

Turpaduunari

Turpaduunari.fi – sensuroimatonta terveystietoa (kirjoitukset, luennot, konsultaatiot) / christer.sundqvist@ravintokirja.fi / 040-7529274 / Sivuston suunnittelussa avustaa Kiihdytin.fi / Domainin lahjoitti Domainkeskus.com

Etusivu

Listat ja kirjoitukset

Hakusanat

Hakemisto

Taustatietoa

Vieraskynä

Ajankohtaista

Blogi



Tiedelataamo

Insuliinin kulutus Suomessa ja Norjassa

	Suomi		Norja	
	Insuliinit yhteensä DDD/1000	Ylipitkävaikutteiset insuliinit käyttäjät	Insuliinit yhteensä DDD/1000	Ylipitkävaikutteiset insuliinit käyttäjät
2008	27,13	98 714	10,29	58 103
2009	28,62	103 621	13,31	70 559
2010	30,00	107 828	15,94	81 404
2011	30,48	111 093	17,72	89 742
2012	30,70	113 888	18,67	95 600
2013	31,38	117 084	19,66	100 826
2014	31,84	119 604	20,39	104 997
2015	31,71	121 634	20,39	108 146

Terveysohjeet

Tee niin kuin Kirsi, Kari, Tiina, Reima, Merja, Virva, Mikko, Margit ja moni muu.

Uudistat viikoittaisten

terveysohjeitteni tilauksen

vuodeksi 2017 tai tilaat ne eka

kertaa. Jaossa on pitkän ja onnellisen elämän ohjeita jo vuodesta 2014 lähtien.

Maksa 20 euroa tilille FI94 5723

3320 0772 65 (OKOYFIHH),

Christerin Akatemia. Kirjoita

viestikenttään sähköpostiosoitteesi. Saat silloin kerran viikossa uuden terveysohjeen sähköpostiisi ja halutessasi kaikki ilmestyneet terveysohjeet koosteena.

Laittomat lääkkeet lisääntyvät

📅 25.2.2017 📁 Terveystietä 📌 Agneta Schnittger, Alzheimerin tauti, Birdie, diabetes, elämä, Fimea, Gary Taubes, Gerald M. Reaven, haittavaikutukset, insuliini, Jari Aarnio, Juhani Knuuti, Kalevi Pyörälä, Kela, kuolema, kuolemanvaara, kuolleisuus, lääkkeet, Leif Groop, Markku Laakso, Norja, Novo Nordisk, Pekka Puska, Pfizer, Pirkko Mattila, Pohjois-Karjala-projekti, resepti, Robert Lustig, Sinikka Mönkäre, statiinit, Suomi, Sven Punsar, sydän- ja verisuonisairaudet, Sydänliitto, terveystietä, THL, Timo Soini, turpaduunari, tutkimus, tyyppin 2 diabetes



Turpaduunarin lakitekkinen osasto törmäsi eduskunnan kellarissa pykälään, mutta törmäyksen momentti oli mieluisa. Kyllä 2-tyypin diabeetikot ja verenpainepotilaat paranevat, kunhan lakeja ja asetuksia joku viitsisi vielä noudattaakin.

Hämmästyttävä havainto iski tajuntaan hieman myöhään, mutta parempi

jälkijunassa kuin ei silloinkaan. Huomion kohteena oleva lääkemääräysasetus ei ole historialtaan aivan uusi, vaikka uusimmasta versiosta vastaakin Perussuomalaisen oma nukutuslääkettä eli Pirkko Mattila. Silti tästä jutusta eivät Pfizer ja Novo Nordisk pidä, mutta professori Juhani Knuuti voi kylläkin oppia jotakin uutta.

Katsotaanpa aluksi millaisia lääkkeitä KELA ihmisille oikein korvaa (eli lääkeyhtiöiden taskuun). Potti oli vuonna 2016 injektioruiskun verran yli 1,4 miljardia ja potilaina oli yli 3 miljoonaa suomalaista, joten asian merkitys kansantalouden kannalta on hieman eri luokkaa kuin veneverolla. Toisaalta Timo Soinin vaimo on lääkäri, joten kukaan ei ole täydellinen.

