



النشرة الصحية الثانية

أضرار الميكروويف

فبراير ٢٠٢٠ م

ونود أن ننوه ما يلي :

عندما يتعرض البلاستيك للحرارة ، يتم إطلاق المركبات الكيميائية التي يمكن أن تسبب (٥٢)

نوعا من السرطان . وبالتالي ، عليك أن :

❑ تتجنب شرب كافة أنواع المشروبات الغازية مثل "الكولا والبيبسي والسفن أب والفانتا وكافة العصائر المركزة" .

❑ تناول الأناناس كحلى وتجنب خليط عصير الأناناس مع الكوكا لأن هذا الخليط قاتل إذ سيسبب الموت للناس فيما هم يعتقدون أن السبب هو التسمم وهم ضحايا جهلهم بهذا الكوكتيل القاتل !

❑ الرد على المكالمات عن طريق الأذن اليسرى والأفضل استعمال السماعات .

❑ لا تشرب الأدوية مع الماء البارد .

❑ لا تأكل الطعام الثقيل بعد الساعة السابعة مساءً .

❑ تشرب المزيد من الماء في الصباح وأقل في المساء .

❑ لا تأخذ وضعا أفقيا مباشرة بعد تناول وجبة الطعام (النوم) .

❑ عندما تكون بطارية هاتفك مينة تقريبا ، لا تلتقط الهاتف لأن هذا الإشعاع أقوى ١٠٠٠ مرة من بطارية مشحونة .

إعداد / لجنة خدمة المجتمع وتنمية البيئة بكلية التربية الرياضية.

وكيل الكلية

لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة

أ.د / صالح محمد صالح

١٢ فبراير ٢٠٢٠ م

بسم الله الرحمن الرحيم

(ولا تلهو بأديعكم إلى التملذة)

صدق الله العظيم

"أضرار الميكروويف"

قررت "الحكومة اليابانية" التخلص من جميع "أفران الميكروويف" في البلاد قبل نهاية هذا العام وجميع المواطنين والمنظمات التي لا تفي بالشرط ، مهددة بأحكام بالسجن .

كان السبب وراء الحظر المفروض على "أفران الميكروويف" في أرض الشمس

المشرقة هو : بحث أجراه علماء من "جامعة هيروشيما" حيث أكتشفوا أن الموجات

المشعة تسبب أضراراً أكبر لصحة المواطنين على مدى ٢٠ عاماً خاصة عند استخدام "الميكروويف" ويساوي ضرره أكثر من القصف النووي للطائرة الأمريكية في سبتمبر ١٩٤٥ .

فوفقاً لنتائج الخبراء ، فإن الطعام الذي يتم تسخينه في فرن الميكروويف ، له إهتزازات

وإشعاعات غير صحية بتاتا . وبالفعل ، أغلقت جميع أكبر الشركات المصنعة ل"أفران

الميكروويف" في اليابان حيث تم تصنيع هذا المنتج .

في عام ٢٠٢١ ، سيتم الإعلان عن إنهاء إنتاج "أفران الميكروويف" في كوريا الجنوبية ،

وتخطط الصين للتخلي عن هذا النوع من التكنولوجيا في عام ٢٠٢٣ .

وللعلم ، عقد مؤتمر حول الوقاية من السرطان في "مركز كاشيرا للسرطان"

والتوصيات المقدمة في نهاية المؤتمر توصي بتجنب الآتي :

١ . النفط المكرر .

٢ . الحليب من أصل حيواني (ينصح بحليب الصويا) .

٣ . مكعبات الطعام (توابل مرقة الدجاج مثل ماجي ومثيلاتها) .

٤ . الصودا (٣٢ قطعة من السكر لكل لتر) .

٥ . السكر المكرر .

٦ . الميكروويف

٧ . لا تقم بإجراء تصوير "ماموجرام" قبل الولادة بإستثناء تخطيط صدى القلب .

٨ . الملابس الداخلية الضيقة جدا (حمالة الصدر)

٩ . الكحول .

١٠ . إذابة الطعام المثلج ثم إعادة تفريزه .

١١ . شرب الماء من الثلاجة في زجاجات بلاستيكية .

١٢ . حبوب منع الحمل لأنها تغير النظام الهرموني عند النساء وتسبب السرطان .

١٣ . مزيلات العرق خاصة عندما تستخدم بعد الحلاقة لأنها مسببة للسرطان .

١٤ . السكر بأي شكل (الخلايا السرطانية تتغذى بشكل رئيسي على السكر) . فعلى

مرضى السرطان الأبتعاد عن السكر من نظامهم الغذائي .

وحسب توصيات المؤتمر ، فإنهم ينصحون بتناول :

١ . الخضروات .

٢ . العسل بإعتدال بدلا من السكر

٣ . البروتينات النباتية (القول بدلا من اللحم) .

٤ . كوبين من الماء على معدة فارغة قبل فرشي الأسنان بدرجة حرارة ماء الغرفة

وبنفس درجة حرارة الجسم عند الأستيقاظ .

٥ . الطعام الدافئ وليس الطعام ذو السخونة الشديدة .

٦ . عصير ألو فيرا + زنجبيل + بقدونس + كرفس + برومالين . (ننصح بخلطهم

وشربهم على معدة فارغة) .

٧ . عصير الجزر كل يوم .

٨ . التوم البلدي والبصل مع الوجبات .

ملاحظة : وجدت جمعية الأطباء الأمريكيين إجابات لسبب السرطان :

١ . لا تشرب الشاي أو القهوة أو أي شيء ساخن في أكواب بلاستيكية .

٢ . لا تأكل أي شيء ساخن مغلف بورق أو كرتون أو ضمن كيس من البلاستيك

(على سبيل المثال : البطاطا المقلية) .

٣ . لا للطعام في الأطباق البلاستيكية أو المسخنة بالميكروويف .