

# "Сладкий яд": что едят азербайджанцы под видом сахара?

Сахар. Говорить о важности этого продукта излишне. И так понятно, что он значит для пищевой промышленности и для всех нас. Раньше слово "сахар" ассоциировался со сладким вкусом в подсознании людей, теперь приводит к мысли о неизлечимой и мучительной болезни, которая практически превращает жизнь человека в сплошной кошмар.

В этой статье мы попытаемся найти ответы на многочисленные вопросы о сахаре, его составе, качестве и объеме рынка этого продукта.

Сахар - это бытовое название сахарозы с химическим составом C12H22O11.

Тростниковый и свекловичный сахар (сахарный песок, рафинад) является важным пищевым продуктом, без которого невозможно представить себе нашу жизнь. Обычный сахар относится к углеводам. Крахмал также принадлежит к углеводам, но усваивание его организмом происходит относительно медленно, сахароза же быстро расщепляется в пищеварительном тракте на глюкозу и фруктозу, которые затем поступают в кровоток.

Родиной сахара считается Индия. В русский язык это слово было заимствовано из греческого языка - "сакхарон".

В Европе сахар был известен еще римлянам. Коричневые сахарные крупы приготавливали из сока сахарного тростника и ввозили в Европу из Индии. Египет, провинция Римской империи, был посредником в торговле с Индией. Позднее сахарный тростник появился на Сицилии и в Южной Испании, но с падением Римской империи эта традиция была утрачена. А на территории Азербайджана сахар традиционно получали из сладких фруктов. Например, из туты, хурмы, инжира и т.д. Но более подходящие растения для получения пищевого сахара являются тростник и свекла. Сегодня в мире более 60% всего сахара получают из сахарной свеклы, которую по всему миру сажают миллионами гектаров, а выращивание сахарного тростника возможно только в определенных климатических зонах, поэтому тростник уступает свекле.

Параллельно с развитием легкой и пищевой промышленности сахар превратился в стратегический продукт для людей, которым начали затариваться перед зимой, или перед войной жители различных стран и городов. Прошли столетия, и медицина выявила одну из страшных, хоть и не смертельных, но очень опасных болезней, которая настигла человечество. Сахарный диабет второго типа в ближайшие десятилетия станет значительно более распространенной



болезнью - такой неутешительный вывод сделала международная группа ученых из Великобритании, Швейцарии и США.

Уже сейчас такой диагноз имеют 406 миллионов человек по всей планете, а по данным ВОЗ, к 2030 году эта цифра возрастет до 511 миллионов. Значительную часть пациентов составят жители Китая, Индии и США. Об этом в прошлом году был опубликован научный материал в издании "The Lancet Diabetes & Endocrinology".

По данным ВОЗ, диабет занимает седьмое место в списке основных причин смертности людей. Он опасен и сам по себе, и как фактор риска инфарктов и инсультов. Как показали предыдущие исследования, риск диабета можно выявить еще за 20 лет до проявления клинических симптомов. Уровень сахара в крови повышается постепенно, и если вовремя принять профилактические меры, то можно избежать серьезного заболевания, но до сих пор никто не почувствовал даже, каким образом стал диабетиком. Люди зачастую узнают об этом только после диагноза врачей, после серьезных нарушений в организме. Поэтому трудно предугадать, когда появится сахар в крови.

Диабет еще опасен тем, что может при малейшей травме привести к гангрене в кости, в результате чего ампутируются поврежденные конечности тела, что превращает человека в калеку. Заработавшие и унаследовавшие (диабет передается генетически по наследству от одного из родителей, если тот был носителем сахара) сахарный диабет люди вынуждены строго следить за сухой диетой, иначе уровень сахара в крови может повыситься и человек запросто может впасть в кому. Точно так же, как и во всем мире, количество носителей сахарного диабета в Азербайджане растет. Последние годы даже рождаются дети с ранним диабетом, что угрожает будущему страны. По данным Минздрава Азербайджана, при 10 миллионном населении число диабетиков в стране ежегодно увеличивается на 20-25 тыс. человек. Согласно информации, на конец 2017 года, в

Азербайджане от сахарного диабета страдают 243 200 человек. Из них 53 тысячи человек - это больные диабетом первого типа, примерно 37 тысяч человек лечатся инсулином и таблетками, остальные 153 тысяч человек болеют диабетом второго типа. За восемь месяцев 2018 года число диабетиков увеличилось на 20 тысяч человек, и на данный момент в Азербайджане зарегистрировано более 263 тысяч больных сахарным диабетом. Поскольку данные 2019 года еще не обнародованы, при нынешнем темпе роста уже заранее можно прогнозировать, что за текущий год численность носителей этой болезни минимум увеличится на 20 тысяч человек, что считается серьезной цифрой.

