

GORKA ISTINA O VJEŠTAČKOM ŠEĆERU

Aspartam, vještački šećer izaziva veoma ozbiljne simptome, od gubitka pamćenja pa do tumora na mozgu. Iako odobren od američkog Zavoda za Zaštitu Zdravlja (US FDA) kao bezbjedan dodatak za hranu, aspartam je jedna od najopasnijih supstanci kojoj su ljudi ikada bili izloženi.

Izvod ovog teksta je preuzet iz magazina Nexus,

[Volume 2, #28](#) i [Volume 3, #1](#)

Vebsajt: www.nexusmagazine.com

Autor originalnog teksta: Mark D. Gold

Aspartame je tehničko ime za vještački šećer koji je takođe poznat pod fabričkim imenima - NutraSweet, Equal, Spoonful, Equal-Measure itd. Aspartam je otkriven slučajno 1965.g. kada je James Schlatter, hemičar G.D. Searle kompanije testirao jedan lijek protiv čira na želucu.

Aspartam je odobren za upotrebu u hrani 1981.g. a u napitcima 1983.g. Ta supstanca bila je prvi put odobrena za konzumiranje još 26 jula, 1974, međutim, u augustu 1974.g. bila je uložena jedna žalba od strane Dr John W. Olney, naučnika na polju neurologije i James Turner-a, advokata američkog Zavoda za Zaštitu Potrošača, što je zajedno sa rezultatima istrage istraživačkih procedura kompanije G.D. Searle dovelo do toga da FDA povuče dozvolu za upotrebu aspartama, u decembru 1974.g. Kasnije, 1985. g. kompanija Monsanto je kupila firmu G.D. Searle koju je nakon toga podijelila na dvije odvojene, subsidijarne kompanije, Searle Pharmaceuticals i The NutraSweet Company.

Aspartam je daleko najopasnija supstanca na tržištu koja se nalazi u hrani i napitcima (i tzv. "sugar-free" žvakaćim gumama, prim. prev.) On je odgovoran za preko 75% prijava štetnih efekata dodataka za hranu, koje su podnjete američkom Zavodu za Zaštitu Zdravlja (FDA). Mnoge od tih reakcija su veoma ozbiljne, uključujući gubitak svijesti i smrt, kao što je to objavljeno još u februaru 1994.g. u izvještaju Zavoda za Zdravlje i Zdravstvene Usluge (Department of Health and Human Services).⁽¹⁾ Nekoliko od 90 različitih zabilježenih simptoma izazvanih od strane aspartama, koji su navedeni u ovom izvještaju uključuju:

glavobolja/migrena, vrtoglavica, gubitak svijesti, mučnina, utrnulost, grčenje mišića, povećanje težine, osip na koži, depresija, zamor, razdražljivost, ubrzanje rada srca, nesanic, problemi sa vidom uključujući i gubitak vida, gubitak sluha, palpitacija srca, smetnje kod disanja, napadi nemira i panike, smetnje u govoru, gubitak ukusa, vrtoglavica, tinitus, gubitak pamćenja i bolovi u zglobovima.

Prema naučnicima koji su radili na proučavanju sporednih efekata aspartama, sljedeće hronične bolesti mogu da budu prouzrokovane, podstaknute ili pogoršane u slučaju konzumiranja ove supstance:[\(2\)](#)

tumori na mozgu, multipla skleroza, epilepsija, sindrom hroničnog zamora, (chronic fatigue syndrome, prim. prev.) parkinsonova bolest, alchajmerova bolest, mentalna retardacija, limfoma, deformacije kod novorođenčadi, fibromijalgija i dijabetes.

Aspartam se sastoji od tri hemikalije: aspartamska kiselina, fenilalanin i metanol. U knjizi, *Prescription for Nutritional Healing*, (autori James i Phyllis Balch), aspartam je svrstan u kategoriju "hemijskih otrova." Kako ćemo vidjeti, to je upravo ono što on i jeste.