LUENTOJA JA LYHYTKURSSEJA

Turpaduunari tarjoaa terveysluentoja ja lyhytkursseja. Tilaa hänet paikalle heti. Yllätyt!

1) Onni, terveys ja äly – elämäsi melodia!

Terveystietoinen ja viisaan onnellinen elämä rakentuu yksinkertaisista osatekijöistä. Tule kuuntelemaan turpaduunarin melodioita! Filosofian tohtori ja suosittu luennoitsija Christer Sundqvist on vauhdissa!

2) Oivaltavaa urheilua. Filosofian tohtori, ravinto- ja urheilualmentaja sekä suosittu luennoitsija Christer Sundqvist on useiden vuosien aikana kehittänyt kokonaisvaltaista urheilualmennusta. Hän kertoo käytännönläheisesti ja hauskaasti miten hänen urheilualmennuksestaan on ollut hyötyä sekä huippu-urheilijoille että liikunnallista elämäntapaa noudattaville. Luennolla tarkastellaan näiden osa-alueiden merkitystä urheilumenestykselle: yksilöllisesti määritelty harjoitusohjelma,

Mutta reseptimäärien kärjessä onkin, ei niinkään yllättäen, lääkkeitä joiden myyntilupa on myönnetty sijaistapahtuman (surrogate outcome) perusteella eikä suinkaan päätetapahtuman perusteella. Nämä niin yleiset statiinipillerit esimerkiksi eivät ole saaneet myyntilupaa siksi, että ne parantaisivat jonkin tarkasti diagnosoitavissa olevan vaivan – esimerkiksi aorttaläpän ahtauman – vaan siksi, että ne alentavat jotain helposti mitattavaa, mutta erittäin moniselitteistä indikaattoria kuten veren kolesterolia.

Hypätään nyt ihmisoikeuksien maailmaan, niin lakipykälien sudenkuoppa alkaa valottua. Jos vaikkapa lauma ahkeria somaleja rantautuu ruotsinlaivalla Helsingin Olympiaterminaaliin, niin mitä tapahtuisikaan, jos koko lauma yhtenä lössinä karkotettaisiin takaisin Mogadishuun vain ihonvärin takia. Kyllä Ville Niinistö ja Amnesty International laittaisivat vankilaan koko Suomen rajavalvonnan, jos jokaisen heimopäällikön tarinoita ei yksitellen ja eritellysti tarkistettaisi.

Samaan hengenvetoon Keskuspuistoa tuhoavat kuplassa elävät cityvihreät haluaisivat kaikki laittomat maahantulijat Suomen terveydenhuollon piiriin, jotta ennaltaehkäisevä epidemiologisesti määrätty veronpaine-lääkitys saataisiin tummaihoistenkin rotujen perusoikeudeksi.

Väännetään kuvio vielä kerran rautalangasta. Ennaltaehkäisevän lääkityksen idea perustuu siihen, että jos vaikkapa 10.000 ihmistä syö lääkkeitä vuoden, niin yksi heistä säästyy sydänkohtaukselta. Jos siinä samalla Alzheimer-kuolemat kymmenkertaistuvat, niin se ei ole ongelma koska sydänkohtausten välttäminen oli se ensisijainen agenda.

Olen jo aikaisemmassa artikkelissani ”Lisää vihanneksia ja pitkää ikää” laskeskellut kuinka kuolemanvaara Alzheimerin tautiin on lisääntynyt hälyttävästi ikäluokassa 90-94 vuotta, ja ohessa harmaapartainen ystäväni Birdie on laskeskellut miten sydän- ja verisuonitautien sekä Alzheimerin taudin kuolemanvaaran yhteenlaskettu osuus on muuttunut vuosina 1977 – 2012.

