

## **KÖPEKLER İÇİN VİTAMİNLER: YAPAY VİTAMİNLERDEN UZAK DURMAK İÇİN 3 ÖNEMLİ NEDEN**

Muhtemelen köpeğinize şu üç nedenden biri için vitamin veriyorsunuz:

- Bir sağlık sorunu var ve vitaminlerin yardım etmesini istiyorsunuz.
- Sağlıklı kalmak için ihtiyaç duyduğu tüm vitaminleri aldığından ekstra emin olmak istiyorsunuz.
- Ona ihtiyacı olan vitaminleri içermesi için eksiksiz bir beslenme yapmak veriyorsunuz.

Bunların köpeğinizin vitamin ve takviye alması için harika nedenler olduğunu düşünüyorsanız, bunu düşünen sadece siz değilsiniz. 2014'te evcil hayvan sahipleri yalnızca takviyeler için 541 milyon dolar harcadı... Ve bu rakamın 2019'da yaklaşık 700 milyon dolar olması bekleniyor.

Bu çok para!

Ancak cebinize daha derinlemesine dalmadan önce, vitaminlerin köpeğinizin sağlığı için yapabileceğiniz en iyi yatırım olup olmadığına gerçekçi bir şekilde bakalım ...

... Çünkü sentetik vitaminlerin harika bir fikir olmamasının üç önemli nedeni vardır.

### **Vitaminler Nereden Gelir?**

Çoğu insan vitaminlerin doğal olduğunu düşünür. Ancak köpeğinizin besin takviyelerinde veya mamasında bulacağınız vitaminlerin çoğu, petrol ve kömür endüstrilerindeki atık ürünlerden ve hidrojene şekerlerden yapılır.

Köpeğinizin vitaminlerinin yapıldığı ürünlere birkaç örnek:

#### **A vitamini**

Metanol, benzen, petrol esterleri, asetilen, rafine balık veya hurma yağları

### **B-1 Vitamini**

Kömür katranı türevleri, hidroklorik asit, amonyaklı asetonitril

### **B-9 Vitamini**

Formaldehitli izobütiraldehit

### **B12 vitamini**

Kobalaminlerin siyanür ile reaksiyona girmesi sonucunda üretilir (evet - siyanür)

### **C vitamini**

Asetonla işlenmiş hidrojene şeker

### **D vitamini**

Işınlanmış hayvansal yağ / sığır beyinleri veya çözücüyle ekstrakte edilmiş

Burada gerçekten doğal olan hiçbir şey yok!

Gerçek şu ki, vitaminler genellikle daha ucuz olduğu ve gerçek gıdalarda bulunan vitaminlerden daha uzun süre dayandıkları için bu endüstriyel atık ürünlerden yapılır. Bu, raflarda aylarca veya yıllarca bekleyebilecekleri ve ayrıca süper yüksek dozlarda yiyeceklere eklenebilecekleri anlamına gelir.

Ancak bu ucuz sentetik vitaminler muhtemelen köpeğinize ihtiyaç duyduğu faydaları sağlamayacaktır.

### **İNSAN YAPIMI VİTAMİNLER, ORGANİK VİTAMİNLER İLE AYNI ŞEKİLDE Mİ ÇALIŞIR?**

Doğal olarak oluşan vitaminler ve sentetik vitaminler farklı... Gerçekten farklı.

Aynı kimyasal formda değildirler ve köpeğinizin vücudu sahte, sentetik vitaminleri tanımakta ve kullanmakta güçlük çeker. Sentetik vitaminlerin biyolojik olarak mevcut olmadığını gösteren birçok çalışma vardır (bu, köpeğinizin bunları yiyeceklerdeki gerçek vitaminler gibi kullanamayacağı anlamına gelir).