ASPARTIČNA KISELINA (40% ASPARTAMA)

Dr Russell L. Blaylock, profesor neurohirurgije na Medical University of Mississippi, nedavno je objavio knjigu u kojoj je detaljno opisao poremećaje koji nastaju ingestijom aspartične kiseline koja se nalazi u aspartamu. [devedest devet posto od natrijum glutamata (monosodium glutamate - MSG) je glutamična kiselina. Oštećenja koja ona prouzrokuje takođe su dokumentirana u Blayloc-ovoj knjizi (natrijum glutamat, kojeg mnogi od nas svakodnevno unose u svoj organizam uz pomoć Vegete i sličnih dodataka jelima, osim što poboljšava njihov ukus, istovremeno i uništava naše nervne ćelije, jer spada u grupu nervnih otrova, prim. prev.)] Blaylock nam u svojoj knjizi, uz pomoć od skoro 500 naučnih bilješki pokazuje kako suvišne ekscitativne amino kiseline kao što su aspartična kiselina i glutamična kiselina, koje se nalaze u našoj hrani, prouzrokuju veoma ozbiljne hronične nervne poremećaje kao i cijelu jednu pletoru drugih akutnih simptoma.[\(3\)](#)

KAKO ASPARTAT (I GLUTAMAT) UZROKUJU OŠTEĆENJA

Aspartat i glutamat djeluju kao neurotransmiteri u mozgu omogućavajući prenos informacija od jedne nervne ćelije do druge. Ukoliko se u mozgu nalazi prevelika količina ovih supstanci, to dovodi do smrti određenih nervnih ćelija usljed stvaranja uslova za ulazak povećanih količina kalcijuma u te ćelije. Ulaskom kalcijuma u ćelije, u njima dolazi do oslobađanja većih količina slobodnih radikala koji onda prouzrokuju smrt ćelije. Oštećenja nervnih ćelija mogu biti izazvana od strane suvišnog aspartata ili glutamata i zbog toga se ove supstance nazivaju – "ekscitoksinima". Oni "nadražuju" ili stimulišu nervnu ćeliju sve dok ona ne umre.

Aspartična kiselina je jedna amino kiselina. U svojoj slobodnoj formi (kada nije vezana za proteine) ona prouzrokuje značajno povećanje nivoa aspartata i glutamata u krvnoj plazmi. Suvišna količina aspartata i glutamata u krvi, kratko nakon ingestije aspartama ili glutamične kiseline (prekursora glutamata) dovodi do visoke koncentracije ovih neurotransmitera u određenim dijelovima mozga.

Krvna moždana barijera, koja normalno štiti mozak od suvišnog glutamata i aspartata kao i drugih toksina 1) nije potpuno razvijena za vrijeme djetinjstva, 2) ne pruža potpunu zaštitu svih dijelova mozga, 3) može biti oštećena posljedicama mnogih hroničnih i akutnih oboljenja, i 4) čak i kad je neoštećena, može ponekad da dozvoli da suvišni glutamat i aspartat "procure" u mozak.

Taj suvišni glutamat i aspartat polako počinju da razaraju neurone. Velika većina (75% i više) nervnih ćelija u određenom području mozga biva usmrćena prije nego što bilo kakvi

klinički simptomi hroničnog oboljenja dođu do izražaja. Neke od mnogih hroničnih bolesti za koje je dokazano da su potpomognute ili uzrokovane dugoročnim izlaganjem ekscitatornim aminokiselinama su:

Multipla skleroza (MS), Alchajmerova bolest, sindrom nedostatka pažnje kod djece (Attention Deficit Disorder, prim. prev.), gubitak memorije, hormonalni problemi, gubitak sluha, epilepsija, parkinsonova bolest, hipoglikemija, AIDS demencija, oštećenja na mozgu i neuro-endokrini poremećaji.

