

3. Уровень Жизни общества. 3.11. Потребление овощей, фруктов. Витаминный голод.

Вот - ненависть к Руси «неандертальцев» злобных!!!-
Вот почему их Люби - «Нелюбьми» зовут,
Вот - к Детям их «Любовь», - исток Детей голодных.
Как вымирает Русь, - вот! - посмотрите тут!:

Таблица 76

Потребление фруктов
в странах на душу населения
(москвичами в России
и в среднем в Америке)



Рис. 43

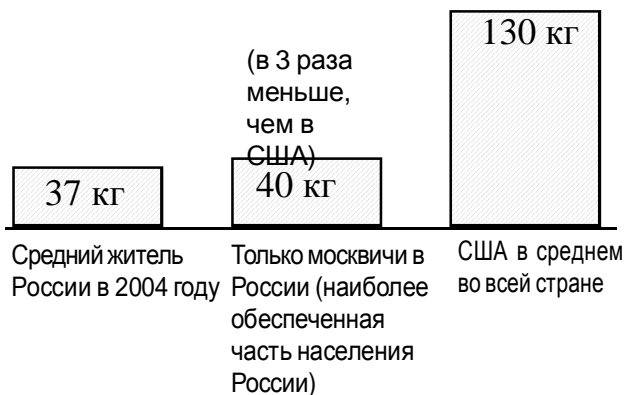


Таблица 77

Потребление овощей
в г. Москва в России и
в среднем в США
на душу населения



Рис. 44



(газета «Московский Комсомолец» за 29 ноября 2002г)

Недостаток витаминов в организме приводит к серьёзным последствиям для здоровья (от неврозов до сердечных болезней)

Тела Людей всех сформированы из пищи. 169
Из пищи полноценной формирует все
Объекты, полноценные, - Природа, - ищет, -
Кого отбраковать? Бог, слабое - отсей!

На кашах и «овчарка» станет «беспородной»! 170
Детей кормить неполноценной пищей - брак!
«Совков» деянья - вырождение Народа:
Сегодня - голодающий, - потом - дурак!



Дай яблочка, а то я вырасту дебилом...

Рис. 45

**Вот - ненависть к Руси «неандертальцев» злобных!!!-
Вот почему их Люби - «Нелюбymi» зовут,
Вот - к Детям их «Любовь», - исток Детей голодных.
Как вымирает Русь, - вот! - посмотрите тут!:**

Таблица 78

Проявления	Недостаток витамина
Стоматит	B2, B6
Бледность кожи и слизистых	C, B12, PP, ФК, А
Сухость кожи	C, B6, А, биотин
Угри, фурункулы	B6, PP, А
Проблемы с волосами	B6, биотин, А
Полносы, нарушения моторики кишечника	B12, PP, ФК, А
Конъюнктивит	B2, B6, А
Восприимчивость к инфекциям	C, А
Утомляемость, слабость	C, B1, B2, B12, А, Е
Раздражительность, беспокойство	C, B1, B6, B12, PP, биотин
Бессонница	B6, PP
Светобоязнь, нарушение сумеречного зрения	А, B2
Снижение аппетита	А, B1, B2, B6, B12, биотин
Тошнота	B1, B6

Отсутствие витамина С вызывает цингу, кровоточивость сосудов, кровоизлияния, вплоть до летального (смертельного) исхода. Отсутствие витамина «РР» - пеллагра, диарея, дерматит и психическое расстройство. Отсутствие витаминов группы «В» - болезнь бери-бери, приводит к необратимым изменениям в головном мозгу.

Гиповитаминоз (недостаток витаминов) укорачивает жизнь на несколько лет, подтачивает здоровье, мешает работать.

Витамины группы В «держат» нервную систему. Из-за дефицита В₁ не только настроение бывает неустойчивым, но и появляются проблемы со сном, забывчивость. Отсутствие В₂ сопровождается общим упадком сил и слабостью. Каротин («провитамин А») в организме он превращается в витамин А) известен как витамин «для глаз».

«Аргументы и Факты» № 12 за 2003 год

В США ежегодно собирают кукурузы свыше 100 миллионов тонн. В России - всего 1 миллион, и ещё полмиллиона тонн покупают за рубежом («Московский Комсомолец» 6 августа 2004 г.)

Россияне слепнут

Каждый второй россиянин страдает расстройством зрения. Таковы данные Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию

По результатам эпидемиологического мониторинга выяснилось, что «показатели глазной заболеваемости в России неуклонно возрастают и в большинстве регионов превышают среднеевропейские показатели в 1,5—2 раза». Ежегодно в России регистрируется 500 тыс. инвалидов по зрению. (Нехватка в пище витамина «А») («Московский Комсомолец» от 24.05.2005)

Таблица 79

Производство кукурузы в США и в России

[Почему США - крупнейший экспортёр мяса]

250 МЛН. ТОНН В ГОД (газета «Аргументы и Факты» №26 июнь 2005 г)

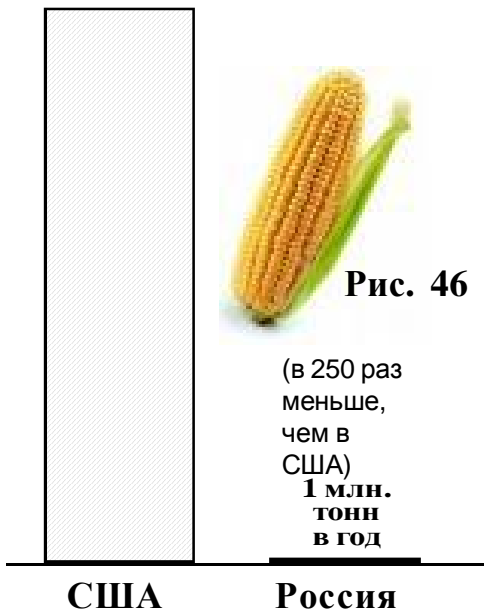


Таблица 80

Производство сои в США и в России

[Почему США - крупнейший экспортёр мяса]

79 МЛН. ТОНН В ГОД