Bu, köpeğinize verdiğiniz sentetik vitaminlerin çoğunun vücudu tarafından tanınmadığı ve bu nedenle toksin olarak muamele gördüğü ve vücuttan atıldığı anlamına gelir (bu nedenle, vitamin aldığı anda köpeğinizin çışı sarı ve kokulu olur. Bu durum bizler için de geçerlidir)

Bu, köpeğinizin böbrekleri için zordur ve zamanla zarar görürler.

Şimdi, bazı vitaminlere bakalım ve onları doğal, besin temelli benzerleriyle karşılaştıralım.

## A vitamini

Doğal A vitamini gıdalarda beta-karoten olarak bulunur. Köpeğiniz daha sonra bunu A vitaminine dönüştürür. Bu iyidir çünkü A vitamini büyük dozlarda toksiktir ve beta-karoten vücut için ne kadar A vitamini oluşturulması gerektiğini düzenler. Klinik araştırmalar, yüksek dozda A vitamininin ölüm oranını artırdığını göstermektedir.

Abstract ▾

Send to: ▾

J Natl Cancer Inst. 2004 Dec 1;96(23):1743-50.

### **The Beta-Carotene and Retinol Efficacy Trial: incidence of lung cancer and cardiovascular disease mortality during 6-year follow-up after stopping beta-carotene and retinol supplements.**

Goodman GE<sup>1</sup>, Thorngquist MD, Balmes J, Cullen MR, Meyskens FL Jr, Omenn GS, Valanis B, Williams JH Jr.

#### ⊕ Author information

#### Abstract

**BACKGROUND:** The Beta-Carotene and Retinol Efficacy Trial (CARET) tested the effect of daily beta-carotene (30 mg) and retinyl palmitate (25,000 IU) on the incidence of lung cancer, other cancers, and death in 18,314 participants who were at high risk for lung cancer because of a history of smoking or asbestos exposure. CARET was stopped ahead of schedule in January 1996 because participants who were randomly assigned to receive the active intervention were found to have a 28% increase in incidence of lung cancer, a 17% increase in incidence of death and a higher rate of cardiovascular disease mortality compared with participants in the placebo group.

**METHODS:** After the intervention ended, CARET participants returned the study vitamins to their study center and provided a final blood sample. They continue to be followed annually by telephone and mail self-report. Self-reported cancer incidents were confirmed by review of pathology.

## B-6 Vitamini

Sentetik B-6 vitamini kolayca emilmez veya dönüştürülemez ve hatta vücuttaki doğal B-6'nın etkisini bile engelleyebilir. Ayrıca gıda bazlı B-6'da görülmeyen yan etkileri de vardır.

## B-9 Vitamini

Bu vitamin gıdalarda folat olarak bulunur ve DNA sağlığı için çok önemlidir. Hamilelik sırasında özellikle önemlidir. Sentetik B-9'a folik asit denir. British Medical Journal'dan 2004 yılında yayınlanan bir makale, folik asidin doğal olmadığını ve vücudun büyük miktarlarını

tamamen kullanılabilir folata dönüştüremediğini doğruladı. Bununla birlikte sentetik, yapay vitamin emilebilir ve bu bilinmeyen olumsuz sonuçlar doğurabilir.

#### How much and what type of folate do we need in our diet?

Go to: 

Despite the heightened interest and clear benefits of folate supplements, caution is needed. The form of folate in supplements and in fortified foods is pteroylmonoglutamate (PGA), a form that does not occur in nature. It is both cheap and stable unlike most native forms of the vitamin. The body metabolises PGA into methylfolate, the normal form of the vitamin transported in plasma. However, research shows that this absorption and biotransformation process is saturated at doses in the region of 400 µg PGA or less.<sup>23,24</sup> Thus at doses at or just below 400 µg PGA all this synthetic form of folate is converted into biologically active methylfolate during absorption. At higher doses synthetic PGA is also transported into the blood in a manner that is directly proportional to dose. This raises the possibility of a lifetime's exposure to unmetabolised PGA where mandatory fortification is undertaken. Although such exposure may present no health risk at all, we cannot know this for certain. Also, what of the increasing tendency among clinicians to give 5 mg doses of PGA (more than 10 times that needed to give maximal methylfolate concentrations)?