Ekscitoksini predstavljaju veliku opasnost za novorođenčad, djecu, trudnice, starce i ljude koji pate od određenih hroničnih bolesti. Čak je i Federacija Američkih Društava za Eksperimentalnu Biologiju (FASEB), koja inače zastupa sličnu 'partijsku liniju' kao i FDA, nedavno saopštila u jednom svom izvještaju da "bi gravidne žene, novorođenčad i djeca trebali izbjegavati korištenje dodataka za hranu koji sadrže L-glutamičnu kiselinu. Postoji mnogo dokaza o potencijalnim endokrinim poremećajima kao npr. povećanje nivoa kortizola i prolaktina, kao i različiti efekti kod muškaraca i žena, koji potvrđuju tu vezu sa endokrinim sistemom i sugerišu da dodatno unošenje L-glutamične kiseline treba da se izbjegava od strane žena sposobnih za trudnoću i individua sa afektivnim poremećajima."⁽⁴⁾ Aspartična kiselina iz aspartama ima iste štetne osobine kao i glutamična kiselina.

O istinskom mehanizmu nastanka akutnih reakcija na suvišni glutamat i aspartat još uvijek se vodi jedna debata. Prema izvještaju FDA, te reakcije uključuju simptome kao što su:⁽⁵⁾ glavobolja/migrena, mučnina, bol u stomaku, zamor (blokira ulazak glukoze u mozak), nesanicu, problemi kod vida, napadi nemira, depresija, i astma/bol u grudima.

Jedna od najčešćih žalbi ljudi koji pate od štetnih posljedica aspartama je gubitak pamćenja. Ono što je ovdje ironično, to je da je kompanija G.D. Searle još 1987.g. poduzela jedno opsežno istraživanje čiji je cilj bio otkrivanje sredstva koje je trebalo liječiti gubitak memorije usljed oštećenja prouzrokovanih od strane ekscitativnih aminokiselina. Blaylock je samo jedan od mnogih naučnika i doktora koji su posvetili pažnju poremećajima nastalim usljed konzumiranja aspartama i MSG-a (natrijum glutamata). Među one eksperte koji su glasno upozoravali javnost na štetnost uzimanja aspartata i glutamata spadaju i Adrienne Samuels, Ph.D., eksperimentalni psiholog, Olney, profesor psihijatrije na School of Medicine, Washington University, koji je ujedno i jedan od najvećih svjetskih autoriteta što se ekscitoksina tiče. (On je još 1971.g. obavjestio kompaniju Searle da aspartična kiselina prouzrokuje rupe u mozgu kod miševa.) Tu takođe uključujemo i Francis J. Waickman-a, M.D. (Doktor Medicinskih Nauka, prim. prev.), dobitnika priznanja the Rinkel and Forman Awards, koji je priznati stručnjak na području pedijatrije, alergije i imunologije.

Tu su takođe i: John R. Hain, M.D., forenzički patolog, i H.J. Roberts, M.D., FACP, FCCP, specijalista za dijabetes, koji je od strane jednog nacionalnog medicinskog magazina svojevremeno bio proglašen i za "najboljeg doktora u USA."

John Samuels je takođe jedan od onih koji su posvetili ovom problemu više pažnje. On je sastavio i jednu veliku listu naučnih radova koji pružaju više nego dovoljno dokaza o opasnostima vezanim za unošenje u organizam dodatne glutamične and aspartične kiseline.

A postoje i mnogi drugi koji mogu biti stavljeni na ovu listu.

FENILALANIN (50% ASPARTAMA)

