

Syödään villi luonto?

Lautaselle villiä kumia ja hormonin korvikkeita?
(lähetetty Helsingin Sanomiin 20.5.2007)

Taas alkaa se aika, jolloin ihmisiä yllytetään saalistamaan terveys tien poskesta (HS Koti & Tyyli 18.5.2007). Syödään suihimme luonto ja "villivihannekset"...?

Karnea aate, ainakin kasvibiologian kannalta.

Kasvi ei halua tulla syödyksi. Poikkeuksena ovat vain marjat ja hedelmät, joihin kasvi tuottaa eläimiä houkuttavia maku- ja ravintoaineita – levittääkseen siemeniään kauemmas.

Appelsiini, päärynä ja mesimarja käyvät nisäkkäiden levitettäväksi – mutta ainoastaan kypsinä, kuten siemenille sopii. Näsiän, tuomen ja paprikan marjat taas ovat meille myrkyllisiä tai polttavia, ja ne on tarkoitettu lintujen suihin.

Luonnon kasvimaailma on myrkkujen keidas. Kasvit eivät voi juosta pakoon, joten ne ovat kehittäneet jopa 200 000 pienimolekyylisiä kemikaalia suojautuakseen meiltä, monen moisilta tuholaisilta. Puolet näistä luonnon aineista vahingoittaa soluja sekä aiheuttaa syöpää, perimän muutoksia, keskenmenoja tai epämuodostumia suurina annoksina hiirikokeissa.

Näitä aineita ei ole kehitetty meidän hyödyksemme vaan haitaksemme. Jos jotkin niistä ovat avuksi ihmiselle, on se kasvin kannalta vain onneton sattuma ja ei-toivottu sivuvaikutus.

Kannattaa silti muistaa, että kasviksista saamme myös monia terveydellemme välttämättömiä aineita, joita ihmisen elimistö ei osaa itse valmistaa. Ja viljelykasveista ihmiselle haitalliset aineet ovat vähentyneet vuosituhansien kasvinjalostuksen kuluessa.

Sekalaisten kasvien syömiseen innostetaan kertomuksilla "antioksidanteista", "flavonoideista", "fenoleista" tai peräti "entsyymeistä", joita villikasveista pitäisi saada, varsinkin jos ne syödään elävältä. Näitä laajoja aineryhmiä mainostetaan erittelemättä hyödyllisiksi ihmiselle – vaikka esimerkiksi fenolipullon kyljessä on pääkallon kuva.

Tosiasiassa näissäkin aineryhmissä on niin hyödyllisiä kuin haitallisia yhdisteitä. Eikä ihmisen elimistö suinkaan käytä elävien kasvien "eläviä" entsyymeitä, vaan pilkkoo ne raaka-aineiksi ja valmistaa itse omat entsyyminsä.

Friikit maanittelevat meitä syömään edes maitohorsmat pois perhosilta ja kukkaniityiltä – vaikka jo tiedetään niiden valmistavan farmaseuttisia kemikaaleja. "Keskiyön auringon" hormsavoide vaikuttaa ihoon vahvemmin kuin kortisoni, lupaa mainosteksti.

Rohdosbisneksen villiä menoa ja rahastusta aikansa tarkkailtuaan myös lääkeyhtiöt ovat asettuneet apajalle. Uusia lääkkeitä ei kannata kehittää, sillä "luonnon ihmeet" tuovat yhtiöille varmemmat voitot.

Uuden lääkkeen kehittäminen ja hyväksyttäminen maksaa puoli miljardia euroa, ja turvallisuuden ja tehon tutkimusvaatimukset ovat vain tiukkenemassa. "Sammakon siipiä" saa markkinoille sata tai tuhat kertaa halvemmalla, eikä tehoa tai turvallisuutta tarvitse tutkia – kunhan tuotetta ei kutsu lääkkeeksi.

"Luonnonlääketiedettä" media ja kirjankustantajat puffaavat ilmaiseksi, ja sen säädökset ja valvonta ovat olemattomia. Terveys myytävänä, julkkis särvikkeenä; härskit myyntiväitteet tulvivat postilaatikkoomme.

Saako olla hormonia lautaselle? Soijaa kaupataan vaihdevuosien vaivoihin, koska siinä "on naishormonin tavoin vaikuttavia kasviestrogeeneja". Suomalainen väitöstutkimus tosin todisti äskettäin, että mitään vaikutusta ei ole – moisilla pitoisuuksilla. Miessuvun ja kehittyvien poikien onneksi.

Syöttäisinkö voikukan lehtiä lapsilleni - vaiko sittenkin pupuille? Ne ovat alan asiantuntijoita vuosimiljoonien evoluution tuloksena. Voikukan maitiaisnesteestä on valmistettu kumia, mikä ei käyne ruokasuositukseksi, ja vastaavat yhdisteet kehittävät myös vahvoja allergioita.

Vanhaan hyvään aikaan luonnon kasvatit söivät villiä luontoa ja elivät terveinä ja pitkään. Näin kuuluu "villityksen" perusdogmi. Väliäkö sillä, että tilastot kertovat aivan muuta: vielä vuosisata sitten haudaan väsyttiin kolme-nelikymppisinä.

"Luonnonlääketieteen" oppaat neuvovat syömään joka päivä rohtoraunioyrttiä, joka "ehkäisee ja parantaa" kymmeniä vaarallisia sairauksia sokeritaudista syöpään, astmasta anemiaan, nivelreumasta verisuonten kalkkeutumiseen.

Nyt tiedämme, että yrtti sisältää maksalle myrkyllisiä pyrrolitsidiini-alkaloideja eikä sovi ihmiselle mihinkään käyttöön. Itse kasvan kaunista raunioyrttiä luonnonmukaisena rotanmyrkkynä – otukset järsivät sen makeita juurakoita talvikaudella.

Vuosittain jokunen "itsehoitaja" tärvelee maksansa rohdoksilla. Ei tehdä nyt tästä suurta numeroa – maksan siirrot osataan Suomessa. Moni rohtojen uhri pelastuu elämälle biologiaan nojaavan "koululääketieteen" ja kirurgin veitsen ansiosta.

Kansan terveydelle käy kuitenkin, että monet sairaat eläkeläiset maksavat itsensä kipeiksi hankkimalla ihmeyrtejä tai maagisesti ravisteltua vettä (homeopatia) ja jättävät sairautensa hoitamatta.

Jussi Tammisola, kasvinjalostuksen dosentti, Helsinki



Rohtoraunioyrtti. © Jussi Tammisola