

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Sok z buraka lekiem na raka?

Słyszeliście już o tym, nieprawdaż? Każdy świadomy i dbający o zdrowie człowiek powinien już o tym dawno wiedzieć. Internet nie od wczoraj kipi przecież od doniesień i porad w tej sprawie. Podobnie zresztą jak i od innych radosnych informacji tego rodzaju, wlewających jakże potrzebną otuchę w serca tysięcy chorujących Polaków i Polek. Przecież czymś muszą się oni ratować, w oczekiwaniu na wizytę u specjalisty.

W końcu nie wszystkich jeszcze w naszym kraju, a zwłaszcza emerytów i rencistów, stać na ekskluzywne wlewy witaminowe, zioła z dorzecza Amazonki czy choćby wizytę u słynnej podlaskiej szeptuchy. Ale już na buraka owszem tak.

Na szczęście dobrych wieści płynących z internetu jest więcej. Na przykład, takich jak ta, że w leczeniu raka, podobnie zresztą jak i wielu innych groźnych chorób, skutecznie pomaga czosnek (ale broń Boże nie chiński), najlepiej oczywiście zagryziony garścią suplementów diety i popity zjonizowaną wodą alkaliczną.

Sposobów i metod na pokonanie problemów zdrowotnych współczesnego Polaka jest naprawdę bez liku.

Ale uwaga, lekarz ci o tym nie powie! Przecież lekarze i koncerny farmaceutyczne (tzw. big pharma) ukrywają przed Polakami i Polkami te wszystkie, cudownie proste i skuteczne terapie (w tym również prawdę o wlewach z DMSO, konieczności regularnego odrobaczania się, stosowania postów i detoksów, a także prawdę o skutecznej na wszystko, dostępnej w każdym spożywczaiku sodzie oczyszczonej).

Na szczęście jest sieć, są kioski i księgarnie. Tam, dzięki panującej w Polsce od trzech dekad wolności słowa, każdy może się dowiedzieć jak jest naprawdę. A to dzięki niektórym, prawdziwie niezależnym ekspertom i autorytetom. Dzięki bezinteresownemu zaangażowaniu w sprawy społeczne, autentycznej trosce o zdrowie rodaków i często też geniuszowi, że nie wspomnę już o wyśmienitych kompetencjach potwierdzonych licznymi dyplomami i certyfikatami, odkrywają oni przed Polakami całą prawdę o zdrowiu i chorobach. Dzięki postępowi ta prawda jest dziś dostępna dla każdego niemal na wyciągnięcie ręki. Gdzie konkretnie? Pytanie retoryczne. Każdy wie przecież, że dziś w razie problemów najlepiej poprosić o poradę zdrowotną dr Google'a. Klik klik i już. Szybko. Wygodnie. I za darmo. Ale najważniejsze, że bez ściemy!

Seniorzy, osoby cyfrowo wykluczone, a także preferujące celulozowe źródła wiedzy mogą w zamian wejść do pierwszego lepszego kiosku albo do księgarni. Ich półki coraz bardziej uginają się od periodyków i książek promujących wszelkiego rodzaju „alternatywne” - tudzież naturalne - kuracje, porady i informacje dotyczące zdrowia. Rzecz jasna nie tylko somatycznego.

**A tak na poważnie**, zalew wątpliwej jakości, wprowadzających w błąd, niepełnych lub wręcz kłamliwych, a więc niebezpiecznych dla zdrowia i życia ludzi informacji na temat zdrowia zaczyna przerażać. Przede wszystkim lekarzy - to oni przecież, gdy trafi już do nich taki „świadomy pacjent”, odpowiednio wcześniej sformatowany i „wydukuwany” przez trefne przekazy oraz pseudomedycznych guru, albo też „alternatywnie przeleczony”, mają największy problem.

Na szczęście, przerażenie lekarzy i ekspertów ds. zdrowia publicznego, spowodowane szerzeniem się różnego rodzaju mitów medycznych, półprawd czy wręcz celowo upowszechnianych fałszywych informacji na temat zdrowia i chorób (tzw. fake news) zaczyna coraz częściej owocować oddolnymi, ale także systemowymi działaniami obronnymi lub wręcz kontrofensywnymi.

Przykładem takich działań jest choćby powołanie do życia i finansowanie przez państwo działalności portalu informacyjno-edukacyjnego Serwis Zdrowie, którego głównym zadaniem jest upowszechnianie rzetelnej (tj. opartej na dowodach naukowych - evidence based medicine) wiedzy o zdrowiu, a zwłaszcza o czynnikach ryzyka chorób oraz czynnikach przed nimi chroniących. Podobną rolę, tyle że w węższym obszarze tematycznym - walki z mitami żywieniowymi - pełni powołane niedawno Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej.

Być może jednak już wkrótce państwo oraz środowiska medyczne w Polsce wytoczą przeciwko szkodliwym mitom medycznym jeszcze cięższe działa, podobne do tych jakie strzelają już do fake newsów np. we Włoszech. Przypomnijmy, że w związku z szerzącymi się w tym kraju z wielką siłą fake newsami na temat zdrowia, a zwłaszcza na temat rzekomej szkodliwości szczepionek, tamtejsi lekarze (pod auspicjami zrzeszającej ich krajowej izby lekarskiej - FNOMCeO) zorganizowali w ubiegłym roku głośną i dla wielu szokującą kampanię medialną mającą zwrócić uwagę Włochów na ten problem. Wyprodukowane na potrzeby tej kampanii i publikowane potem we włoskich mediach materiały wizualne przedstawiały m.in. grób dziecka z takim epitafium:

„Non mi hanno vaccinato per paura dell autismo”, czyli: „Nie szczepili mnie ze strachu przed autyzmem”.

Ale w kampanii pojawiły się także groby osób dorosłych - z innymi, również mocno dającymi do myślenia epitafiami, np.:

„Kupiłem w sieci cudowne lekarstwo”, albo: „Leczyłem raka sodą oczyszczoną”.

Każdy z tych "grobowych" obrazów opatrzony był takim samym komentarzem:

„Diffidate delle bufale sul web. Chiedete sempre al medico”, co oznacza: **“Uważaj na bzdury z internetu. Zawsze pytaj lekarza.”**

Ogólny przekaz wspomnianej kampanii jest zatem taki, że wiara w bzdury (tj. naiwność, głupota) może nas dosłownie wpędzić do grobu. I nie ma się co łudzić... W równym stopniu ostrzeżenie to dotyczy wiary w szkodliwość szczepionek, jak i w niepotwierdzone naukowo informacje o cudownych, alternatywnych metodach leczenia raka czy innych chorób.

Nie znaczy to rzecz jasna, że miejsce buraków jest tylko w zupie, jakże zresztą pysznej. Każdy dietetyk przyzna przecież, że sok z tych warzyw jest rzeczywiście bardzo zdrowy. Ale z drugiej strony niech nikt nie wierzy w to, że pijąc go w dużej ilości, może pokonać nowotwór.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29110.html>



13-04-2026

## [Mity na temat epilepsji](#)

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

## **Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie**

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.



13-04-2026

## **Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu**

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.



13-04-2026

## **W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja**

Zamiast zalecać szukanie pomocy.



13-04-2026

## **Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u...**

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

## **Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne**

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.



13-04-2026

## **Ruszyła Akademia Energii Jądrowej**

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.



13-04-2026

## Neurolog w Światowym Dniu Choroby Parkinsona

Chorych będzie coraz więcej

**Informacje dnia:** [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

**Partnerzy**