Phenylalanine je aminokiselina koja se normalno nalazi u mozgu. Ljudi koji pate od fenilketonurije, nisu u stanju normalno da metaboliziraju fenilalanin. To dovodi do velike koncentracije fenilalanina u mozgu, što ponekad može biti smrtonosno. Dokazano je da kod ingestije aspartama, pogotovo zajedno sa karbohidratima, može doći do porasta nivoa fenilalanina u mozgu, čak i kod ljudi koji ne pate od fenilketonurije. Ovo nije samo teorija, jer je dokazano kako ljudi koji koriste aspartam kroz jedan duži vremenski period, imaju povećanu količinu fenilalanina u krvi. Višak fenilalanina u mozgu dovodi do smanjenja nivoa serotonina što onda izaziva emocionalne poremećaje i depresiju. Dokazano je da je nivo fenilalanina u krvi znatno povećan kod ljudi koji koriste aspartam.⁽⁶⁾ Čak i kada čovjek samo jednom unese u sebe aspartam, količina fenilalanina u krvi se poveća. Prilikom svog svjedočenja ispred američkog Kongresa, Dr Louis J. Elsas je pokazao kako povećan nivo fenilalanina u krvi može da dovede do njegove povećane koncentracije u određenim dijelovima mozga i koliko je to opasno, pogotovo po novorođenčad i fetuse u majčinoj utrobi. On je takođe pokazao kako glodari metaboliziraju fenilalanin mnogo bolje i brže nego ljudi.⁽⁷⁾

Jedan slučaj veoma visokog nivoa fenilalanina prouzrokovanog aspartamom nedavno je opisan u jednom magazinu pod naslovom "Aspartamska noćna mora." John Cook je pio svakodnevno 6 do 8 'diet' - napitaka. Njegovi simptomi su počeli kao gubitak memorije i česte glavobolje. Nakon toga njegovo stanje se pogoršalo u smislu naglih promjena raspoloženja sa napadima bjesnila. Rezultati analize njegove krvi pokazali su prisustvo fenilalanina u koncentraciji od 80 mg/dl. Kod medicinskog pregleda pokazale su se smetnje u radu mozga kao i oštećenja na mozgu. Nakon što je prestao sa konzumiranjem vještački zaslađenih pića uz pomoć aspartama, njegovo zdravstveno stanje dramatično se popravilo. ⁽⁸⁾

(...)

METANOL (10% ASPARTAMA)

Methanol je smrtonosan otrov. Mnogi od nas znaju kako su se mnogi ljudi otrovali nepravilno proizvedenim alkoholnim pićima koja su u sebi sadržavala metanol, koji kod ljudi može da prouzrokuje sljepilo i smrt. Metanol se postepeno oslobađa u tankom crijevu kada metilna grupa iz aspartama dođe u kontakt sa himotripsin enzimom.

Apsorpcija metanola u tijelu je mnogo brža kod ingestije slobodnog ili čistog metanola. Slobodni metanol se stvara iz aspartama kada se ovaj zagrije na temperaturu veću od 30°C. To se događa kada se namirnice ili napitci koji sadrže aspartam nepravilno skladište.

Metanol se u tijelu razlaže na mravlju kiselinu i formaldehid. Formaldehid je smrtonosan nervni otrov. Prema podacima Zavoda za Zaštitu Prirodne Okoline (EPA) metanol se smatra tzv. "kumulativnim" otrovom jer se veoma sporo eliminiše iz organizma nakon što je u njega unesen. U čovjekovom tijelu, on se oksidacijom razlaže na formaldehid i mravlju kiselinu; oba ova metabolika su toksični. Prema podacima iste organizacije, čovjek ne bi smio unositi u svoj organizam više od 7.8 mg/ na dan. Jedan litar pića koji je zaslađen

aspartamom sadrži oko 56 mg metanola. Tako neki koji piju ili jedu malo više aspartamom zaslađenih produkata mogu dnevno da unesu u sebe oko 250 mg metanola, što je 32 puta više od onoga što EPA propisuje.(9)

Simptomi koji ukazuju na trovanje metanolom su: glavobolja, zujanje u ušima, mučnina, problemi u gastrointestinalnom traktu, slabost, nesvjesnica, problemi kod pamćenja, utrnulost ekstremiteta kao i probadajući bol u njima, promjene u ponašanju, upala nerava. Najčešći i najpoznatiji simptomi trovanja metanolom su u vezi čula vida. Magljenje i treperenje pred očima, slab vid, oštećenja na mrežnjači i sljepilo. Formaldehid je poznat kao kancerogena supstanca, oštećuje mrežnjaću oka, ometa replikaciju DNA, uzrokuje deformacije kod novorođenčadi.(10)

(...)

