

## VITAMIN B17, ĐIỀU KÌ DIỆU CỦA CUỘC SỐNG?

Vitamin B17 là chủ đề của các vụ tranh cãi từ hơn 20 năm trước đây. Đó là khi các nhà khoa học hàng đầu thế giới tuyên bố rằng khi con người hấp thu các thành tố của hạt trái cây, đặc biệt là vitamin B17, sẽ giảm đáng kể nguy cơ bị ung thư v

Còn được biết đến dưới cái tên Laetrile và Amygladin, vitamin B17 được tìm thấy trong hầu hết các loại hạt - chẳng hạn như táo, đào, anh đào, xuân đào, nho và nhất là mơ. Nó còn hiện diện trong một số đậu hạt và cây thân thảo, chẳng hạn như lúa mì. Hạt của quả mơ hay đào không nên bỏ phí.

Lớp vỏ cứng như vỏ sò bên ngoài là chiếc áo giáp bảo vệ cho một trong những loại thực phẩm quan trọng nhất của nhân loại – phần hạt. Nó là một trong những món ăn chính của con người xa xưa như: thổ dân da đỏ Navajo, người Hunzakut, Abkhazian...

Những thổ dân này chưa từng nghe có một người bị bệnh ung thư nào khi họ áp dụng lối ẩm thực truyền thống của mình. Vào năm 502 sau Công nguyên, hạt mơ đã được dùng để chữa trị các khối u, và vào thế kỷ XVII ở Anh, tinh dầu hạt mơ được dùng để chữa trị các khối u và viêm loét.

Hạt mơ có tác dụng phòng ngừa bệnh tốt.  
(Ảnh: fruechte-megerle.de)

Hơn 35 năm trước đây, hạt mơ được xem là phương thuốc chữa trị bệnh ung thư. Đã có tuyên bố mạnh mẽ rằng nếu mỗi ngày ăn 7 hạt mơ, chúng ta sẽ hầu như không bị bệnh ung thư. Điều này cũng tương tự như bạn không bao giờ bị bệnh Scorbut nếu mỗi ngày ăn một quả cam và sẽ không bị chứng nứt da nếu như ngày nào cũng hấp thu đủ vitamin B.

Phản ứng trước thông tin này, các công ty dược phẩm đã gây sức ép với Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Mỹ FDA để tuyên bố rằng việc bán hạt mơ tươi hay vitamin B17 kèm theo thông tin về khả năng chữa bệnh của nó là bất hợp pháp. Ngay cả vào thời điểm hiện tại ở nước Mỹ, bạn cũng khó mà mua được hạt mơ tươi tại các cửa hàng thực phẩm dưỡng sinh, chỉ có loại hạt mơ sấy khô đã mất đi nhiều enzyme quan trọng.

Các công ty dược phẩm Mỹ chỉ nghiên cứu trên những chất hóa học được cấp bằng sáng chế, để đến khi đúc kết công trình, nếu sản phẩm được chấp thuận, họ sẽ là người độc quyền kinh doanh sản phẩm đó. Họ ít khi nào nghiên cứu những loại thực phẩm bán rộng rãi tại các siêu thị và dĩ nhiên là không thể cấp bằng sáng chế cho những mặt hàng tươi sống này.

Bác sĩ Krebs - nhà khoa học đã khám phá ra vitamin B17, cho biết: Chúng ta không cần thiết phải xem hạt mơ như thành phần chính trong bữa ăn hàng ngày. Nhưng trong chương trình phòng chống bệnh ung thư, chúng ta cần lượng tương đương của 7 hạt mơ/ngày. Hạt mơ ở vùng Trung Á hay Địa Trung Hải ngọt thơm đến nỗi nó được dùng để thay thế cho hạt hạnh nhân.

Ở Mỹ, do hạt mơ rất đắng, nên người ta băm nhỏ nó ra, trộn với một muỗng cà phê mật ong hay nước cốt táo và... nuốt. Những loại thực phẩm khác cũng có chứa vitamin B17 như: hạnh nhân đắng, hạt kê và đậu lima. Mỗi ngày, bạn cũng có thể dùng 1-2 viên bổ sung vitamin B17 (100mg).

Song song đó, dùng thêm nước ép trái cây, rau củ sẽ rất tốt. Pha chế nước ép củ cải đường chung với một số rau quả khác có tác dụng lọc độc tố trong gan. Kèm theo đó là phải uống nhiều nước (8-10 ly 250 ml để giải phóng những độc tố này ra khỏi cơ thể).

Những loại thực phẩm không nên hấp thu nhiều là đường tinh chế, caffeine (không tốt cho gan và thận), bột mì trắng (dễ biến thành đường), thịt. Bạn cũng có thể ăn thịt, nhưng ăn nhiều thịt lại lấy đi những enzyme tiêu hóa giúp phân giải thành protein bao quanh tế bào ung thư.

Tuy nhiên, một khi bệnh ung thư đã lan tỏa khắp cơ thể thì hạt mơ hay vitamin B17 không có tác dụng. Trong một số trường hợp, tiêm laetrile liều cao có thể giảm đau đáng kể cho các bệnh nhân.

Thúy Hân