Taulukosta huomaamme, että medikalisaation tuoman oletetun hyödyn ja haittavaikutusten lukemat kumoavat toisensa lukumäärissä, ja elämänlaatu on tietenkin alentunut koska dementia ei ole mukava olotila sen paremmin potilaalle, omaisille kuin hoitajillekaan.

Kuolemanvaara Alzheimerin tautiin ja sydän- ja verisuonitauteihin Ikäluokka 90-94 vuotta

	Alzheimer	Sv-taudit	Alz+sv-t
1977	2,7‰	125,0‰	127,7‰
1982	10,8‰	115,3‰	126,1‰
1987	19,2‰	103,4‰	122,6‰
1992	27,5‰	100,8‰	128,3‰
1997	30,0‰	97,6‰	127,6‰
2002	35,4‰	98,1‰	133,5‰
2007	35,8‰	92,2‰	128,0‰
2012	46,0‰	80,9‰	126,9‰

Äkkiseltään ajatellen elämän tarkoitus ei kuitenkaan ole kärsiä kauan, vaan tepastella terveenä pitkään, joten yksilöllinen terveys tuntuisi mukavalta haaveelta. Kun kerran lääkeresepti on yksilöllinen ja määräaikainen, miten sitä vaaditaan lääkkeille joiden perustelu olemassa ololleen on epidemiologinen ja tilastollinen? Miksi statiineja ei myydä lapsille R-kioskissa, jos ne tilastojen mukaan ovat niin hyviä ihmelääkkeitä?

ravitsemukselliset näkökulmat, unen ja levon merkitys, urheilijan rentoutuminen, elämän kokonaisrasitus, urheilijan henkiset voimavarat.

3) Vireä vanhuus. Biologi Christer Sundqvist kertoo meille menestysreseptinsä miten säilyttää hyvä vire ja terveys iäkkäänä. Tarjolla on runsaasti tietoa terveystietoisesta elämästä. Huumoria, iloista rentoutta ja oivaltavaa ideointia kannattaa tulla kuulemaan!

4) Terveys on aarre. Tällä lyhytkurssilla filosofian tohtori Christer Sundqvist monikymmenvuotisella kokemuksellaan haastaa meidät terveyden polulle kuudesta eri näkökulmasta: Liikunta, lepo, fyysinen ravinto, henkinen ravinto, rentoutuminen ja päivittäisten haasteiden hallinta.

5) Opi puhumaan paremmin. Ammattipuhuja Christer Sundqvist ohjaa meitä sujuvan puheen maailmaan. Samalla kun opit puhumaan paremmin, opit myös paremmin kuuntelemaan muiden luentoja. Tarjolla on runsaasti harjoituksia.

Arkistot

Valitse kuukausi

Turpaduunari

Missä mennään kilpirauhaskiihdistassa?

Olet varmaan ihmetellyt mistä kilpirauhaskiihdistassa on kyse? Anna turpaduunarin kantaa oma kortensa kehoon seuraavalla koosteella siitä mitä on kirjoitettu kilpirauhaskiihdistassa. Tämä oli lakkautetun Terveysblogini (Iltalehti) runsaasti luettu, kommentoitu ja viitattu kirjoitus. En ole vielä saanut pelastettua kaikkea sisältöä lakkautetussa terveysblogissani, mm. kommentit on edelleen työn alla. Tässä tämän kilpirauhaskiihdistassa kommentit näkyvät (Google Drive-dokumenttina. Kiitos!). Päivityksiä on tulossa [...]

Väitteitä diabeteksestä

Radio Helmessä haastateltiin 6.2.2017 Diabetesliiton toiminnanjohtaja Janne Juvakkaa (JJ). Hänen tuli vastata muutamaan väitteeseen koskien diabetesta ja lähinnä oli kyse tyypin 2 diabeteksestä (T2D). Minä, Lasse Nybergh (LN), haluan täydentää käsitystämme diabeteksestä omalla näkemykselläni onko JJ oikeassa vai väärässä. Mitä mieltä sinä olet? Väite 1: Diabetes (T2D) on itseaiheutettu sairaus. JJ vastaa: Väärin: yleensä on taustalla [...]