DIKETOPIPERAZINE (DKP)

DKP je sporedni produkt kod metabolizma aspartama. DKP je impliciran kao uzročnik tumora na mozgu. Olney je primjetio da DKP, nakon procesa nitrozacije u probavnom traktu stvara jednu komponentu vrlo sličnu N-nitrosourei, koja je vrlo kancerogena. Neki autori tvrde da se DKP stvara odmah nakon ingestije aspartama. Ja nisam siguran da li je to tačno. Ono što je sigurno to je da se DKP stvara u tečnim produktima koji sadrže aspartam nakon dužeg uskladištenja.

Kompanija G.D. Searle je sprovela istraživanja na temu sigurnosti upotrebe DKP-a. FDA je kasnije tu otkrila mnoge eksperimentalne greške, neke od njih su bile pripisane "lošoj administraciji", a kod drugih se radilo o "slučajnom mješanju životinja, životinje nisu dobijale propisanu količinu određene supstance, izgubljeni patološki uzorci usljed nepravilnog rukovanja," i mnogo drugih grešaka.(12)

(...)

Takode se smatra da DKP uzrokuje i materične polipe kao i promjene u nivou holesterola u krvi, što je javno priznala i Dr Jacqueline Verrett, toksikolog koja radi za FDA, u svom svjedočenju ispred američkog Senata.(13)

(...)

Kraj izvoda

* [Ovo je bio jedan kraći izvod iz originalnog teksta čiji je cilj bio samo da svrati pozornost čitalaca na neke otrove u hrani i piću, kojima smo svakodnevno izloženi. Čitaocima se preporučuje da pročitaju cijeli tekst koji se može naći uz pomoć gorenavedene linka, kao i da poduzmu jedno šire istraživanje na ovu temu. Aspartam je samo jedan od zvanično odobrenih sredstava za trovanje narodnih masa i on po opasnosti za zdravlje vjerovatno zauzima drugo mjesto, odmah iza fluora, koji nam se servira u zubnim pastama, vodi za piće itd. pod izgovorom da sprečava kvar zuba (što nema nikakve veze ni sa istinom, niti sa zdravom pameti. (O fluoru ćemo reći nešto više nekom drugom prilikom).

