

## ЧАСТЬ ЗАБОЛЕВАНИЙ, СВЯЗАННЫХ С ПОТРЕБЛЕНИЕМ МЯСА:

- Синюха
- Кишечная палочка
- Сальмонелла
- Птичий грипп
- Коровье бешенство
- Свиная эпидемия (PMWS)
- Листерия
- Отравление моллюсками
- Предэклампсия
- Кампилобактер

### ПРИМЕР ЦЕНЫ МЯСОЕДЕНИЯ:

#### СЕРДЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

- Более 17 млн. человек теряют жизнь ежегодно по всему миру
- Стоимость лечения сердечных заболеваний минимум 1 триллион долларов в год

#### РАК

- Диагноз заболеваний раком толстой кишки ставится более 1 млн. человек в год
- Более 600 000 смертей от рака кишок ежегодно
- В одних Соединенных Штатах лечение рака стоит около 6,5 миллиардов долларов
- Миллионам людей ставят диагноз раковых заболеваний, связанных с потреблением мяса ежегодно

#### ДИАБЕТ

- 246 миллионов больных по всему миру
- Установлено, что на лечение тратится 174 миллиарда долларов в год.

#### ОЖИРЕНИЕ

- Во всем мире 1,6 млрд. взрослых страдают от лишнего веса, еще 400 миллиардов страдают от ожирения
- Ежегодные расходы на медицинское обслуживание составляют 93 миллиарда только в США
- По меньшей мере 2,6 миллионов человек ежегодно умирают от проблем, связанных с избыточным весом или ожирением

#### ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

- Расходуется 70% чистой воды
- Загрязняется большая часть водоёмов
- Вырубается лес, лёгкие планеты Земля
- Расходуется 43% мировых зерновых культур
- Расходуется 85% сои в мире
- Является причиной голода и войн в мире
- Является причиной глобального потепления на 80%

#### И ЭТО НЕ ВСЁ...

### НЕКОТОРЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ПОТРЕБЛЕНИЯ МОЛОКА:

- Рак груди, простаты, а также тестикулярный рак от гормонов, присутствующих в молоке
- Листерия и болезнь Крона
- Гормоны и насыщенный жир ведут к остеопорозу, ожирению, диабету и сердечным заболеваниям
- Также есть связь с увеличенным риском рассеянного склероза
- Классифицируется как сильный аллерген
- Непереносимость лактозы

#### И ЭТО НЕ ВСЁ...

### ПРИМЕРЫ ПОЛЬЗЫ ОТ ВЕГЕТАРИАНСКОЙ ДИЕТЫ:

- Понижение кровяного давления
- Понижение уровней холестерина
- Помогает при диабете 2 типа
- Предотвращает инсульты
- Лечит атеросклероз
- Сокращает риск заболевания сердечными болезнями на 50%
- Сокращает риск операций на сердце на 80%
- Предотвращает многие виды рака
- Усиливает иммунную систему
- Продляет жизнь на 15 лет
- Повышает интеллект
- Экономит более 70% чистой воды
- Спасает 70% амазонских лесов от вырубки, для создания пастбищ для скота.
- Решение проблемы мирового голода:
  - Освобождает 3 433 млн гектаров земли ежегодно
  - Экономит 760 млн тонн зерна каждый год (половина мировых ресурсов)
- Использование ископаемого топлива снизится на 2/3, чем при производстве мяса
- Сократится загрязнение от животных отходов
- Очистится воздух
- Будет сэкономлено 4,5 тонны выбросов в США на семью в год
- Остановит 80% глобального потепления

#### И ЭТО НЕ ВСЁ...

**СПАСИ СВОЮ ЖИЗНЬ: БУДЬ ВЕГЕТАРИАНЦЕМ. СТАНОВИСЬ «ЗЕЛЁНЫМ».**

За дополнительной информацией обращайтесь на сайт [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)

## **ТРАГИЧЕСКИЕ ЖЕРТВЫ АЛКОГОЛЯ:**

**1,8 миллиона смертей, связанных с потреблением алкоголя ежегодно в мире**

### **Цена связанных с потреблением алкоголя болезней:**

- 186.4 млрд \$ в США
- До 210-665 млрд \$ по всему миру

### **Заболевания**

- Рак
- Заболевания печени
- Сердечно-сосудистые заболевания

### **Повреждения мозга**

- Амнезия и слабоумие
- Уменьшение мозга

### **Отказ органов**

- Сердце

- Печень
- Почки
- Желудок
- Поджелудочная железа
- Глаза

### **Дефекты у**

### **новорожденных**

- Умственная отсталость
- Эмбрионный алкогольный синдром:
  - замедление роста
  - деформация лица

