

הלב: הגורמים האחרים הם — תורשה, לחץ דם גבוה, מצבי מתיחות ועישון. שיגיון האנטי-שומן, אנטי-כולסטרול הוא לא רק טפשי וחסר-תועלת אלא אף מסוכן במידת מה.

כאשר מטילים איסור על סוגים מסויימים של מזונות שבתפריט צריך להחליפם באחרים המכילים אותם חומרי התזונה או להשלים את החסר ע"י צריכת תוספות מסויימות כדי שהתזונה תהא מספקת. לשם כך דרושה ידיעה מדויקת של הערך התזונתי בכמויות ספציפיות של מזונות רבים, וכאן טמונה הסכנה. אדם המשולל ידיעה זו, המחליט להתנזר ממזונות מסויימים, מבלי לאכול אחרים תחתם, מסכן את בריאותו מכיוון שהוא שולל מגופו חומרים חיוניים.

הענין הרב שמגלה הציבור הרחב בבעיות תזונה, מראה כי יש התעניינות בריאה מצדו. התעניינות זו יש לכוון, כדי שלא תפנה לרדיפה חסרת שחר אחרי מטרות מפוקפקות, אלא למטרה חשובה, הניתנת להשגה ברוב המקרים, והיא השמירה על משקל גוף נורמאלי.

עודף משקל הוא אחד הגורמים הרציניים ביותר במחלות רבות, והשמנה ניתן למנוע ע"י הימנעות מאכילת קלוריות בשיעור העולה על דרישות הגוף.

גילויי-דעת של ההסתדרות

הרפואית האמריקאית

מיום 12 באוקטובר 1962

(הועתק מ"הוארדט דיירימן", 25 נובמבר 1962)

אי פעם יתכן והמדע יצליח לגלות דיאטה שתמנע מחלות לב, אך כנראה שתגלית כזו היא חזון לעתיד רחוק מאד. על מנת לגלות את הדיאטה שעשויה להפחית את מקרי המוות ממחלות לב וכלי הדם, ייאלצו החוקרים לחכות דור שלם כדי להיווכח שאמנם בתסמונה היא.

"כדי לבחון תיאוריה כזו בצורה מספקת יש צורך במחקר ארוך ורבי-היקף" — אלה הם דבריו של קצין רפואי ראשי לוטר ל. טארי. "מאחר שאנשי המדע אינם יודעים אפילו אם מחקר עצום כזה של שינוי הרכב התזונה יוכל להיערך, יש לברר קודם כל נקודה זו. לשם כך, אומר הוא, הוקמו חמישה מרכזי מחקר שיתחילו לפעול במשולב בשנה זו כדי לברר את אפשרויות הפעולה. גם מחקר פראלימינארי זה יאריך כשנתיים".

בינתיים עשוי המדע המתקדם לגלות גורמים אחרים שחשיבותם לגבי מחלות לב היא רבה יותר, מאשר הכולסטרול. לדוגמה: נבדקת עתה השפעת סוגי הפחמימות וכמויותיהן, כגון סוכרים ועמילנים, ויש הוכחות מסויימות שהם עלולים להופיע כגורמים בתהליכי מחלות אלו.

בעת ובעונה אחת עוסקים חוקרים אחרים בחיפוש אחר דרכים אחרות בהפחתת הכולסטרול. יש מומחים הסוברים כי תרופות מסויימות תתגלנה כיעילות ביותר למטרה זו.

יש לזכור עוד כי רמת כולסטרול גבוהה בדם היא רק אחד הגורמים המעורבים במחלות

זו ט ו ת

באנגליה הומצא מכשיר לבדיקת החלב, הפועל לפי העיקרון של קרני אינפרא-אדום, ובעזרתו אפשר לבדוק תוך דקה אחת את תכולת השומן, החלבון, הלקטוז והמח"ש במידגם החלב. המכשיר נבדק עכשיו ע"י המכון לחקר משק החלב שבירדינג, ומניחים שעד אוקטובר חסתיים בחינת המיתקן והוא יוצע לשימוש בשדה ובמחלבות.

זה כמעט 30 שנה שממשלת ארה"ב מנסה להנמיך את התפוקה החקלאית עד לרמות מסויימות ואינה מצליחה בכך. זה למעלה מ-40 שנה שהממשלה הסוביאטית עושה מאמצים להגדיל את התפוקה החקלאית ולהעלותה עד כדי סיפוק רמת-צריכה מסויימת, ואף היא נכשלה. לא ייארכו הימים ואפשר יהיה להסיק את המסקנה שהממשלות בדרך כלל אינן מבינות ולא כלום בכלכלת החקלאות.