och vuxna utsättas för, genom tillförsel av industriellt manipulerad komjök?

Modern marknadsföring kännetecknas av att medvetet påverka medborgaren att endast godta de positiva omdömena av annonsvaran. I fallet komjök använder man "nära naturen" som mantra och ger således komjölken en kvalitetsstämpel, utan att behöva belägga detta. Vem skulle tro att produkten man säljer skulle kunna åstadkomma negativa hälsoupplevelser? Läser man noga igenom det vi har anfört i dokumentet och söker belägg för mina påståenden i litteraturen, kan man bli mörkrädd för mindre! Särskilt över utsattheten av späd- och småbarn.

Dagens mjölk och mjölkprodukter har befunnits vara en av orsakerna till många, namngivna civilisationssjukdomer. Följande viktiga problemområden kan anges:

- ✓ **Allehanda matsmältningsproblem, från laktoskänslighet till proteinintolerans, IBS, Crohns sjukdom och tjocktarmsproblem**
- ✓ **Övervikt och fetma - tänk, man blir inte fet av fett**
- ✓ **Allehanda allergier - bland annat ständig utsatthet för kemikalierester**
- ✓ **Astma, särskilt ansträngningsastma hos barn**
- ✓ **Hjärt/kärlsjukdomar – tänk kolesterolmyten**
- ✓ **Beteendestörningar – glukosbrist i hjärnan leder till skador**
- ✓ **Antibiotikaresistens – 52 identifierade substanser**

Djurens rätt till ett drägligt liv!



Sist men inte minst måste vi ifrågasätta den exklusiva rätten människor har tagit sig att förändra djurens förutsättningar och utnyttja deras oförmåga att kunna stå emot dessa förändringar. Summan av en organisms egenskaper är alltid den samma, även om man renodlar en enda egenskap som mjölkproduktion hos kossor. Tänk bara vad de måste stå ut med – de flesta behöver en

särskild sorts BH för att kunna röra sig! Deras öde är förvisso att tjäna oss människor som husdjur, men därför behöver de inte plågas!

Det finns ett sätt att hjälpa dem – avstå från mjölk och mjölkprodukter! För deras och din egen hälsas skull!