



## مضرات شیرینی قنادی

سمی که نقل محفل شادیاها یمان و نمکی است بر زخم بیمارانمان



نگاهی به ترکیبات شیرینی قنادیها:

- ۱- آرد سفید + جوش شیرین
  - ۲- شکر (این سم شیرین مضر)
  - ۳- روغن جامد هیدروژنه با ترانس بالا (و تاریخ گذشته)
  - ۴- وانیل
  - ۵- پکینگ پودر
  - ۶- رنگ های مصنوعی
  - ۷- خامه
- + حرارت = سمی مخرب

**مضرات مصرف شیرینی قنادی:**

۱- ضد ویتامین B (موثر در سلامتی و نشاط پوست) است بدین صورت که با تولید زیاد الکل در روده بزرگ مقدار ویتامین B تولید شده در روده بزرگ را کم می کند و یا از بین می برد و دچار سردرد و تحریک پذیری اعصاب می شوید.

۲- القا کیست تخمدان (در خانمها) و ایجاد به هم ریختگی هورمونی

۳- تشدید حساسیت های تنفسی و پوستی

۴- نازایی

۵- مشکلات گوارشی و تشدید زخم معده و نفخ

۶- کاهش تعداد و کارائی سلولهای دفاعی خون (گلبولهای سفید) در ۱۰ دقیقه بعد از مصرف قند و شکر و شیرینی

۷- باعث افزایش هورمون آدرنالین از غدد فوق کلیوی شده و باعث اضطراب های بدون علت و بیش فعالی کودکان میگردد.

۸- شکر همچنین دفع ادراری ویتامین ها و مواد معدنی ضروری را افزایش می دهد

۹- القا مرض قند و فشار خون بالا و بیماری قلبی و کلیوی

۱۰- رشد بیش از حد افزایش ارگانسیم مخمر کاندیدا

۱۱- خستگی مزمن را افزایش می دهد

۱۲- افزایش پرخوری

۱۳- افزایش علائم PMS

۱۴- افزایش بیش فعالی در حدود ۵۰٪ از کودکان

۱۵- افزایش پوسیدگی دندان

۱۶- اضطراب و تحریک پذیری را افزایش می دهد

۱۷- می تواند افزایش یا تشدید علائم اضطراب و وحشت در

زنان حساس را بدنبال داشته باشد.

۱۸- با افزایش انسولین باعث افزایش سطوح چربی بدن میگردد.

۱۹- دانشمندان هشدار می دهند که افرادی که مقدار زیادی شکر مصرف دارند مواد مغذی مهم در آنها ذخیره نخواهد شد به خصوص ویتامین های A ، C ، B12 ، اسید فولیک ، کلسیم ، فسفر ، منیزیم و آهن است. متأسفانه به اندازه کافی ، بچه ها در این دسته قرار می گیرند و آنها کسانی هستند که نیاز به این مواد مغذی بیشتر است.

۲۰- باعث کاهش هورمون رشد (هورمون جوانی) میشود

۲۱- افزایش سرطان

۲۲- افزایش کلسترول

۲۳- بینایی را تضعیف میکند

۲۴- تسدید خواب آلودگی و باعث کاهش فعالیت در کودکان

۲۵- با جذب پروتئین تداخل ایجاد می نماید.

۲۶- باعث حساسیت های غذایی میشود

۲۷- کمک به دیابت

۲۸- القا اگزما در کودکان

۲۹- می تواند باعث بیماری های قلبی عروقی

۳۰- می تواند ساختار DNA را مختل کند

۳۱- باعث بیش فعالی، اضطراب، اشکال در تمرکز، و پیچیدگی در کودکان می شود. کاهش توانایی های شناختی کودکان

۳۲- منجر به کاهش در دفاع در برابر عفونت باکتریایی (بیماریهای عفونی

۳۳- تا حد زیادی کمک به رشد کنترل نشده از کاندیدا آلبیکانس) عفونت قارچی)

۳۴- کمک به پوکی استخوان



**قنادی شوکران**