Harmaapartainen nippelitieteiden dosetti eli tarkkuustiedon annostelija Birdie oli eduskunta-eksymisensä jälkeen laskeskellut suomalaisten ikäspesifisistä kuolleisuusluvusta indeksoituja taulukoita, joissa vertailuvuotena on taas vuosi 1977 jolloin Pekka Puska laajensi Pohjois-Karjala -projektinsa käsittämään koko Suomea ja medikaalisaatio otti ison loikan eteenpäin.

Vanhan sanonnan mukaan vain otettu lääke vaikuttaa, joten mietitäänpä miltä taulukon pitäisi näyttää jos ennalta ehkäisevä verenpainelääkitys todella on säästänyt kuolemalta 250.000 suomalaista kuten kansanedustaja Pekka Puska itse kehuu.

1. **Ensinnäkin vuosien 1972 ja 1977 välillä** ei pitäisi näkyä mitään kuolleisuuden alenevaa trendiä, koska kansallinen projekti ei ollut vielä alkanut.
2. **Kuolleisuuden aleneminen pitäisi näkyä rajuiten vanhoissa ikäluokissa**, koska he ovat käyttäneet lääkkeitä eniten ja kauimmin.
3. **Kuolleisuuden aleneminen pitäisi olla tasaisesti kiihtyvää** koska uusia ”tehokkaampia” lääkkeitä on tullut vuosien saatossa lisää.

Indeksoitu
kokonaiskuolleisuus
ikäryhmittäin
Vertailuvuosi 1977 = 100

	40-44 v	50-54 v	60-64 v	70-74 v	80-84 v	90-94 v
1972	125	105	106	114	123	119
1977	100	100	100	100	100	100
1982	88	89	82	89	87	93
1987	79	78	79	86	87	89
1992	88	71	71	76	84	95
1997	80	63	58	68	77	93
2002	65	62	52	60	68	93
2007	59	61	48	48	58	81
2012	49	47	48	46	55	77

Kuten jokainen huomaa, niin yksikään ennaltaehkäisevän lääkityksen kolmesta todistuskohdasta ei ole toteutunut. Ensinnäkin positiivista kehitystä oli jo vuosien 1972 ja 1977 välillä. Toisekseen vanhojen ihmisten – eli eniten lääkkeitä käyttävien ihmisten – kuolleisuus on alentunut kaikkein vähiten, ja kolmanneksi kehitys on ollut epätasaisa ja välillä on tullut jopa takapakkia joissain ikäryhmissä.

Hypätkäämme nyt vielä 2-tyyppin diabeteksen ihmeelliseen maailmaan, koska Suomen hoitokäytäntö poikkeaa radikaalisti muun tunnetun universumin hoitokäytänteistä. Diabeteksenkaan hoito-ohjeita ei perustella yksilön saamalla terveyshyödyllä, kuten oheinen legendaarinen sitaatti osoittaa:

”Glukoosipitoisuus on kuitenkin jatkuva muuttuja, joten diabetesdiagnoosi on aina hallinnollinen päätös, jolla ei ole välttämättä patofysiologia perusteluja.” Markku Laakso & Leif Groop, Duodecim 12/2007.

Turun Yliopiston professori Juhani Knuuti on jo etukäteen 21.1.2017 haukkinut tulevan **insuliini-seminaarin 18.3.2017 Helsingin Rudolf Steiner koululla** lähellä Terveyden Hävityksen Laitosta (THL) ja Fimeaa, että kyseessä on herätyskokous. Paikalla on luennoimassa muun muassa Ranskassa koulutuksensa saanut lääkäri Agneta Schnittger ja tietenkin Turpaduunari itse.

