

д-р Ришар Беливо, д-р Дьони Женгра „ХРАНИ СРЕЩУ РАКА“

Тази книга е много важна за всички, които се интересуват повече или по-малко от проблемите на рака. Преди всичко, защото за пръв път ни се представя възможност да се запознаем със схващанията на изследователите, които работят активно в тази област, да научим за постигнатия напредък и да разберем кои според тях са най-добрите начини за борба с ужасната болест. Ние сме затрупани от огромна, често противоречива, информация за рака и тази книга съдържа цяла мина от полезни сведения, които ще ни позволят най-сетне да видим нещата по-ясно.

Дори да не сме заплашени лично от болестта, трябва да признаем, че тя ни тревожи... Как може да се предотврати? Още повече, когато сме директно засегнати, си казваме, че трябва да направим всичко възможно, за да се излекуваме. Преживях това при заболяването на сина ми Шарл... От самото начало на болестта му се питахме дали сме могли да направим нещо повече!

Този труд е нещо повече от опит за популяризиране на науката и подлага на задълбочен анализ последиците от нашия начин на живот и бит, такъв, какъвто е днес в индустриализираните страни. В една епоха на изключителен технологичен напредък ние възлагаме всичките си надежди на откриването на медикаменти за лечение на рака, но дори не се замисляме дали не бихме могли да направим нещо, за да го предотвратим. Дали все по-големият брой разновидности на тази болест, които се наблюдават през последните години, не се дължат на някакви съществени промени в собствения ни начин на живот? Възползваме ли се от всички ресурси, с които разполагаме, за да се преборим с болестта? В този смисъл книгата има важен принос за промяна на отношението ни към рака – да се борим с него означава не само да лекуваме възникналите тумори в нашето тяло, но също така да попречим на тяхното появяване.

Често чуваме специалистите да подчертават значението на правилното хранене за доброто здраве, но тази книга отива още по-далече и ни показва, че съвсем обикновени продукти, като зелето и чесъна и много от вкусните летни плодове, съдържат изключително мощни молекули, способни да се противопоставят успешно на рака още преди зараждането му и да предотвратят възникването на болестта. Начинът на хранене не е без последствия. Тъкмо обратното, това е най-простият и естествен начин да се предпазим от едно такова зло като рака.

Книгата е великолепно илюстрирана и строгите научни истини се преплитат с история, литература и дори с поезия, но въпреки това си остават напълно ясни и практически приложими. Убеден съм, че тя ще промени коренно вашето отношение към рака и към действията, които трябва да предприемете, за да победите болестта.

Пиер Брюно

Телевизионен журналист от Канада