

## RAASTAVAT SAIRAUDET

”Millä he elivät ?” kysyi Liisa, joka aina kantoi huolta syömisestä ja juomisesta.

”He elivät siirapilla” sanoi Hiirulainen mietittyään hetkisen

”He eivät voineet tehdä sitä , tiedäthän ” virkkoi Liisa lempeästi  
” he olisivat sairastuneet”

”Niinpä he sairastuivat” sanoi Hiirulainen ” he olivat hyvin sairaita”

Liisa Ihmemaassa, Lewis Carroll

Filmissä *Super Size Me* Morgan Spurlock tekee kokeen. Hän syö McDonald's aterian kolme kertaa päivässä kuukauden ajan ja käy lääkärinsä luona säännöllisillä tarkastuksilla. Kolmenkymmenen päivän aikana Spurlock sairastuu; hän lihoo yksitoista kiloa, hänen maksansa muuttuu rasvaksi, kolesteroli nousee ja hän epäilee sydämensä pettävän. Spurlockin lääkäriellä ei ole vaikeutta nähdä yhteyksiä. Hänen potilaansa on tulossa vakavasti sairaaksi jatkuvasta roskaruuan syömisestä. Seuraamukset koirille , yleensä pitemmän kuin kuukauden ajalta, ovat samat ellei pahemmat. Onneksi, kun roskaruuan syöttäminen lopetetaan, vaikuttaa se ihmeitä tekevältä.

Miksi näin ?

Koska milloin tahansa lopetamme vahingon tekemisen, otamme jo askeleen hyvän tekemisen suuntaan. Roskaruoka vahingoittaa suurinta osaa maailman lemmikkikoirien terveyttä pääasiassa kolmella, joskus viidellä eri tavalla.

1. Pehmeä purkkiruoka ja viljapohjainen nappularuoka eivät puhdista hampaita. Tosiasiassa ruokajäämät takertuvat hampaisiin ja edesauttavat suun bakteerien kasvua. Tuloksena ovat tulehtuneet ikenet, pahanhajuinen hengitys ja bakteerien tuottamat myrkyt, jotka vaikuttavat kaikkialla kehossa.
2. Koirilla ei ole entsyymejä, mitä tulee laatuun ja määrään, sulattamaan kasvukunnasta peräisin olevia ravinteita- ei raakana eikä keitetynä. Kun viljoja kuumennetaan korkeissa lämpötiloissa eläinruokatehtaissa, tärkkelys, proteiinit ja rasva denaturoivat, tulevat myrkyllisiksi ja imeytyvät verenkiertoon ja vaikuttavat haitallisesti kehon toimintoihin.
3. Vajaavaisesti sulannut viljapohjainen roskaruoka edesauttaa myrkyjä kehittävien bakteerikantojen kasvua suolistossa. Suolen limakalvo, joka on jatkuvassa kontaktissa myrkyihin, saattaa vaurioitua. Jotkut myrkyistä imeytyvät suolenseinämän läpi ja kulkeutuvat verenkiertoon ja muihin elimiin aiheuttaen lisäongelmia.
4. Kuten Morgan Spurlock, jotkut lemmikit sairastelevat jo lyhyen ajan sisällä siitä, jolloin aloittivat roskaruuan syömisestä; esimerkiksi pennut kärsivät usein huonosta ihosta tai ripulista. Pitkäaikainen altistuminen ruokavalion myrkyille, listattu 1.2. ja 3.:n alla, johtaa lopulta elimillisiin sairauksiin. Sairaat elimet tuottavat edelleen myrkyjä verenkiertoon ja lisäävät muiden elinten painolastia.

5. Lemmikit, jotka kärsivät edellämainituista neljänlaisesta myrkytyksestä, viedään usein eläinlääkäriin tarkastettaviksi. Jotkut eläinlääkärit sanovat: lopettakaa roskaruoan syöttö ! Surullista kylläkin; useimmat eläinlääkärit vähättelevät kategorioita 1, 2 ja 3. Sen sijaan he diagnostisoivat elinsairaudet kuten kohdassa 4. Hoitotoimenpiteet muodostuvat vahvoista lääkkeistä, jotka edelleen pahentavat myrkyttymistä.