Läketieteessä kulkeekin muuten nimellä ”Ranskalainen paradoksi” eli ”French Paradox” se tosiasia että paljon ”kovaa” rasvaa käyttävässä Ranskassa sydäntautien

Paljon terveystieteitä

Julkaistu 18.1.2016 ja päivitetty 19.1., 20.1., 22.1., 28.1., 1.2., 5.2., 2.3., 9.3., 6.4., 27.4., 1.5., 4.5., 14.5., 2.6., 27.10., 15.2.2017, 20.2., 28.2., 9.3., 10.3., 13.3. TERVEYSBLOGEJA – HÄLSOBLOGGAR – HEALTH BLOGS Löydä terveystieteiden kiehtova maailma! Blogien luokittelussa on käytetty huumoria. Puttuuko sinun blogisi listalta? Päiväkodissa on uusi bloggaaja: Pertti Mustajoki, sisätautien erikoislääkäri, professori, painonhallinnan asiantuntija, tieteen [...]

Supermarket Survival

Vuoden 2016 tärkein terveystieteiden vaikuttaja, Olli Posti, on taustajoukkojensa kanssa kehittänyt mielenkiintoisen palvelun: Supermarket Survival. Tämä Lontoon murteella ilmaistu palvelu pyrkii opastamaan terveystietoisia ihmisiä tekemään oikeita ruokavalintoja ruokamarketeissa. Kekseliällä tavalla verbaaliakrobaatti ja viidakkomies Posti selostaa sanoin, kuvin, puhe- ja videonäyttein miten selviytyä kauppareissusta. Viimeinkin sinun on mahdollista päästä eroon epäterveellisistä ruokatuotteistasi. Turpaduunari lähti Ollin seikkailuun mukaan. Mitä [...]

Mikä tuplasi lonkkamurtumat 10 vuodessa? Osa 1

Lonkkamurtumien tuplaamiseen luultavasti liittyy useita asioita – syitä löytyy niin ruokavaliosta kuin myös lääkityksestä. Jopa suola voi olla väärinymmärrettyjen joukossa ja sen yhteydessä C-vitamiini. Ennenkuin mennään itse asiaan, muutama sana luiden heikkenemisestä, jota myös osteoporoosiksi kutsutaan. Osteoporoosi Luunmurtumista 25% sattuu miehille, 75% naisille. Osteoporoosia ei liene tarpeen sen paremmin kuvailla kuin mitä Wikipedia siitä tietää [...]

Olemme enemmän kuin vain kasa soluja ja biokemialla

Mitä kaikkea sinulle on elämässäsi tapahtunut? On paljon ihmisiä, jotka oireilevat lääkäreiden mielestä epämääräisesti ja heillä on monenlaista ”vikaa” terveydessä. Tällainen ihminen on kenties helpompi leimata siten, että vika on korvien välissä ja vaikka potilas on mennyt vastaanotolle valittamaan esimerkiksi kipuja ja uupumusta, poistuu vastaanotolta masennusresepti kourassa. Tätä tapahtuu paljon ja tämä on ihan puolivillaista [...]

Pitkän iän korea salaisuus – 90,8 vuotta

Joku saattoi lukea uutisen tutkimuksesta, jonka mukaan Etelä-Koreassa naisten keskimääräinen elinikä voi nousta 90,8 vuoteen ensi vuosikymmenellä. <http://yle.fi/uutiset/3-9472823> Monille tietysti heräsi mielikuva siitä, mitä korealaiset syövät. Ajatellaan, että meidän suomalaisiin suosituksiin verrattuna hyvin

esiintyvyys on erittäin pientä. Siitä vaan siis kaikki lukijat lippuja ostamaan ja tietopläjäystä kuuntelemaan Helsinkiin, sillä tuon seminaarin lyhennelmiä et tule kuulemaan valemmediassa, jota myös valtamediaksi kutsutaan, ellei sitten Helsingin Sanomien taloustoimittaja Tuomo Pietiläinen kiinnostu aiheesta rahakuvioiden kautta. Pääsääntöisesti valemmedia eli valtamedia on tiukasti sensuurin kourissa, kuten Turpaduunarin omat potkut Iltalehdestä vuonna 2015 osoitti.

