

NĚKTERÉ NEMOCI SOUVISEJÍCÍ S KONZUMACÍ MASA:

- rakovina 25 % – 50 %
- cukrovka 40 % – 90 %
- vysoký krevní tlak 33 % – 50 %
- operace žlučníku 75 %
- obezita

úmrtí na kardiovaskulární onemocnění
33 % – 50 %

- Virové onemocnění prasat (PMWS)
- Salmonelóza
- Ptačí chřipka
- Nemoc šílených krav
- Listeriόza
- Preeklampsia
- Campylobacter
- Bakterie E. Coli
- Nemoc modrého jazyka

NĚKTERÉ DOPADY JEDENÍ MASA:

SRDEČNĚ-CÉVNÍ ONEMOCNĚNÍ

- Ztráta více než 17 milionů životů ve světě každý rok.
- Náklady spojené s kardiovaskulárními onemocněními jsou nejméně 1 trilion US\$ ročně.

RAKOVINA

- Více než 1 milion nových pacientů s rakovinou tlustého střeva každý rok.
- Více než 600 000 úmrtí ročně souvisejících s rakovinou tlustého střeva.
- Jen ve Spojených státech stojí léčba rakoviny tlustého střeva okolo 6,5 miliardy US\$.
- Každým rokem je u milionů lidí zjištěn jiný druh rakoviny související s konzumací masa.
- Česká republika patří mezi země s nejvyšším výskytem rakoviny tlustého střeva.

CUKROVKA

- V ČR tímto onemocněním trpí více než 1 milion osob. 246 milionů lidí postižených na celém světě.
- Roční léčba nelehčí formy diabetu 1 pacienta stojí stát 130 až 140 tisíc Kč. Celosvětové výdaje asi 174 miliard US\$.

OBEZITA

- Celosvětově má víc než 1,6 miliardy dospělých nadváhu a dalších 400 milionů trpí obezitou.
- Každoroční výdaje na lékařskou léčbu představují jen v USA 93 miliard US\$.
- Nejméně 2,6 milionu lidí ročně zemře kvůli problémům souvisejícím s nadváhou nebo obezitou.

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

- Spotřebovává 70 % pitné vody.
- Znečišťuje většinu vodních zdrojů.
- Spotřebovává 43 % světové produkce obilí.
- Spotřebovává až 85 % světové produkce sóji.
- Odlesňuje „plíce Země“.
- Způsobuje hlad a války ve světě.
- Způsobuje 80 % globálního oteplování.
- A mnoho dalšího...

NĚKTERÉ NÁSLEDKY KONZUMACE MLÉKA:

- Rakovina prsu, prostaty a rakovina varlat z hormonů v mléce.
- Listeriόza a Crohnova choroba.
- Hormony a saturovaný tuk vedou k osteoporóze, obezitě, cukrovce a onemocněním srdce.
- Výskyt zlomenin; zvýšený příjem vápníku, a tím zvýšená kostní hustota zhoršuje kvalitu kostí.
- Konzumace mléka je spojena s vyšším výskytem roztroušené sklerózy.
- Mléko je klasifikováno jako silný alergen.
- Laktózová nesnášenlivost...

NĚKTERÉ Z VÝHOD VEGANSKÉ STRAVY:

- Snížení krevního tlaku.
- Snížení hladiny cholesterolu.
- Prevence mrtvice.
- Ústup arteriosklerózy.
- Snížení rizika srdečních chorob o 50 %.
- Snížení rizika operace srdce o 80 %.
- Prevence mnohých forem rakoviny.
- Silnější imunitní systém.
- Prodloužení života až o 15 let.
- Vyšší IQ.
- Úspora téměř 70 % pitné vody.
- Udržení čistého vzduchu.

- Snížení znečištění živočišnými odpady.
- Záchrana více než 70 % amazonského deštného pralesa od likvidace kvůli pastvinám pro dobytek.
- Řešení problému světového hladu:
 - Uvolnění 3,433 milionu hektarů půdy ročně.
 - Uvolnění 760 milionů tun obilí ročně (polovina roční spotřeby obilnin).
- Spotřeba fosilních paliv je o 2/3 menší v porovnání s produkcí masa.
- Ušetření 4,5 tuny emisí ročně na jednu americkou domácnost.
- Zastavení 80 % globálního oteplování...

Vegetariánská (bezmasá) strava může pomoci lidem s cukrovkou II. typu víc než diabetická dieta.

Centrum diabetologie při Institutu klinické a experimentální medicíny (IKEM), Česká republika

Pro více informací navštivte prosím: www.JetonaVas.cz, složka [Tisk](#).