

Осторожно - опасные для жизни продукты

Забываясь о безопасности, мы ставим на двери крепкие замки и учим детей обходить стороной темные переулки. И даже не задумываемся, что каждый день во время завтрака, обеда и ужина нешуточно рискуем. Содержимое наших холодильников может быть опасно для здоровья. Большая часть продуктов не соответствует стандартам качества. Ни крупные супермаркеты, ни разрекламированные бренды не являются гарантией безопасности.

Кишечная палочка в сахаре

От одного упоминания об Общенациональной ассоциации генетической безопасности даже самые солидные российские производители пищевых продуктов начинают покрываться красными пятнами. Беспокоиться есть о чем. Члены ОАГБ зачастили в столичные магазины вовсе не потому, что любят поесть. Специалисты делают контрольные закупки продуктов, отправляют образцы в независимые лаборатории, а результаты исследований громко оглашают при большом скоплении прессы.

«Нельзя быть здоровым, питаюсь нездоровой пищей. На нашем продовольственном рынке сейчас полнейший беспорядок. Сделано все, чтобы контроль безопасности был сведен к нулю, - возмущается президент ОАГБ Александр Баранов. - Исчезли многие инспектирующие государственные органы и структуры, которые были призваны охранять потребителей. Оставшиеся не в состоянии охватить все предприятия. Из-за этого на прилавках - вал некачественных продуктов. И мы с вами вынуждены кушать то, что есть. При этом власти твердят, что у нас хорошие строгие законы. В реальности же производителям дешевле заплатить штраф, чем налаживать какую-то систему контроля или специальной маркировки. Хотя все прекрасно понимают, что с развитием общества возникает все больше рисков. Они нарастают из года в год».

Недавно ОАГБ в очередной раз шокировала общественность. На этот раз проверялось сгущенное молоко из торговых сетей «Седьмой континент», «Перекресток» и магазинов шаговой доступности, а также мясо, продаваемое на московских рынках «Черемушкинский» и «Выхино». Из 12 видов изученного сгущенного молока у 80 процентов образцов было выявлено несоответствие санитарным стандартам. В 40 процентах обнаружены опасные для человека микроорганизмы.

В сгущенке пяти производителей нашли кишечную палочку (сгущенное молоко на фруктозе, ЗАО «Белок», молоко цельное сгущенное с сахаром «Главпродукт», ЗАО «Верховский молочно-консервный завод», сгущенное молоко с сахаром «Веселый молочник», ООО «Аннинское молоко»). В одном образце возбудитель смертельно опасной болезни - бутулизма (молоко цельное сгущенное с сахаром «Главпродукт» ЗАО «Верховский молочно-консервный завод»).

Все восемь образцов мяса, закупленных на рынке «Выхино», не соответствовали санитарным требованиям. В одном образце свиной вырезки была обнаружена сальмонелла, вызывающая тяжелое заболевание - сальмонеллез.

Элементарные частицы

Опасные микроорганизмы лишь вершина айсберга вредоносных компонентов в нашей тарелке. Приглядимся поближе. Чего только не попадает в продукты на этапе производства или выращивания!

Например, тяжелые металлы. Они вызывают рак, катаракту, двигательные расстройства, губят печень, щитовидную железу, нервную систему. Радионуклиды могут спровоцировать раковые заболевания, а еще лейкозы, аденому щитовидной железы, ишемическую болезнь сердца. Наличие радионуклидов в питании беременных женщин может привести к рождению детей с врожденными пороками развития.

Некоторые консерванты способствуют возникновению злокачественных новообразований, заболеваний кишечника, печени и почек, кожных болезней. Сходные риски связаны с употреблением стабилизаторов и красителей. Употребление некоторых подсластителей может вызвать заболевания нервной системы, задержку умственного развития у детей. Ароматизаторы способны вызывать астму, аллергические реакции, псориаз. Пестициды и гербициды ведут к нефритам, гепатитам, онкологическим заболеваниям, поражают детородные функции мужчин и женщин, ослабляют иммунитет. Нитраты и нитриты вызывают отравления, раковые заболевания, анемию. Их присутствие в питании беременных женщин может привести к выкидышам. Микроорганизмы (например, дрожжи и плесень) при превышении норм их содержания в продукте могут вызывать накопление в организме токсичных веществ, приводящих к дисбактериозу, нарушению обмена веществ.

Пищевые добавки

В любой химически синтезированной пищевой добавке, сколько бы ни писали, что она идентична натуральной, есть определенный процент химических загрязнений, которые влияют на здоровье.

Официально на территории России запрещены: красители E-121 (цитрусовый красный) и E-123 (амарант), консервант E-240 (формальдегид). С 2005 года запрещены также консерванты E-216 и E-217.

Всемирная организация здравоохранения и специальная комиссия Европейского союза по безопасности продуктов питания разработала список опасных добавок.

Генетические «мутанты»

Генетически модифицированные культуры - организмы, в генетический аппарат которых встроен ген или группа генов, не свойственных данному организму. Судачат о «мутантах» много и разное. Иногда совершенно противоположное. Так что же это за зверь? Говоря простым языком, берутся гены рыбы (бактерии, насекомого) и вставляются в растения. И вот нашим помидорам теперь заморозки не страшны, а картошку колорадский жук не жрет. Каково помидорам от этих экспериментов - неизвестно. Ясно одно - в природе рыбы не спариваются с растениями. Работа всех генов в любом организме скоординирована. Чужеродный - вносит разлад.