Oppikiista 2-tyyppin diabeteksen hoidossa on siis siinä onko ongelmien perussyys korkea verensokeri vai korkea veren insuliinitaso. Tämän insuliiniteorian alullepanijaksi siteerataan erilaisia nimiä Gerald Reavenista Gary Taubesiin ja Robert Lustigiin, mutta historian havinoita voi löytää kauempaakin menneisyydestä.

Nippelitieteiden dosetti Birdie on kalabaliikista pyörällään, koska hänen mielestään avainhenkilö on Pyörälä. Rypysuon sankari eli Kalevi Pyörälä on mies, joka aina ja ikuisesti tullaan yhdistämään Helsingin poliisitutkimukseen, ei siis Jari Aarnion rikostutkintaan. Tämä on se tutkimus jonka ensimmäinen seurantaraportti valmistui vuonna 1979, ja heti herätti kansainvälistä huomiota. Nykyäänkin esimerkiksi Gary Taubes listaa tutkimuksen viitteisiinsä.

Ainoa ongelma Helsingin poliisitutkimuksessa onkin vain tulosten tulkinta. Kaikkialla muualla tunnetussa universonissa Pyörälän paperi on todiste korkeiden insuliiniarvojen haitallisuudesta sydäntapahtumille, kun taas Suomessa raportti on todiste korkeiden sokeriarvojen haitallisuudesta ja oikeutus antaa insuliinia 2-tyyppin diabeetikoille.

Ketjupolttaja Sven Punsar oli Sydänliiton tutkimuksessa myös tohinoimassa, mutta silti tulokset olivat väärinä. Birdien mukaan Sydänliiton tutkimustoiminta ajettiin käytännössä alas vuoden 1979 Poliisitutkimuksen väliraportin jälkeen ja Sydänliitosta tuli lähinnä mediatoimisto eli lobbauksen edelläkävijä. Omituisinta asiassa on juuri Markku Laakson insuliini-intoilu, sillä Laakso oli sentään mukana Poliisitutkimuksessa kun pitemmän ajan vaikutuksia vedettiin yhteen. Kalevi Pyörälä sai kyllä Pohjolan ja Suomi-yhtiön lääketieteen palkinnon vuonna 1993 ja Suomen Sydänliiton palkinnon vuonna 2007, mutta silti et taatusti ole kuullut tietoa siitä että hän päätyi pitämään korkeaa insuliinitasoa terveydellisenä ongelmana.

Eron eri maiden reseptikäytännöissä voi havainnollistaa vaikkapa vertaamalla Suomen ja naapurimaa Norjan tilastoja insuliinin käytöstä. Birdien yhteenvedon lukuja ihmetellessä kannattaa muistaa että Norjassa terveiden elinvuosien odote on kansainvälisten tilastojen mukaan 15 vuotta pidempi kuin Suomessa.

Insuliinin kulutus Suomessa ja Norjassa

	Suomi		Ylipitkävaikuttiset insuliinit		Norja		Ylipitkävaikuttiset insuliinit	
	Insuliinit yhteensä DDD/1000	käyttäjät	DDD/1000	käyttäjät	Insuliinit yhteensä DDD/1000	käyttäjät	DDD/1000	käyttäjät
2008	27,13	98714	10,29	58103	10,73	51155	2,06	9845
2009	28,62	103621	13,31	70559	10,89	52601	2,34	11309
2010	30,00	107828	15,04	81404	11,05	54012	2,80	13695
2011	30,48	111093	17,72	89742	11,10	54992	3,07	15222
2012	30,70	113888	18,67	95600	11,25	56465	3,27	16414
2013	31,38	117084	19,66	100826	11,44	58126	3,48	17671
2014	31,84	119604	20,39	104997	11,63	59746	3,62	18600
2015	31,71	121634	20,39	108146	11,85	61497	3,79	19682

Nyt kun Turpaduunari on lyönyt todisteet tiskiin Suomen oudosta lääkemarkkinoista, onkin aika palata siihen jutun alussa mainittuun lääkemääräysasetukseen. EU-Suomen alkuaikoina lainsäädäntöä yritettiin yhtenäistää ihmisoikeuksia kunnioittavalle tasolle, ja yksi osa prosessia oli Meritullin kivilinnassa STM:n konttoreissa kirurgi Sinikka

samanlaiset. Kasviksia syödään paljon ja lihaa vähän. Se voidaan tästä kuvasta nopeasti päätellä.

https://knhanes.cdc.gov/knhanes/eng/su/b01/sub01_05.do#s5_01_09 ✖ The percent of energy intake from protein : {{Protein [...]