- Синдром внезапной детской смерти

- Выкидыш

### **Преступления, связанные с потреблением алкоголя**

- Жестокое обращение с детьми: 50% случаев
- Жестокое обращение с близкими: 30% случаев
- Акты насилия: 40-80% случаев
- Самоубийства: 20-50% случаев

### **И ЭТО НЕ ВСЁ...**

## **ПОЛЬЗА ОТ ЗАПРЕТА НА АЛКОГОЛЬ:**

### **ЭКОНОМИЯ СРЕДСТВ**

Канадские исследования показывают, что программа запрета алкоголя может спасти 880 жизней и 1 млрд. долларов в год.

### **СМЕРТНОСТЬ**

- 10% снижение продаж водки привело к значительному снижению смертей от алкоголя в России за год.
- Физическая нагрузка, снижение потребления алкоголя, употребление фруктов и овощей, и отказ от курения увеличивает жизнь на 14 лет.
- Всемирная организация здравоохранения обнаружила, что алкогольная политика, в том числе повышение налогов, снижение дней продажи алкоголя, ограничение часов продажи алкоголя и повышение возраста его доступности эффективно снижают наносимый им вред. А именно:
  - o Повышение налогов на алкоголь на 10% в Европейском Союзе спасет 9 000 жизней в год.
  - o Если сократить продажу алкоголя на один день в неделю, это снизит годы инвалидности и ранней смерти на 123 000 лет в Европейском Союзе.

### **РАК**

Всемирный фонд исследований рака обнаружил, что снижение потребления мяса и алкоголя уменьшает риск рака.

### **ДРУГИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ**

- Степень восстановления мозга и его производительность увеличиваются после прекращения употребления алкоголя
- Пациенты, страдающие от алкогольного гепатита могут полностью вылечиться, если откажутся от алкоголя и будут хорошо питаться.
- Bodybuilding.com заявляет что бодибилдеры, которые не пьют алкоголь, ощущают пользу в вопросах набора мышечной массы, гидратации, метаболизма, восстановления, и сосредоточенности.
- После запрета на алкоголь в Барроу, Аляска, США, употребление алкоголя беременными женщинами снизилось на 30%.
- Сайт health.com сообщает, что жизнь без алкоголя приносит следующую пользу:
  - Улучшение отношений с семьей и друзьями
  - Свободное время и деньги на другие вещи
  - Улучшение ситуации на работе и отношений с коллегами
  - Лучшее душевное здоровье
  - Появление друзей, занимающихся здоровыми видами деятельности
- Группа бывших алкоголиков на форуме в интернете поделилась следующими наблюдениями о пользе жизни без алкоголя:
  - Улучшение здоровья
  - Улучшение качества свободного времени
  - Больше денег
  - Больше времени с детьми
  - Увеличение уверенности и самоуважения
  - Большая любовь к жизни

### **СОЦИАЛЬНЫЕ СТОРОНЫ**

- Запрет алкоголя в Новой Зеландии на 98% снизил нарушения связанные с алкоголем и другие преступления.
- Когда резервация индейцев племени черноногих запретила продажи алкоголя во время Дней американских индейцев, они обнаружили такие улучшения за четыре недели:
  - Не было нарушения правил дорожного движения
  - На 44% меньше нападений
  - Не было арестов за вождение в нетрезвом виде
  - На 75% меньше людей попали в больницу
  - На 64% меньше беспорядков
  - На 25% меньше обвинений в нарушении общественного порядка, публичном пьянстве и переносе алкоголя открытым.
- Исследования в Нью-Мексико, показывают, что запрет продаж алкоголя в воскресения привел к уменьшению столкновений и смертей на дорогах.

- Кол-во связанных преступлений снизилось на 15% от запрета алкоголя в Аберистуите, Британия.
- Запрет алкоголя стал постоянным в районе дамбы города Коффс Харбор, Австралия, так как благодаря ему сократилась преступность.
- Запрет алкоголя в Кинкейд Лейк, США, привел к отсутствию смертей на воде, снижению серьезных происшествий на лодках и преступности.

## **МОЛОДЕЖЬ**

- Власти сообщили о снижении вандализма после запрета алкоголя в кампусе Университета Оклахомы, США.
- В США, в штате Флорида, повышение возраста продаж алкоголя с 18 до 21 года значительно снизило число смертей в автомобильных авариях.
- Добровольный отказ от продаж алкоголя лицам младше 21 года в британской деревне Марск стал постоянным после снижения преступности.