Весной этого года в Париже состоялась пресс-конференция группы ученых из Комитета по независимой информации и исследованиям в области генной инженерии. Они провели независимую проверку трансгенной кукурузы MON863 от компании «Монсанто». Эта ГМ-культура содержит ген земляной бактерии, способствующий выработке токсина, отпугивающего вредителей. Продукт оказался токсичным для печени и почек. Трансгенная кукуруза MON863 была одобрена в России еще в 2003 году.

Что китайцу хорошо, то русскому - смерть

Специалисты ОАГБ уверены, что хорошие продукты иногда тоже приносят вред. «Мы исходим из того, что все люди биологически разные, - объясняет Александр Баранов. - Существуют расовые и национальные различия. Связь с едой здесь прямая. В процессе эволюции наша биохимия и физиология приспособились к условиям проживания и к определенной структуре питания.

Возьмем Крайний Север России. Если вы будете кормить эти народы растительным белком, к которому их организм не привык и в полной мере не переваривает, то они погибнут. Потому что, живя в условиях Севера, они приспособлены потреблять жиры, которые спасают и помогают выжить, особенно в зимний период. А южанам не пойдет

на пользу слишком жирная еда. У них крен в сторону растительной пищи. Центральные районы - разумное сочетание и того, и другого».

Ожесточенные баталии идут вокруг сои. С одной стороны, 20 процентам населения страны соя показана по медицинским показателям. С другой - пришедший из Юго-Восточной Азии продукт содержит фитогормон. По наблюдениям врачей, он тормозит половое развитие у мальчиков, а девочек подталкивает к раннему созреванию. Соя сильно влияет на поджелудочную железу и желудочно-кишечный тракт.

Постоянно увеличивается процент людей, страдающих аллергией на сою. Причем наблюдается эффект накопления. Данные по Москве таковы: если детей с раннего возраста кормить соевыми продуктами, в 16-17 лет аллергия появляется у 70 процентов.

В то же время увлечение соевым соусом и восточной кухней не думает ослабевать. Что касается суши и сашими, по данным Всемирной организации здравоохранения, именно Япония и Китай занимают первое место по заражению гельминтозом. В России особых проблем с паразитическими червями никогда не было. Теперь есть.

Креветки и осминожки нам тоже исторически противопоказаны. Традиционны для средней полосы: речная рыба, мясо, репа, лук, черемша, капуста, грибы, мед, молоко, каши.

На ум упорно приходит колбаса. Но, увы, в данном случае коммерция бежит впереди безопасности. В большинство колбас сегодня кладут ту же сою. Она втягивает в себя воду, за счет чего вес исходящей продукции увеличивается в шесть раз.

Спасение утопающих - дело рук...

«Учитывая все риски, о которых шла речь, мы разработали систему добровольной сертификации в плане биологической безопасности, - рассказывает Александр Баранов. - Идея была такова - выпустить специальный знак «Биологически безопасно». Если ты видишь в магазине упаковку с этим знаком, значит, продукт проверен по всем возможным показателям и не содержит вообще никаких веществ, несущих даже потенциальную опасность. Как только обнаруживается нарушение норм безопасности, знак снимается. Мы пришли к производителям, изложили идею, пояснили цель (забота о здоровье потребителя) и получили четкий ответ: «А нам это зачем?».

Если вы хотите питаться безопасно, вооружитесь лупой, тщательно изучайте этикетку, выбирайте продукты, которые хранятся максимум три дня и голосуйте за добросовестных производителей собственным кошельком.

Других вариантов пока нет.

На нашу просьбу прокомментировать результаты испытаний ОАГБ компания «Вимм-Билль-Данн Продукты Питания», являющаяся владельцем торговой марки «Веселый молочник», не откликнулась.

ОПАСНЫЕ ДОБАВКИ

Опасные красители

E102, E110, E120, E124

Канцерогены

E103, E105, E110, E121, E123, E125, E126, E130, E131, E142, E152, E153, E210, E211, E213 - E217, E231, E232, E240, E251, E252, E321, E330, E431, E447, E900, E905, E907, E952, Аспартам

Мутагенные и генотоксичные

E104, E124, E128, E230 - E233, Аспартам

Аллергены

E131, E132, E160b, E210, E214, E217, E230, E231, E232, E239, E311 - E313, Аспартам

Нежелательно астматикам

E102, E107, E122 - E124, E155, E211 - E214, E217, E221 - E227

Нежелательно людям, чувствительным к аспирину

E107, E110, E122 - E124, E155, E214, E217

Влияют на печень и почки

E171 - E173, E220, E302, E320 - E322, E510, E518

Нарушение функции щитовидной железы

E127

Приводят к заболеваниям кожи

E230 - E233

Раздражение кишечника

E220 - E224

Расстройство пищеварения

E338 - E341, E407, E450, E461, E463, E465, E466

Неправильное развитие плода

E233

Запрещено грудным, нежелательно маленьким детям

E249, E262, E310 - E312, E320, E514, E623, E626 - E635

Влияет на уровень холестерина в крови

E320

Разрушают витамины в организме

B1 - E220, B12 - E222 - E227, D - E320, E - E925