

ไข่มันพีช (น้ำมันปาล์ม)..... สาเหตุหนึ่งของอาการป่วยทางสมอง

นำเสนอเมื่อ : 3 ธ.ค. 2552

ไขมันพืช (น้ำมันปาล์ม) สาเหตุหนึ่งของอาการป่วยทางสมอง แมสาลิกา

เราพบว่าคนไทยป่วยโดยไม่น่าจะป่วยจำนวนมาก โดยเฉพาะโรคไต และโรคอัลไซเมอร์ คุณรู้หรือไม่ สาเหตุหลักมาจาก การรับประทาน น้ำมันพืชเกินความจำเป็น แมบานยุคใหม่ ใช้น้ำมันพืชประกอบอาหาร ทิ้งทอด ทิ้งผัด วากู้นวดดีกว่าใช้ไขมันสัตว์ ประเภทน้ำมันหมู แต่ใช้น้ำมันพืชส่วนใหญ่ ที่ใช้ประกอบอาหาร ยังเป็น น้ำมันปาล์ม

แมสาลิกาเอง ได้อ่านเจอเอกสารซึ่งเขียนโดย อาจารย์สุทธิวิสัยส์ คำภา ระบุว่าน้ำมันปาล์มเมื่อเจอความร้อน 37 องศา จะเกาะตัวเหนียวเป็นกาก แล้วไปขึงวงลำไส้อยู่ ทำให้เราตีมน้ำแล้วซึมผ่านลำไส้ไม่ได้

(ลองไปดูคราบน้ำมันที่ติดขอบกะทะ จะเห็นว่าเหนียวมาก) สังเกตดูได้ง่ายๆ ตีมน้ำไม่เกิน 10 นาที ต้องไปปัสสาวะ คนยุคใหม่จึงไม่ค่อยชอบตีมน้ำ คงจะเป็นเพราะเหตุนี้ เมื่อร่างกายขาดน้ำ จะเกิดถุงน้ำดีขึ้น เวลาถุงน้ำดีขึ้น คนจะเป็นโรคขัดใจไม่ได้ ขัดใจแล้วจะหงุดหงิด เด็กยุคใหม่จึงไม่ค่อยชอบให้ใครขัดใจ ถุงน้ำดีขึ้นมีสิทธิ์เป็นน้ำได้ คลุมตุลึง เดียวดี เดียวร้าย ประการต่อมา เมื่อถุงน้ำดีขึ้น ทำให้เลือดไม่คอยมาเลี้ยงสมองส่วนหน้า จะหายใจติดขัด และนอนไม่คอยหลับ ปวดหัวข้างเดียวบวม สองข้างบาง เป็นแบบปวดหัวไมเกรน มาจากถุงน้ำดีขึ้น

สาเหตุเพราะน้ำดูดซึมเขาร่างกายไม่ได้

เป็นประเด็นหนึ่งที่คุณเป็นกันมาก เมื่อร่างกายดูดซึมน้ำได้น้อย จึงเกิดปัญหาการขาดสารอาหาร ที่ละลายในน้ำ เพราะต้องใช้น้ำเป็นตัวพา สารอาหารที่ต้องการน้ำเป็นตัวพาละลาย ได้แก่ วิตามินซี บี, โปรตีน, กรดอะมิโน, ส่วนสารอาหารต้องละลายในไขมัน ได้แก่ วิตามินเอ, ดี, อี, เค เมื่อไม่ได้อาหารที่มากับน้ำก็ขาดไม่ได้ เขาได้แต่เฉพาะสารอาหาร ที่มากับไขมันอย่างเดียว เมื่อสารอาหารเขาไปไม่ครบทั้งสารอาหารจากน้ำและไขมัน ไตจึงต้องขับสารอาหารทั้งหมดที่ไม่ครบคั่งทิ้ง ไตเลยทำงานหนักโดยไม่จำเป็น คนจึงเป็นโรคไต

ต้องล้างไตเป็นจำนวนมาก อาจารย์ท่านยังได้แนะนำ สูตรอาหารล้างพิษในลำไส้ วิธีแก้ปัญหาน้ำมัน ขวางระบบดูดซึม คือ การเอา นมสด + โยเกิร์ต + น้ำผึ้ง + มะนาว ผสมกัน เมื่อรับประทานเข้าไปจะไปล้างไขมันที่เกาะลำไส้ได้ โดยจุลินทรีย์จากโยเกิร์ต เมื่อเราผสมกับนม น้ำผึ้ง และมะนาว จะผลิตจุลินทรีย์ชนิดดีออกมา เพื่อย่อยขยะในลำไส้ แล้วเปลี่ยนขยะเป็น บี12 ไปเลี้ยงสมอง และลดความอ้วนได้ ควรตีมันตอนเช้า (ถ้ารับประทานหลังเที่ยงจะเพิ่มความอ้วน) แมสาลิกาเองดูแล้วคะ นาจะล้างลำไส้ได้จริง เพราะช่วยระบายดีมาก แบบว่าตัวเบาไปเลยคะอาจารย์