Eläinlääketieteellisessä opiskellessani ja ensimmäisten viidentoista vuoden aikana toimiessani eläinlääkärinä, minä myöskään en piitannut myrkyistä 1.2. ja 3.: ssa kategoriassa. Tuskin tulin miettineeksi, mitä potilaille syötettiin. Tein työni huolellisesti diagnostisoidakseni ja hoitaakseni elinsairaudet ja määräsin paljon lääkkeitä. Kun lopulta havahtuin lyhytnäköisyyteeni, olin tyrmistynyt ja syvästi häpeissäni aikaisemmasta kykenemättömyydestäni auttaa potilaitani.

Havahduttuani näkemään ongelmakentän, ratkaisukin näytti olevan lähellä; 1) roskaruoan syötön lopettaminen 2) varmistus, että hampaat ja ikenet ovat terveet; 3) jos tarpeellista, sairaaksi havaittujen elinten hoito. Sanon, jos tarpeellista, sillä heti kun roskaruoan syöttö lopetetaan ja hampaat ja ikenet hoidetaan, useimmat potilaat eivät tarvitse lisähoitoa.

## **KEHON TOIMINNAT, JOHON RUOKAVALIO VAIKUTTAA**

### **Karvapeite ja Iho**

Joskus kun silittää koiraa on tarvis pestä kätensä pahanhajuisesta rasvasta. Eikö vain, että joistakin tuntemistasi koirista, huolimatta siitä kuinka usein niitä trimmataa, lähtee tunkkainen haju. Terve karvankasvu on riippuvainen ruokavaliosta olevien aminohappojen, hivenaineiden ja vitamiinien tasapainosta. Terve karvapeite riippuu myös terveestä ihosta, terveestä immunitetistä ja sisäelinten ja hormonien oikeasta toiminnasta. Jos jokin näistä tekijöistä puuttuu tai on epätasapainossa niin hauras, harva ja kiilloton turkki on seurauksena.

Koiran iho on suurin elin ja riippuvainen kehon muiden elinten hyvästä terveydestä-mikä taas on riippuvaista terveestä ruokavaliosta. Kärpästen, täitten ja kapin toukat elävät ihossa tai iholla. Mutta jos koiran ruokavalio on terveellinen, syöpäläiset eivät muodostu suureksi ongelmaksi. On paljon tarinoita koirista, joilla on ” parantumaton” kirppuallergia tai sikaripunkkitartunta. Kun tällaisen koiran ruokavalio muutetaan, ongelma pienenee ellei suorastaan katoa. Raa’at lihaluut tekevät ihmeitä kun taas suurelta osin hyöteismyrkkymäärät, lääkeshampoot tai kortisonit eivät paranna, saattavat jopa pahentaa tilannetta.

### **Korvat ja Silmät**

Yritettyämme turhaan parantaa koiramme korvatulehdusta, ongelma poistui hetkessä muutettuamme sen ruokavaliota, kertovat lukuisat helpottuneet koiranomistajat. Toiset taas kertovat miten heidän koiransa aikaisemmin surulliset silmät saivat uuden pirteän ilmeen ruokavaliomuutoksen jälkeen. Sen lisäksi, että on tärkeää lievittää koiran tuntemaa kipua, on tärkeää hoitaa korvat kuntoon huolella ja nopeasti. Muutoin, tärykalvon puhjetessa, saattaa kirurgiset toimenpiteet olla tarpeellisia.

### **Nenä**

”Täytyypä valittaa; olen ruokkinut koiraani raa’alla ruualla nyt kaksi vuotta ja tämän nokka on jatkuvasti märkä ja jääkylmä. Sellaista en todellakaan haluaisi korvaani ottaessani päiväunia sohvalta..... syytän tästä luita, jotka ovat saaneet aikaan täydellisen terveyden ja hyväkuntoisuuden”, pilaili eräs onnellinen koiranomistaja.

Mutta pilailut sikseen, tarvitsemme koiria, joiden hajuaisi toimii moitteettomasti--erikoisesti poliisikoirilla, ajokoirilla ja miinanetsijäkoirilla. Tutkimukset osoittavat, että koirilla, joilla on

hammaskiveä—ja sitähan on roskaruulla syötetyillä koirilla—on vähentynyt kyky aistia hajuja. Palveluskoirien huonontunut hajuaisti yhdistettynä heikentyneeseen terveyteen ja kuntoon, saaattaa päättyä tuhoisiin seurauksiin.