**За дополнительной информацией обращайтесь на сайт [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)**

## **ТРАГИЧЕСКАЯ РАСПЛАТА ЗА НАРКОТИКИ:**

- Более 200 000 смертей ежегодно по всему миру
- Ежегодный ущерб в США составляет 181 млрд. долларов, в Великобритании 33 млрд. долларов
- Общая сумма на лечение наркотической зависимости в Великобритании составляет 575 млрд. долларов

### **ВРЕДОНОСНЫЙ ЭФФЕКТ**

- Повреждения мозга
- Инсульт
- Заболевание сердца
- Болезнь печени
- Туберкулёз
- Эмфизема
- Рак
- Депрессия
- Самоубийство
- Потеря памяти
- Умственные заболевания
- Повышение детской смертности
- Возрастает преступность и насилие
- Импотенция

### **ПРЕСТУПНОСТЬ И НАСИЛИЕ:**

- Наркотики являются причиной 50% ограблений в Великобритании ежегодно
- В США 60% задержанных в год - наркоманы
- В США 650 человек, зависимых от героина, совершило 70 000 преступлений в течение трёх месяцев

### **ЦЕНА ДЛЯ ОБЩЕСТВА**

- Американские компании теряют 100 миллиардов долларов ежегодно из-за злоупотреблений алкоголем и наркотиками .
- Австралийцы тратят 53 миллиарда долларов в год на лечение, юридические расходы и реабилитацию наркоманов

### **СМЕРТЬ**

- В США каждый день из-за наркотиков **умирает 52 человека**
- В Канаде наркотическая зависимость связана с 21% смертей и 23% потерь потенциальной продолжительности жизни из-за ранних смертей

### **И ЭТО НЕ ВСЁ...**

#### **ПОЛЬЗА ЛЕЧЕНИЯ И ОТКАЗА ОТ НАРКОТИКОВ:**

В США лечение наркомании спасает жизни, сокращает преступность и восстанавливает семьи, а также:

- 69% прошедших лечение в течение года бросает наркотики
- В течение года после лечения на 64% сокращаются аресты
- В Калифорнии, США, исследование показало, что каждый доллар, затраченный на лечение наркоманов сэкономил 7 долларов, ввиду снижения преступности, сокращения медицинских расходов и повышения стабильности.
- 20 лет исследований в США продемонстрировали, что программы по лечению наркомании эффективны в сокращении преступности, а также улучшают здоровье и социальные функции участников
- Институт штата Вашингтон по исследованиям общественной политике находит, что программы лечения наркоманов эффективны, и экономят штату от 1 900 до 31 200 на каждом ребенке.
- Программы против наркотиков на рабочих местах помогли добиться:
  - меньшего количества прогулов
  - сокращения несчастных случаев
  - большей продуктивности
  - лучшего морального состояния
  - лучшего здоровья рабочих
  - меньших затрат на больничные
  - меньше затрат на поддержание здоровья
  - сокращения страховых взносов для компании

Следующий ответ на вопрос о том, какова польза того, чтобы быть свободным от наркотической зависимости, был признан лучшим на "Yahoo Ask":

- Не надо бояться полицию,

- Не надо бояться инфекции от шприца
- Не надо бояться повредить мозг
- Не надо бояться замедленной реакции при вождении машины
- Радость свободы воспринимать мир полноценно (зрение, ощущения, вкус, речь, слух)
- Быть в состоянии хорошо функционировать во время кризисной ситуации или ЧП.
- Возможность рассказать другим о радости жизни свободной от наркотиков.

**За дополнительной информацией обращайтесь на сайт [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)**

### **ТРАГИЧЕСКИЕ ЖЕРТВЫ КУРЕНИЯ:**

**-5.4 миллиона смертей в год по всему миру связано с курением**

**-на лечение болезней, связанных с курением, тратится 96 млрд долларов только в США**

### **ЗАБОЛЕВАНИЯ СЕРДЦА:**

тромбоз коронарных артерий, тромбоз сосудов головного мозга, почечная недостаточность

### **РАК:**

рак лёгких, рак пищевода, рак почки, рак мочевого пузыря

### **ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЁГКИХ:**

эмфизема, бронхит

### **ИНСУЛЬТ**

### **ИМПОТЕНЦИЯ**

### **ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ВРЕД ОТ ПАССИВНОГО КУРЕНИЯ:**

синдром внезапной детской смертности, преждевременные роды, расщелина губы или нёба, детская астма, бронхит, воспаление среднего уха

**И ЭТО НЕ ВСЁ...**

### **ЗАПРЕТ НА КУРЕНИЕ СПАСАЕТ ЖИЗНИ:**

-Исследования PIRE (Института общественной службы) показывают, что строгие законы против курения в Калифорнии спасут более 50 000 жизней к 2010 году.

