

Козяче молоко може зашкодити хворим на шлунок

Продукт корисний, проте лікарі все ж рекомендують його не всім

Надія КАРБУНАР
✉ karbunar@i.ua

Останнім часом бабусі на чернівецьких ринках активно заохочують господинь купувати козяче молоко, вихваляючи його цілющі властивості. Вартує літр цього лікувального продукту 15 гривень. Мимоволі думається – може й собі оздоровитися, замінивши у щоденному раціоні коров'яче молоко на козяче? Лікарі підтверджують – продукт корисний, та все ж вживати краще без фанатизму.

Підійде для алергіків, але зашкодить людям з хворим шлунком

– Насамперед варто зазначити, що козяче молоко – дуже

дільничний терапевт міської поліклініки №2 Ольга Бойко. – Воно містить менше лактози (молочного цукру), ніж коров'яче, тому підходить тим, у кого вона погано засвоюється. Вважається, що кози мають здатність фільтрувати шкідливі речовини, які можуть потрапити в молоко. Крім того, вони не хворіють на туберкульоз, бруцельоз та інші хвороби, на які можуть недужати корови. Козяче молоко більш однорідне, ніж коров'яче, до його складу входять білки високої якості, безбілковий азот, тіамін, піакрін та багато іншого.

Козяче молоко, як і коров'яче, входить до групи казеїнових (казеїн – це складний білок молока, що містить фосфор, є джерелом кальцію і фосфору для організму). Проте воно не містить альфа-1S-казеїну, який є основним джерелом алергічних реакцій на коров'яче молоко. Тому козяче молоко можуть пити ті, у кого на коров'яче алергія.

У козячому молоці ► Козячим молоком зцілю-

його вживати, краще порадитися із лікарем-гастроентерологом, наголошує пані Бойко. Надмірне захоплення молоком може загострити хронічні захворювання шлунково-кишкового тракту та викликати проблеми з підшлунковою залозою. Варто також пам'ятати, що у людей після 35 років перестає вироблятися фермент, який відповідає за перетравлення молочних білків тваринного походження, тож їм краще замінити у раціоні молоко на молочні продукти.

Діти можуть підхопити з молока стафілокок

Що ж до того, чи можна вживати козяче молоко дітям, педіатри сходяться на одному – можна, але обережно.

– На першому році життя молоко будь-яких ссавців, крім грудного молока матері, є неприпустимим, – каже асистент кафедри педіатрії та дитячих інфекційних хвороб БДМУ, кандидат медичних наук Сергій

Мастер-подолог

предоставит
квалифицированные
услуги по уходу
за проблемными
стопами:

- мозоли • натоптыши
- трещины • грибковые заболевания • диабетическая стопа и т. д.

Массаж ног
Консультации о самых
доступных и эффективных
методах борьбы с этими
проблемами
т. 050 183 39 81
Рекрут Алена

АЛКОГОЛІЗМ: обрив запою НЕВРОЗИ, АНОРЕКСІЯ



лікує лікар психіатр нарколог

(0372) 194 00 95,
(050) 542 38 34, (067) 191 15 90
ГАРЯЧА ЛІНІЯ: 0 800 500 283
www.psychiatria.com.ua

Буковинський міжрегіональний центр професійної реабілітації інвалідів проводить навчання інвалідів 1-3 груп працездатного віку зі спеціальностей:

- оператор комп'ютерного набору
- конторський службовець (бухгалтер)
- швачка
- кравець
- молодша сестра з догляду

Проживання, харчування, навчання, соціально-психологічний та медичний супровід, культурні заходи в центрі здійснюються безоплатно для інваліда.

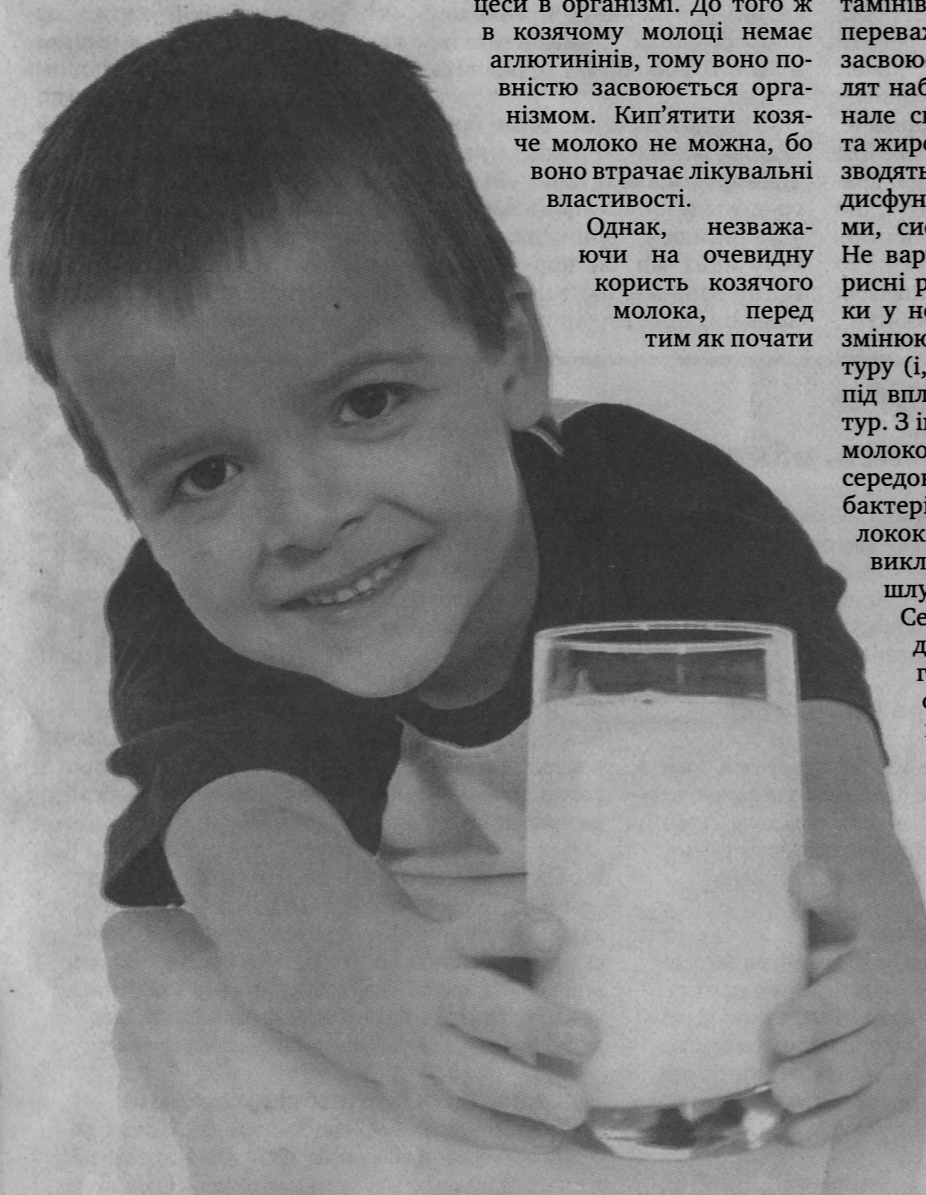
За довідками і направленням звертатись до районних управлінь праці та соціального захисту населення.