## **Suu**

Koiria, joille syötetään teollista roskaruokaa, eivät pysty jäljittämään hajuja, mutta itse kehittävät näitä kosolti. ” Koiran suulöyhkä” kuvaa sitä pahaa hajua, joka lehahtaa koiran turmeltuneista hampaista ja sairaista ikenistä, koirien, joita on ruokittu teollisella muonalla tai jauhetulla raakaravinnolla. Koiranmuonatehtailijat myöntävät, että 80% kolmevuotiaista koirista ja 100 % kaksitoistavuotiaista koirista kärsivät iensairauksista. Ientulehdus voi vaikuttaa maksaan, munaisiin ja immuniteettiin—usein kohtalokkain seurauksin.

## **Ruansulatuskanava**

Raastavat sairaudet saattavat pesiä minne tahansa, suusta peräaukkoon. Mars Corporationin, maailman suurimman lemmikkieläinruokavalmistajan mukaan 10-15 % koirista kärsii oksentelusta ja ripulista. Monilla koirilla on parantumaton, krooninen, tulehduksellinen suolistosairaus, vääränlaisen dieetin seurauksena. Joka vuosi tuhannet koirat kuolevat vatsalaukun kiertymään, jolloin vatsalaukku täyttyy kaasulla ja kiertyy. Koirat, joita ruokitaan luonnollisella ruualla, kärsivät huomattavasti vähemmän tästä vaivasta.

Teollisuusmuonalla ruokitut koirat ovat taipuvaisia epäsosiaalisiin tapoihin. Jos koiran tunkkainen iho/suulöyhkä saa nenän kipristymään, niin sitä tekevät myös eritoten jätökset.

Sitten on olemassa roskaruokakoirien tapa syödä omia ulosteitaan. Vaikkakin kuvottavaa ihmisten mielestä, monet koirat nauttivat lehmien ja lampaiden ulosteista vitamiinien ja mikrobien lähteenä. Koirankakka kuuluu samaan viljapohjaiseen roskaruokakategoriaan; runsaisiin, löysiin, ”elävää saalista” kuhiseviin jätöksiin.

Koirat, joille syötetään lihaluita, harvoin, jos koskaan syövät omia ulosteitaan. Luonnollinen ruoka sulaa jo hyvin ensimmäisellä kerralla. Ulostee, jotka ovat pieniä ja kiinteitä, auttavat myös anaalirauhasten tyhjentymistä.

## **Maksa**

Morgan Spurlock’in lääkäri kartoitti Spurlockin maksan toiminnan niinä kolmenkymmenen päivän aikana, joina hän ahmi McDonald’saterioita. Epäonnisesti koirilla maksatestit eivät useinkaan anna viitteitä vahingoista ennen kuin on liian myöhäistä. Maksakokeita ei juurikaan oteta ja jos otetaan, niin harvoin eläinlääkärit panevat muuttuneet arvot ruokavalion syyksi.

## **Haima**

Kuten maksan, haimankin, joka tuottaa ruoansulatusentsyymejä, on työskenneltävä erikoisen ahkerasti kun koirille syötetään kuumennettua roskaruokaa. Kun haima ei pysty tuottamaan tarpeeksi entsyymejä, ruoka ei sula; tuloksena on suuret määrät ulosteita koiran tullessa aina vaan laihemmaksi. Useimmat eläinlääkärit kehottavat haimapotilaitaan jatkamaan roskaruuan syöttämisestä ja määräävät haimaentsyymitabletteja ja pulvereita. Parempi olisi, jos he määräisivät raakadieetin, joka sisältäisi paljon härän- tai sianhaimaa.

Diabetes mellitus, sokeritauti, kyvyttömyys säännöstellä veren sokeria, on kasvamassa. Joko haima ei tuota tarpeeksi insuliinia tai tuotettu insuliini ei toimi tehokkaasti. Valtaosa eläinlääkäreistä ovat huomanneet, että hyvin viljapohjaiset ruokavaliot pahentavat insuliiniriippuvuutta ja määräävät vähemmän viljaa ja enemmän proteiineja. Mutta kyse ei ole vain hiilihydraattimäärän pienentämisestä. Ihmishammaslääkärit ovat todenneet, että potilaat, jotka kärsivät iensairauksista, heillä on usein suurentunut insuliinin tarve. Kun potilaitten ikenet hoidetaan heidän insuliinin tarpeensa vähenee.

