



중풍 안 걸리려면 이런 것 금식해야

한국인에 많은 뇌졸중,

중풍은 외국에서는 버리는
음식 쓰레기를
수입해서 먹는
식습관 때문이라고 합니다.

육고기를 더 많이 먹고
비만이 많은 미국,
호주 등 서양 사람들은 왜
중풍 환자가
거의 없을까요?

왜 대한민국은
40대가 넘으면 심지어 10대,
20대도 뇌졸중, 중풍
때문에 고생하고 목숨을
잃고 있을까요?



왜 한국에만 유독 많은
중풍 환자가 있을까요?

이 문제에 대하여
외국 식습관을 비교
오랜 세월 동안 연구를 했습니다.

흔히들 짜게 먹는 것이
원인이지만
그 보다 더한 것이 있습니다.

사실 독일 같은
유럽 경우 음식을 보면
우리보다
더 짜게 먹기도 합니다.

음식을 짜게 먹어서
중풍이나 뇌졸중이
빈번한 것보다

외국에서는 심혈관 질환
때문에 버리는
쓰레기 삼겹살,



그리고
곱창전골을 즐겨먹는
전통적인

한국의 식습관이
가장 큰 이유였습니다.

- 1.-

서양 사람들은 돼지고기,
소고기를 먹을 때
비계 기름기를 먹지 않습니다.

그리고 소, 돼지, 양고기
내장 곱창은 더욱이 먹지 않고
쓰레기로 버립니다.

예외적으로
간은 먹기도 합니다.



- 2.-

우리나라는 전통적으로
이 2가지 음식을
많이 즐겨 먹습니다.

이 때문에 칠레,
유럽에서는 자기들은
먹지 않고

버리는 쓰레기
삼겹살과 곱창을 우리나라에
수출하고 있습니다.

이 얼마나 웃기는
코미디 같은 이야기가
아닙니까?

중국도
돼지고기를 많이 먹지만
비계 부분을 제거
후 먹습니다.



- 3.-

아마 전통적으로
삼겹살과 곱창전골을

이렇게 즐겨
많이 먹는 나라는
대한민국뿐이기도 합니다.

그래서 대부분
우리 선조 조상들은
중풍으로 많이 돌아가셨고,

지금도 한국에는
남녀노소 많은 사람들이
심혈관 질병, 중풍, 뇌경색으로

고생하고 평생 불구로
고생하면서
사망하고 있습니다.

한국에서는 길거리에
중풍에 걸려서 절뚝절뚝하며
불구된 사람을 가끔
목격되지만

외국에서는

이런 중풍 환자가 일체
볼 수가 없습니다.



- 4.-

더 웃기는 것은
TV의 맛자랑 프로그램에는
항상 삼겹살, 곱창전골.

요리하는 식당을
단골 메뉴로 시도 때도 없이
소개하고 있는
비극이 일어나고 있습니다.
이것이 현실입니다.

하루빨리 우리 식습관을
시급히 바꾸어야 하는 혁명이
필요합니다.

이제부터라도
삼겹살, 쓰레기 곱창전골 같은
음식 먹는 것을 중단하고

돼지고기와 소고기는
비계를 제거한 후에만
드세요.



- 5.-

곱창 같은 경우는
곱창 창자 내부에는 누런
비계가 전부입니다.

그래서 외국에서는
전량 버리는 쓰레기이지만

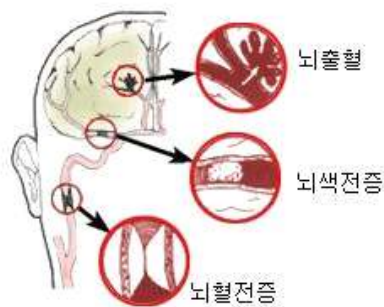
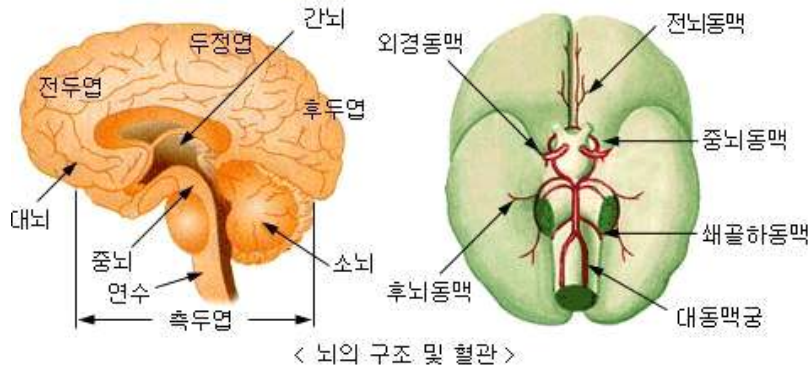
우리는 이것을 비싸게
수입해서 값비싼 곱창전골로
요리해서 먹습니다.

진짜 못 말리는 한국인..
이런 비계 기름을
어릴 때부터

무심코 많이 먹으면 내장
비만이 오고
우리 몸에 피, 혈관에
콜레스테롤이 누적되고

혈관 벽에 혈전이 누적되고
혈관 벽이 막혀
중풍(뇌졸중),
심혈관 질병에 걸립니다.

Fig 뇌졸중의 원인들



결론적으로
이제 비계가 많은 삼겹살,
곱창전골은 절대
먹지 않고 그리고 운동
열심히 하여

중풍, 뇌졸중으로 걸려
사망하는 일이 없기
바랍니다.

중풍(뇌졸중)은
일단 걸리면 제2의 불구의
장애자입니다.

30대 후반 젊은이들도
중풍으로 오래 동안 고생하고
영구 불구가 되어
있기도 합니다.

그분도 삼겹살을
얹은자리에서 2~3인분씩

먹었고 곱창전골도
아주 즐겨 먹었다고
했습니다.



이제 돼지고기
쇠고기를 드실 때는
비계 기름 부분을 완전히
제거 후
살코기만 드시고
중풍이나
뇌졸중으로부터 해방되세요.

국민 건강이
최우선이니 양돈 업체
걱정 마세요.

오히려 비계는 안 먹고
살코기만 드시면
고기 소비량이 늘어날
것입니다.



우리 벗님들~!
위 글 읽어보셨지요.
맛은 좀
덜하지만 기름 빼고
고기만 먹어야~!

健康조심하시고
親舊들 만나
茶 한잔 (소주 한잔) 나누시는
餘裕롭고 幸福한
나날 되세요~^