Адреса центру: **м. Чернівці, вул. Південно-Кільцева, 8 А**
Контактні телефони: **(03722) 4-59-04, 4-73-21**

Буковинський центр пластичної та естетичної хірургії

КЛИНІКА
Plast

калорине, тож його вводять у раціон лише при значному виснаженні організму, аби відновити сили після тривалої хвороби, – розповідає



● **Козяче молоко допоможе відновити сили після тривалої хвороби.**
Фото з архіву "Погляду"

більше калію, магнію, фосфору і кальцію, ніж у коров'ячому, а тому воно позитивно впливає на діяльність серцево-судинної системи, нормалізує обмінні процеси в організмі. До того ж в козячому молоці немає аглютининів, тому воно повністю засвоюється організмом. Кип'ятити козяче молоко не можна, бо воно втрачає лікувальні властивості.

Однак, незважаючи на очевидну користь козячого молока, перед тим як почати

вали своїх пацієнтів ще Авіценна та Гіппократ

Сажин. – Склад та питома вага макро- та мікроелементів і вітамінів у козячому молоці хоч і переважає материнське, проте засвоюється в організмі немовлят набагато гірше. А недосконале співвідношення білкових та жирових фракцій часто призводять до шлунково-кишкових дисфункцій, проблем з нирками, системою кровотворення. Не варто забувати, що всі корисні речовини містяться тільки у некип'яченому молоці та змінюють свою хімічну структуру (і, відповідно, активність) під впливом високим температур. З іншого боку, некип'ячене молоко є гарним поживним середовищем для цілого ряду бактерій (сальмонели, стафілококи, бруцели), які можуть викликати у дітей гострі шлунково-кишкові інфекції. Серед основних показань до використання козячого молока є виснаження організму внаслідок тяжких хронічних інфекцій. Його можна вживати як будь-який продукт дватри рази на тиждень по 100-200 мл (залежно від віку) на другому році життя і далі. Більш корисними та безпечними у дитячому віці є кисломолочні продукти (сир, кефір), які можна вводити як прикорм з восьмимісячного віку. А вибір молочного продукту у дітей грудного віку повинен зводитись до вживання грудного материнського молока.

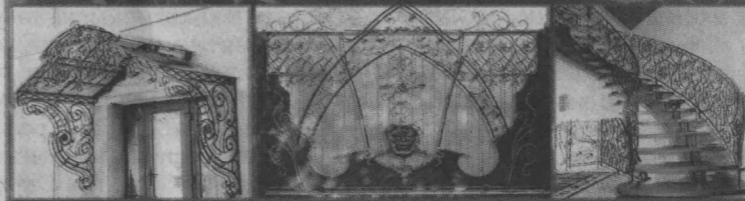
МИ ПЕРЕТВОРИЛИ
красу на мистецтво

- Зменшення та підтяжка грудей
- Підбір розміру імплантів
- Лазерна ліпосакція (smart lipo)
- Абдоменопластика
- Вакуумна ліпосакція
- Інтимна естетична корекція
- Контурна пластика
- Ботокс/Диспорт
- Корекція об'єму та форми губ
- Біоревіталізація шкіри
- Лазерні послуги
- Трансплантація волосся
- Лікування хропіння
- Підтяжка обличчя
- Блефаропластика
- Риноластика
- Отоластика
- Збільшення грудей

Ліцензійний МПЗУ-АГ №694576 від 16.03.2012р.

м. Чернівці, вул. Боярка, Т-А
тел.: (0372) 54-72-82, (050) 374 56 66
www.plastart.org

Художня
ковка



вул. Руська, 248Б, магазин "WinLock",
т.: (0372) 555 404, 050 677 52 13, 050 820 45 42