Raaka lihaluodieetti tai raadonsyöntiin pohjautuva ruokavalio sisältää vähän jos ollenkaan hiilihydraatteja ja hampaitten puhdistusvaikutusten vuoksi pitää iensairaudet loitolla.

## **Munuaiset**

Munuaiset toimivat yhteydessä toisiin elimiin ja ne säännöstelevät nesteen virtausta, suodattavat verta ja pitävät yllä oikeata verenpainetta ja punaisten verisolujen määrää. Koirat tarvitsevat terveet munuaiset. Kuten muutkin elimet munuaiset toimivat varavoimavarojen turvin; joten jos jopa kaksikolmannesta munuaisten kapasiteetista on tuhoutunut, vahinko ei välttämättä näy testeissä. Jos ja kun testejä tehdään ja havaitaan munuaisten vajaatoimintaa, monet eläinlääkärit eivät huomioi alkuperäistä syytä—roskaruokadieettiä ja ientulehdusta.

## **Keuhkot, Sydän ja Verisuonet**

Vahinko, jonka roskaruoka aiheuttaa keuhkoille, sydämelle ja verisuonille on vielä tutkimuksen alla. Ihmisillä on tunnettua että roskaruuan ainekset vahingoittavat sydäntä. Lääkärit ja hammaslääkärit varoittavat yhä enenemässä määrin, että krooninen ientulehdus voi aikaansaada sydänkohtauksia, keuhkosairautta tai aivohalvauksen. Jotkut eläinlääkärit puhuvat asiasta samalla äänenpainolla.

## **Lihakset/Luusto**

Kuinka usein nähdäänkään vanhojen koirien lönyttävän omistajiensa hihnassa puistoissa-väsyneinä, ontuen ja onneton ilme silmissään. Ne ovat epäonnisia raukkoja, jotka ovat koko ikänsä syöneet roskaruokaa. Jospa vain tietäisimme, miten paljon niiden lihakset ja nivelet särkevät! Jos otamme nuo samat raihnaiset koirat ja vaihdamme niiden ruokavalion ja hoidamme niiden ienvaivat, niin niistä tulee kuin pentuja jälleen –ei enää kallita eläinlääkärinkäyntejä, valikoituja pillereitä tai lisäravinteita.

## **Aivot**

Dieetistä johtuva aivosairaus, joko lievä tai vakava, on yleensä väärin todettu, väärin hoidettu ja kuolemaan johtava.

Ehkä meidän ei pitäisi olla hämmästyneitä, jos nuoret koirat, joiden aivoja pommitetaan vierailla kemikaaleilla ja immuntiteettiä häiritsevillä tekijöillä kärsivät päänsärystä, rauhattomuudesta ja keskittymiskyvyn puutteesta. Ammattimaiset koirankasvattajat ovat kertoneet minulle, että epätoivottu käytös katoaa usein ja koirista tulee helposti koulutettavia kun omistajat muuttavat ruokavalion luonnonmukaiseksi.

Jotkut koirat, joille syötetään roskaruokaa, kärsivät epileptisistä kohtauksista, toiset koirat saavat yllättäviä raivokohtauksia ja käyvät omistajiensa kimppuun.

Kun tavanomaisilla keinoilla ei saada tottelemattomuutta kuriin tai vakavaa aivosairautta hallintaan, monet koirat saavat viimeisen piikin. Ruokavalion muutos olisi parempi ratkaisu.

## **Immuuniteetti**

Vastustuskyky, sen ollessa hyvä ja toimiessa moitteettomasti, auttaa parantamaan kuluneita ja vahingoittuneita kehon osia. Taidokkaasti toimivilla soluvälitteisillä järjestelyillä, vasta-aineilla ja välittäjäaineilla immuunivaste suojaa kehoa sisääntunkeutuvilta mikrobeilta ja syövältä.

