



Dr. Tamasi József

A vegán táplálkozás gyógyászati felhasználása a keto diéták divatja korában

A növényi táplálkozás (plant based diet) különböző változatait évtizedek óta használom a gyógyító repertoáromban. Áttekintem a növényi étrend előnyeit és hátrányait – különös tekintettel a növényi ételek rizikó faktoraira és pótolhatatlan vitamin jellegű anyagaira és teszek összehasonlítást a divatos keto diétákkal az irodalom alapján.

A PBD- t a mai új világrend propaganda is támogatja, de olyan mesterségesen előállított húsokkal, amelyek biológiai hasznosulása és hosszú távú hatása-mellékhatása még nem kellően ismert.

Saját beteganyag alapján retrospektív vizsgálati adatokból következtetéseket vonok le a növényi étrend hosszú távú életmód átalakító hatásáról.

CV

1985-ben végeztem a SZOTE Általános Orvosi Karán. Belgyógyászatból és Népegészségtanból tettem szakvizsgát. 1992-től 1997-ig a Természetgyógyászati Szakmai Kollégium elnöke voltam és a jelenleg is érvényben lévő komplementer medicina jogszabályok megalkotásában vettem részt. Szakíróként több könyvet írtam, vagy vettem részt azok megírásában. Szakmai tapasztalataimat Németországban, Olaszországban és távol-keleti országokban szereztem. 10 évig a Nemzeti Egészségvédelmi Intézet főosztályvezetője voltam, 2000 óta csak magánpraxisban dolgozom.