Danas postoji već nekoliko stotina proizvoda koji u sebi sadrže aspartam. U svakom slučaju, mi ga najčešće unosimo u sebe pomoću tzv. "diet" proizvoda (kobajagi dijetalnih) kao što su Diet Coke, Diet Pepsi, i druga "diet" pića, pudinzi, jogurti... 'sugar-free' žvakaće gume i bomboni, sladoled itd. itd. Zbog opšte korumpiranosti političara, naučnika, zdravstvenog sistema, medija itd. itd., kao i nevjerovatne ignorantnosti "normalnog" čovjeka, za očekivati je da će se ovi biološko-hemijski agensi zadržati u našoj ishrani sve do posljednjeg živog ljudskog bića.

~~~\*\*\*~~~

Na kraju, postavlja se pitanje, - da li je današnji čovjek, koji je pod jednom stalnom i redovnom dozom fluora, aspartama i cijele pletore drugih sredstava koja mu regulišu rad mozga i sužavaju svijest i percepciju, - još uvijek u stanju da kritički i nezavisno razmišlja?!?

Da li je već sada kasno, - ili još uvijek imamo vremena za – buđenje?!?].

### Literatura:

- Blaylock, Russell L., *Excitotoxins: The Taste That Kills* (Health Press, Santa Fe, New Mexico, c1994). One of the best books available on excitotoxins. Well worth reading!
- H. J. Roberts, M.D., *Aspartame (NutraSweet), Is it Safe?* Available from the Aspartame Consumer Safety Network.
- *Sweet'ner Dearest*, Available from the Aspartame Consumer Safety Network
- Mary Nash Stoddard, *The Deadly Deception*, Available from the Aspartame Consumer Safety Network.
- Barbara Mullarkey, Editor, *Bittersweet Aspartame - A Diet Delusion*, Available from the Aspartame Consumer Safety Network.
- The Aspartame Consumer Safety Network, *The Aspartame Consumer Safety Network Synopsis*.
- Dennis Remington, M.D. and Barbara Higa, R.D., *The Bitter Truth About Artificial Sweeteners*, Available from the Aspartame Consumer Safety Network

<http://www.holisticmed.com/aspartame/>

---

### Bilješke:

(1) Department of Health and Human Services, *Report on All Adverse Reactions in the Adverse Reaction Monitoring System*, (February 25 and 28, 1994).

(2) Compiled by researchers, physicians, and artificial sweetener experts for Mission Possible, a group dedicated to warning consumers about aspartame.

(3) *Excitotoxins: The Taste That Kills*, by Russell L. Blaylock, M.D.

(4) Safety of Amino Acids, Life Sciences Research Office, FASEB, FDA Contract No. 223-88-2124, Task Order No. 8.

- (5) FDA Adverse Reaction Monitoring System.
- (6) Wurtman and Walker, "*Dietary Phenylalanine and Brain Function*," Proceedings of the First International Meeting on Dietary Phenylalanine and Brain Function., Washington, D.C., May 8, 1987.
- (7) Hearing Before the Committee On Labor and Human Resources United States Senate, First Session on Examining the Health and Safety Concerns of Nutrasweet (Aspartame).
- (8) Account of John Cook as published in Informed Consent Magazine. "*How Safe Is Your Artificial Sweetner*" by Barbara Mullarkey, September/October 1994.
- (9) Woodrow C. Monte, Ph.D., R.D., "*Aspartame: Methanol and the Public Health*," Journal of Applied Nutrition, 36 (1): 42-53.
- (10) US Court of Appeals for the District of Columbia Circuit, No. 84-1153 Community Nutrition Institute and Dr Woodrow Monte v. Dr Mark Novitch, Acting Commissioner, US FDA (9/24/85).
- (11) *Aspartame Time Line* by Barbara Mullarkey as published in Informed Consent Magazine, May/June 1994.
- (12) FDA Searle Investigation Task Force. "Final Report of Investigation of G.D. Searle Company." (March 24, 1976)
- (13) Testimony of Dr Jacqueline Verrett, FDA Toxicologist before the US Senate Committee on Labor and Human Resources, (November 3, 1987).
- (14) Internal FDA memorandum.
- (15) Analysis prepared by Dr John Olney as a statement before the Aspartame Board of Inquire of the FDA. Also Excitotoxins by Russell Blaylock, M.D.
- (16) Congressional Record SID835: 131 (August 1, 1985)
- (17) National Cancer Institute SEER Program Data.
- (18) Walton, Ralph G., Robert Hudak, Ruth Green-Waite "*Adverse Reactions to Aspartame: Double-Blind Challenge in Patients from a Vulnerable Population*," Biological Psychiatry, 1993:34:13-17.
- (19) Barbara Mullarkey, "*How Safe Is Your Artificial Sweetner*," September/October 1994 issue of *Informed Consent Magazine*.
- (20) US Air Force. "Aspartame Alert." *Flying Safety*, 48 (5): 20-21 (May 1992).
- (21) Reported by the Aspartame Consumer Safety Network.
- (22) Barbara Mullarkey, Bittersweet Aspartame, A Diet Delusion.
- (23) Millstone, Eric "Sweet and Sour." *The Ecologist*, 25 (March/April 1994).
- (24) Mary Nash Stoddard, Editor, "The Deadly Deception," Aspartame Consumer Safety Network.
- (25) ADA Courier, January 1993, Volume 32, Number 1. (26) "FDA Rejects AHPA Stevia Petition" by Mark Blumenthal, Whole Foods, April 1994.