Immuuniteetin pettäminen voi ilmetä monella tapaa ja vaihtelee lievästä vakavaan. Vastustuskyvyn pettäminen on usein seurausta teollisen koiranmuonan syöttämisestä. Kun meillä on käytettävissä objektiivista tutkimustietoa opimme missä määrin ruokavalio vaikuttaa puolustusjärjestelmään. Saattaa olla, että roskaruokatehtailijat jo sen tietävät, mutta eivät kerro—lukuunottamatta tapauksia, jolloin se edesauttaa markkinointia. Nämä tehtailijat rikastavat tuotteitaan antioxidanteilla, koska he sanovat, että ne auttavat pentujen immuuniteettiä parempaan

rokotusvasteeseen. He väittävät tuotteittensa estävän nivelvaivoja, ienvaivoja tai vanhenemista— toisin sanoen he myöntävät ruokavalion vaikutuksen vastustuskykyyn.

Tuhansilla ehkä miljoonilla koirilla todetaan ihoallergia tai tulehduksellinen suolistosairaus. Niille syötetään tonneittain kortikosteroideja ja muita myrkyllisiä lääkkeitä kun ruokavalion muutos olisi ainoa tehokas ”hoitomuoto”. Allergia tai immuunijärjestelmän yliaktiivisuus johtaa siihen, että immunitteettimekanismit hyökkäävätkin omaa kehoa vastaan usein vakavin jopa kuolemaan johtavin seurauksin. Näitä kutsutaan autoimmuunisairauksiksi. Joskus kuitenkin vuosien urhoollisen kamppailun jälkeen, immuunijärjestelmä romahtaa. Tutkin joukon koiria jotka kärsivät immuunikadosta ja vakavasta ientaudista kun niille oli ikänsä syötetty roskaruokaa. Kun ikenet hoidettiin ja ruokavalio vaihdettiin koirista tuli kuin uudestisyntyneitä.

## **Koko Keho**

Kun otamme huomioon että kaikki kehonosat ovat yhteydessä keskenään ja että kokonaisuus on suurempi kuin osien summa silloin voimme ymmärtää että hyvä ruokavalio on oleellista koko terveydelle.

Jotkut roskaruokakoirat ovat säälistävän laihoja kun taas monet ylipainoisia jopa lihavia. Molemmille koiraryhmille ruokavalion muutos on usein ainoa tarpeellinen muutos saada hyvät muodot ja hyvä terveys.

Teollisuusmuonalla ruokitut koirat ovat herkkiä saamaan tulehduksia ja tarvitsevat näinollen antibiootteja, joita määrätään suurina annoksina ja suurina määriä. Luonnollisesti ravitut eläimet ovat vähemmän taipuvaisia saamaan infektioita; ne myöskin toipuvat sairauksista nopeammin ja tarvitsevat näinollen vähemmän myrkyllisiä lääkkeitä.

Tarvitaan enemmän tietoa syöpäsairauksista lemmikkikoirilla. Kuitenkin perustavat ravinto-opilliset ja lääketieteelliset periaatteet painottavat, että ruokavalio on todennäköisesti avainasemassa. Lisätutkimuksia odoteltaessa ei pidä kuitenkään tuhlata aikaa kun tietää, että syövän kehittyminen vie vuosia. Parasta on panna pennut syöväntorjuntadieetille jo aikaisin--- jo ennen syntymää.

Kasvattajat kertovat minulle, että pennut syntyvät vahvempina ja tarve keisarinleikkauksiin vähenee kun narttua ruokitaan luontaisesti. Jos pennut vieroitetaan luonnonmukaiseen ruokaan ja sen jälkeen jatketaan samalla tapaa, kuinka paljon pitemmän elämän ne elävätään verrattuna manipuloidulla ruualla ruokittuihin. Näillä näkymin meillä ei ole tähän vastausta, tarvitsemme enemmän tutkimusta. Tiedämme kyllä, että monet, ehkä enemmistö eläimistä, joita syötetään roskaruokalla, elävät kurjan elämän ja niillä on edessä pitkä ja hidas kuolema, vastakohtana luonnonmukaisesti ravitut koirat, jotka elävät mukavammin ja sairauksista vapaina, ja kun loppu lähestyy raihnaisuutta kestää vain hetken. Pentulaatikosta hautaan olkoon mottomme ”ennaltaehkäisy, ei hoito”