

A tudomány Don Quijoteja

Interjú Szendi Gáborral

Szendi Gábor pszichológus elsősorban az orvoslás, pszichiátria, pszichológia területén mutató tudatos és szisztematikus megtévesztéssel szemben munkálkodik. Állítja, a fő felbujtó a gyógyszeripar, amely leghatékonyabban úgy tud hatalmas forgalmat generálni, ha már az orvostudományi elméletképzésbe is beavatkozik. Legutóbb megjelent sikerkönyve, a Paleolit táplálkozás is megdőbentő tényekkel szolgál.

Internetes oldalának a címe: tények és tévhitek. Mik manapság a legnagyobb tévhitek? Ki és miért ver át minket?

Alapjaiban téves a szívbetegség koleszterin-teóriája, és a depresszió szerotonin-hipotézise is csupán egy blöff. Viszont mindkettő életben tartásához hatalmas anyagi érdekek fűződnek, a két probléma kezelésére gyártott – amúgy hatástalan – gyógyszerek jelentik a gyógyszeripar legfőbb bevételeit. Mostani könyvem, a Paleolit táplálkozás tudományos alapokon, tételesen cáfolja a koleszterin-teóriát. Rámutatok arra, hogy a mai étrendi ajánlások nem megelőzik, hanem okozzák a civilizációs betegségeket.

Tehát tudományosan bizonyítható mindaz, amit állít. Hogy lehet, hogy ezzel az orvossal többsége nincs tisztában?

Számomra megdöbbentő, hogy az orvoslás és a táplálkozástudomány aktív részvételt vállal egy csendes tömegpusztításban. Mivel az igazság igenis hozzáférhető az egyes orvos számára is, nem mentség, hogy az orvostudományi egyetemeken és továbbképzéseken a gyógyszeripar diktálja a tananyagot.

A paleolit étrend száműzi a gabonaféléket és a tejet, sokan pedig a vegetarianizmusra vagy a makrobiotikus táplálkozásra esküsznek. Hogyan lehetséges, hogy ugyanarról a dologról a szakértők ennyire másképp gondolkoznak?

A vegetarianizmus, makrobiotika és egyéb hóbortok vallásos vagy ideológiai alapon jöttek létre, nincs mögöttük semmiféle tudomány. A 20. század táplálkozástudománya megkérdőjelezhetetlen alapnak tekintette a gabonaféléket és a tejtermékek fogyasztását, és elsőként a jó harminc éve indult evolúciós orvoslás merte csak kimondani, hogy ezek emberi fogyasztása az oka a civilizációs betegségeknek. Mára rengeteg adat bizonyítja azt, hogy a táplálkozástudomány teljesen tévúton jár, gyakorlatilag az élelmiszeripar foglyává vált.

Ha egyik napról a másikra mindenki elkezdene a paleolit diétát, miben változna az életünk 10-20-50 év múlva?

Először eltűnnének a cukorbetegség és az elhízott emberek, javulnának az autoimmun betegségek, kioltódna a szívbetegségjárvány, hosszútávon jelentősen csökkenne a rákos betegek száma. És csökkenne a társadalmi méretű depresszió.



Milyen problémákkal keresik meg Önt a leggyakrabban? Mik korunk pszichés népbetegségei?

Depresszióipar könyvem és antidepresszáns weblapom hatására először a pszichiátria áldozatai kerestek meg. Az úgynevezett „depressziósok” és a szorongásos problémáktól szenvedők, mint például a „pánikbetegek”. Azok, akik a zártosztályokra kerültek, végleg elveszték a sülyesztőben. Azok jönnek, akik életnehézségeikre, rosszkedvükre vagy éppen a rossz táplálkozás talaján kialakuló depressziószerű tünetekre antidepresszánsokat, sőt mostanában már antipszichotikumokat kapnak.

Amelyek Ön szerint hatástalanok...

Az antidepresszánsokról 10 éve tudjuk biztosan, hogy teljesen hatástalanok depresszióban, szorongásban. Akik ezeket a szereket szedik, nem meggyógyulnak, hanem még betegebbekké és gyógyszerfüggőkké válnak. Ők azok, akiknek első lépésben fel kéne ismerniük, hogy ők bizony a gyógyszeripar és a pszichiátria áldozatai.

Az alternatív gyógymódoknak (homeopátia, természetgyógyászat) van létjogosultsága a pszichés betegségek gyógyításában?

Itt nagy a zűrzavar. A homeopátia vallásos mozgalom, ez a módszer tudományosan nem igazolható. Ezért is megdöbbentő, hogy orvosok is képviselik, patikában is árulják a homeopátiás szereket. Az alternatív gyógyászatban egyébként sok működő eljárás van, de többet közülük ma tudományon kívülinek tekintenek, részben mert konkurenciát jelentenek a gyógyszeriparnak.

A következő könyve miről fog szólni?

A könyv címe: Szomorúság, depresszió: az evolúciós orvoslás válasza. Sokaknak feltűnt, hogy a depressziójárvány és az infarktusjárvány kéz a kézben jelent meg a 20. század derekán. Ennek oka a táplálkozás és életmód drámai változása. Ezt fejtem ki, és természetesen megoldást is javaslok.