-Запрет на курение в общественных местах в Великобритании снижает эффекты пассивного курения, приводящие к смерти более чем 11 000 человек в год.

- Благодаря запрету страны на курение в общественных местах, Уэльс предполагает предотвратить 400 смертей в год.

-Даже у людей в возрасте 65 и более лет улучшается здоровье, когда они бросают курить, снижая общую смертность на 20%, а смертность от рака легких на 42%.

-Мэр Нью-Йорка в США, Майкл Блумберг, объявил, что уровень курения среди подростков упал на 50% за последние шесть лет, таким образом предотвратив 8000 преждевременных смертей.

### **ЗАПРЕТ НА КУРЕНИЕ означает снижение острого коронарного синдрома**

-Исследования проведенные Американской ассоциацией сердца показали, что количество сердечных приступов в Пуэбло, штат Колорадо в США, снизились на 27% после запрета на курение в общественных местах, в то время как в соседнем графстве, где запрета нет, количество сердечных приступов не снизилось.

-Всего через год после запрета на курение в общественных местах в Ирландии случаи острого коронарного синдрома сократились на 11%.

-Ученые университета Глазго сообщили, что количество сердечных приступов в Шотландии упало на 17% со времени введения запрета на курение в прошлом году.

-Национальный санитарный институт Франции объявил о значительном снижении уровня сердечных приступов после введения в стране запрета на курение. Также была замечена польза в снижении эффектов пассивного курения.

- В Нью-Йорке, США, замечено 8% снижение обращения в больницы с острыми инфарктами миокарда после всестороннего запрета на курение, что привело к экономии 56 млн. долларов в год в области здравоохранения.

- Обращение в больницы по поводу острых сердечных приступов людей младше 60 лет снизилось в Пьемонте, Италия, на 11% после запрета на курение в общественных местах.

### **ЗАПРЕТ НА КУРЕНИЕ – это улучшение здоровья**

-Данные национального опроса населения показывают, что те кто курит, имеют больше хронических болезней, таких как бронхит, астма и высокое кровяное давление.

- В исследовании Европейского института онкологии в Милане, Италия, показано, что у курильщиков выше риск развития полипов кишечника, особенно таких, которые приводят к раку.

- У курильщиков и тех, кто подвержен пассивному курению рак кишечника развивается примерно на 7 лет раньше, чем у тех, кто не курит.

- Курящие женщины с определенной генетикой имеют повышенный риск развития рака груди по исследованиям журнала "Эпидемиология, биомаркеры и профилактика рака".

- У некурящих больше шансов сохранить к старости зубы, чем у тех кто курит.

### **ЗАПРЕТ НА КУРЕНИЕ – это здоровье детей**

- Исследование Института здоровья и жизни детей при Университете Бристолья указывает, что дети женщин, курящих во время беременности в 4 раза больше подвержены синдрому внезапной детской смертности.

- Курение и алкоголь наносят вред сперме, передавая детям измененные гены.

- Д-р Шакира Франко Суглия из Гарвардской школы общественного здоровья сообщила, что дети, живущие в районах с высоким уровнем загрязнения воздуха, или на которых влияет курение родителей, хуже проявили себя в тестах памяти и интеллекта, чем те, кто живет в местах с чистым воздухом.

- Дети, регулярно вдыхающие дым от курящих в три раза больше рискуют заболеть раком легких и другими респираторными заболеваниями.

### **ЗАПРЕТ НА КУРЕНИЕ – это улучшение рабочих условий**

- Всего за два месяца запрета на курение в Шотландии работники баров сообщили о 33% снижении респираторных и иных заболеваний.

- У некурящих, вдыхающих табачный дым, примерно на 20% повышается риск развития рака легких.

- Запрет на курение в общественных местах в Ирландии на 83% снизил загрязнение воздуха в пабах.

### **ЗАПРЕТ НА КУРЕНИЕ полезен для бизнеса**

- Через пять лет после запрета курения на линиях Аэрофлота, его пассажиропоток вырос на 15%, а количество полетов в США выросло на 25%.

- В ежегодном отчете главный врач Британии Лиам Дональдсон заявил, что запрет на курение экономит около 2,7 млрд. фунтов: - 680 млн. фунтов благодаря здоровым и эффективным работникам - 140 млн. фунтов на уменьшении больничных - 430 млн. фунтов на ликвидации перекуров - 100 млн. фунтов на затратах на уборку связанных с курением.

Для дополнительной информации обращайтесь на сайт: [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)