Oikeassa sää oot Kari ollu, kaikki nämä vuodet

Tämä kirjoitettiin 23.2.2017 ja päivityksiä tehtiin 24.2.2017, 25.2., 27.2. ja 2.3.

Haluamme kiittää teitä avusta kun yhdessä laadimme alla olevaa taulukkoa rasvainen versus rasvaton maito ja terveys. Tällä hetkellä rasvaiset maitovalmisteet ovat vankassa johdossa. Diplomi-insinööri Sami Uusitalo soitti edesmenneelle Kari Salmiselle ensimmäisen kerran vuonna 2008. Karihan kävi ”rasvasotaa” vuosikymmenet. Vastapuolina julkisessa väittelyssä olivat esim. professori Pekka [...]

Laittomat lääkkeet lisääntyvät

Turpaduunarin lakitekniinen osasto törmäsi eduskunnan kellarissa pykälään, mutta törmäyksen momentti oli mieluisa. Kyllä 2-tyyppin diabeetikot ja verenpainepotilaat paranevat, kunhan lakeja ja asetuksia joku viitsisi vielä noudattaakin. Hämmästyttävä havainto iski tajuntaan hieman myöhään, mutta parempi jälkijunassa kuin ei silloinkaan. Huomion kohteena oleva lääkemääräysasetus ei ole historialtaan aivan uusi, vaikka uusimmasta versiosta vastaakin Perussuomalaisten oma nukutussairaanhoidaja eli [...]

Insuliiniresistenssi – kaikkien elintason sairauksien äiti, osa 8

Ari Kaihola on ahkeroinut insuliiniresistenssin parissa. Aika monessa osakirjoituksessa Ari tutustuttaa meidät tähän kaikkien elintason sairauksien äitiin. Ensimmäisessä osassa selvitellään insuliiniresistenssiä koskevien tutkimusten historiaa ja nykypäivää. Toisessa osassa laudataan elintason sairauksien lähtölaukaus ja kolmannessa osassa sairauksien läpikäynti insuliiniresistenssin näkökulmasta varsinaisesti alkaa (kihti, tuki- ja liikuntaelinten sairaudet, hedelmättömyys, PCOS ja mielen terveyden häiriöt). Neljännessä osassa tarkastellaan kuolinsyytilastojen kärjessä olevia sairauksia (verenkiertoelinten sairaudet, syöpäsairaudet, [...])

Avainsanat

aivot Ari Kaihola Birdie **Christer**

Sundqvist diabetes elämä

hiilihydraatit hyvinvointi insuliini

Mönkärean allekirjoittama lääkemääräysasetus 726/2003. Paperista löytyy myönteisiä toiveita herättävä lause:

”Lääkkeen määrääjä saa määrätä lääkkeitä vain henkilölle, jonka lääkityksen tarpeesta hän on varmistunut omalla tutkimuksellaan tai muulla luotettavalla tavalla.”

Kyllä näin filosofian tohtorin järjellä ajateltuna tuo tarkoittaa että lääkkeestä täytyy yksilötasolla olla potilaalle hyötyä, eli että haitat eivät ylitä hyötyjä. Tällä logiikalla tosin suurimman osan lääkkeitä pitäisi kadota markkinoilta. Viime joulun versiossa 22.12.2016 nukutussairaanhoidaja Pirkko Mattila oli tosin saanut mukaan sanan ”hoitosuosituksset”, mutta peruslause tarpeesta varmistaa lääkityksen tarve on silti yhä pykälän alussa. Epidemiologisesti määritelty ennaltaehkäisevä lääkitys arvaamattomine haittavaikutuksineen ei oikein kuulu ihmisoikeuksia kunnioittavaan yhteiskuntaan.