Теперь давайте посмотрим, что за сахар продается на рынке Азербайджана. Мы азербайджанцы - все сладкоежки. Если примерно сравнить нас с другими народами, то употребление сахара на душу населения, минимум в 1,5-2 раза превышает норму потребления в соседних странах. Только во время праздника Новруз употребление сахара в Азербайджане возрастает примерно в 10 раз. Мы - любители разных видов варенья, джемов, домашних компотов и соков, при изготовлении которых используют сахар в больших количествах. Монополия по продаже сахара в Азербайджане принадлежит нескольким компаниям, которые привозят товар из различных стран. По данным, более 50% сахара на внутреннем рынке Азербайджана является поддельным. Народ никак не мог привыкнуть к вкусу нового сахара. Все жалуются, что он вовсе не сладкий и в один стакан нужно положить минимум 5-6 ложек сахарного песка, чтобы почувствовать сладкий вкус. Действительно, в сравнении с сахаром советского времени, этот сахар очень низкого качества. Помимо не сладкого привкуса, сам сахар после употребления, создает тяжесть в желудке и даже вызывает изжогу. В том числе кондитерские изделия, изготовленные из сахара, импортного в Азербайджан, потом вызывает изжогу и нарушение желудочно-кишечного тракта. Специалисты, которые исследуют развитие и поведение раковых клеток в человеческом организме, считают, что один из продуктов, который может стать причиной раковых заболеваний, является именно сахар, и это связано с его составом, куда добавляют молотую животную кость. Оказывается, в сахарных заводах в состав сахара добавляют молотую кость, мелкая пыль которой кристаллизуется вместе сахаром и этим обеспечивается около 30% всего объема товара. Сахар хорошо растворяется в воде, но микро-частицы молотой кости невоору-

женным глазом вообще невозможно обнаружить, поэтому мы не чувствуем, как она попадает в организм и как превращается в серьезную проблему в какой-то его части.

Об этом часто писали в местных СМИ, и источники сообщили о наличии в составе сахара муки, полученной из костей различных животных. По мнению экспертов по потребительскому рынку, в противном случае, чистый свекловичный сахар стоил бы в два раза дороже, чем сейчас.

А самым опасным для организма является пальмовый сахар, который, кстати, обнаружен и на рынке Азербайджана. Себестоимость этого вида сахара очень низкая и по вкусу почти не отличается от обыкновенного сахарного песка, зато приносит колоссальный доход торгующим им фирмам.

Сахар пальмовый или ягре - добывается в Южной и Юго-Восточной Азии, на Молуккских островах и многих островах Индийского океана из сладкого сока, вытекающего в большом количестве из надрезов на молодых цветочных почках различных видов пальм. В Индии на Коромандельском берегу, на Мальдивских и Молуккских островах, а отчасти и на Шри-Ланке его получают, главным образом, из сока кокосовой пальмы (так называемый кокосовый сахар). Одна кокосовая пальма в состоянии дать в год более 250 кг сока, содержащего до 20 % сахарозы, и при умелом пользовании, не наносит деревьям значительный вред, можно получать хорошие выходы сока в течение многих лет. Сахар, получаемый из пальмового сока выпариванием, формируется в скорлупах кокосовых орехов и в виде круглых караваев поступает на рынок. Потребление его ограничивается по преимуществу местами производства. Он также опасен для человеческого организма, как и пальмовое масло, что выводит из строя поджелудочную железу и приводит к диабету и другим тяжелым заболеваниям. Но некоторым нашим монополистам просто наплевать на судьбу людей, глаза которых ослеплены блеском "зеленых бумажек". Контроль над качеством этих импортируемых продовольственных товаров должен быть ужесточен, в противном случае в ближайшие 20 лет сформируется огромная армия граждан-инвалидов.

Не случайно русские называют сахар "сладким ядом". Злоупотребление этим продуктом наносит непоправимый вред организму его потребителей. Поэтому надо знать меру в употреблении этого продукта и выбирать максимально качественный товар проверенной марки.

К.САТАРОВ