Lääkeresepti on ehkä eniten henkilöön kajoava loukkaus, jonka yhteiskunta voi yksilölle tehdä, joten eikö siihen pitäisi saada sitä samaa tarkkuutta mitä turvapaikkahakemuksilta vaaditaan. Nykyään on kuitenkin geenitestit ja CYP-entsyymien toiminnat mitä hienosti voitaisiin mitata. Vaadi politiikoilta rohkeutta kahlita lääketeollisuutta. Vaalit ovat tulossa 9.4.2017 ja **hieno insuliini-seminaari Rudolf Steiner koululla** jo ennen vaaleja 18.3.2017.

Ohjelma:

13.00-13.10 Seminaarin avaus, Lasse Nybergh

13.10-13.50 Pauliina Aarva: Terveyden edistämisen haasteet tutkimuksen valossa

13.50-14.30 Christer Sundqvist: Insuliiniresistenssi, mitä se on ja miten se ilmenee

14.30-15.15 Kahvitauko

15.15-16.00 Agneta Schnittger: Insuliini, diabetes ja VHH (vähähiilihydraattinen ruokavalio) . Esielmä on ruotsiksi ja esitettävät kalvot suomeksi

16.00-16.45 Lasse Nybergh: Oma kokemus; VHH elämäntapana insuliinin hallinnassa

16.45 - 17.15 Avoin keskustelu luennoitsijoiden kanssa

Juontajana toimii Melita Tulikoura



Christer Sundqvist

*turpaduunari, ravintovalmentaja, biologi,
filosofian tohtori*

Monessa liemessä keitetty yllätyksellinen tietokirjailija ja suosittu bloggaaja. Tuttu turpaduunari, eli huumorin pilke silmäkulmassa esiintyvä terveyslunnoitsija. Löydät lisää tietoa täältä: <http://ravintokirja.fi/>



← *Insuliiniresistenssi – kaikkien elintamosairauksien äiti, osa 8*

Oikeassa sää oot Kari ollu, kaikki nämä vuodet →

1 Comment

Sort by **Oldest** ▼



Add a comment...

karppaus keskustelu kipu **kirja-**

arvostelu kolesteroli liikunta

lääketiede lääkkeet **lääkäri** maito

masennus Pekka Puska **Pike Hilakari** potilas

rakkaus **rasva** ravinto ravitseminen

ravitsemussuosituksset **ruoka** ruokavalio

sairaus sokeri statiinit stressi suolisto **Suomi**

syöpä **terveys**

terveystietoisuus THL tiede

turpaduunari tutkimus tyypin 2 diabetes

vähähiilihydraattinen ruokavalio



Jaana Andersin

Historian tutkijat osaavat lukea. Suomen kansallisbiografia kirjoittaa Kalevi Pyörälän kohdalla seuraavaa "Poliisitutkimuksen tulosten mukaan sekä suurentunut verensokeripitoisuus, että suurentunut veren insuliinipitoisuus lisäävät sepelvaltimotautien vaaraa".

Kansallisbiografian (www.kansallisbiografia.fi) artikkeli on maksullinen, mutta tässä linkki Minnesotan yliopiston sivulle tutkimuksen (Helsinki policeman study) yhteenvedon, jossa siis mainitaan juuroi tuo korkea veren insuliinipitoisuus eli hyperinsulinemia ja sen aiheuttama vaara sydämelle ja verisuonille.

<http://www.epi.umn.edu/.../stud.../helsinki-policemen-study/>

Like · Reply · 1 · Feb 26, 2017 8:55am

Facebook Comments Plugin

Vastaa

Sähköpostiosoitettasi ei julkaista.

Kommentti

Nimi

Sähköpostiosoite

Kotisivu

Lähetä kommentti