### B12 vitamini

Bu vitamin doğal olarak topraktaki veya bağırsaklardaki bakteriler gibi mikroorganizmaların yanı sıra bazı yosun ve deniz planktonları tarafından üretilir. Sentetik B-12, kobalt ve siyanür (evet, siyanür) birleştirilerek yapılır. Araştırmacı Victor Herbert, "vitamin-mineral takviyelerindeki besin-besin etkileşimi ile oluşturulan B12 vitamini analoglarının etkinliği ve güvenliğinin bilinmediğini" iddia ediyor. Ayrıca sentetik B-12 vitamini, doğal B-12 vitamini aktivitesini de ortadan kaldırabilir.

### C vitamini

Askorbik asit: vücutta gerçek C vitamini çalışmasını sağlayan flavonoidler ve bitki besinlerinden yoksun kimyasal bir izolatır. Gerçek C vitamini vücuttaki oksidatif hasarı onarabilir ancak sentetik C vitamini bunu yapamaz.

### ÇİN YAPIMI

Köpeğiniz için Çin malzemelerinden kaçınmaya çalışıyor olabilirsiniz. Ve bu mükemmel bir fikir çünkü Çin, konu gıda güvenliği olduğunda korkunç bir geçmişe sahip... Sadece 2007'de Çin'den gelen sentetik vitamin ön karışımları 4.000'den fazla kedi ve köpeği öldürdü.

Yine de Çin, ABD'deki C vitamini pazarının% 90'ından fazlasına sahip ve köpek mamalarındaki vitaminlerin çoğu Çin ve Hindistan'da üretiliyor.

Bu sizi endişelendirmeli !!! çünkü ithal edilen tüm vitaminlerin sadece yüzde 2'si denetleniyor. Ve Çin'in en çok vitamin ve takviye üreten bölgeleri, dünyanın en kirli bölgeleri arasındadır.

## GERÇEK VİTAMİNLERİ BULMAK

Bu yüzden sentetik vitaminler köpeğiniz için iyi bir seçim değildir. Bu çok açık. Ancak neredeyse tüm evcil hayvan takviyeleri ve yiyecekleri bunları içerir. Peki köpeğinize sentetik vitaminler vermekten nasıl kaçınabilirsiniz?

Öncelikle köpeğinizi beslediğiniz yiyeceğe dikkat edin.

## KÖPEK MAMALARINDAKİ SENTETİK VİTAMİNLERİ BULMAK

Hemen hemen her ticari evcil hayvan yemi, hatta bazı çiğ diyetler sentetik vitaminler içerir. Aslında çoğu mama ve konserve mama, köpeğinizin beslenmesi için sentetik vitaminlere ihtiyaç duyar.

Sentetik vitaminlere ihtiyaç duymayan taze, bütün yiyecekleri arayın. İşte bazı yaygın vitaminlerin sentetik ve doğal formları:

### A vitamini

- Balık yağları
- Asetat, palmitat, kaynak verilmemişse

### B-1 Vitamini

- Maya
- Tiamin, tiamin mononitrat, tiamin hidroklorür

### B3 vitamini

- Maya
- Niasin, nikotinik asit

### B5 vitamini

- Maya, pirinç kepeği, karaciğer
- Kalsiyum pantotenat, d-pantotenat, pantenol

### B6 Vitamini

- Maya
- Piridoksin hidroklorür

### B9 Vitamini

- Maya, karaciğer, folat
- Folik asit, pteroilglutamik asit

### B12 vitamini

- Karaciğer, fermente gıdalar
- Siyanocobalamin

### C vitamini

- Kuşburnu, turunçgiller, aserola meyveleri, camu camu meyveleri, amla meyveleri
- Kaynak verilmemişse, askorbik asit

### D vitamini

- Balık yağları
- D2 vitamini, ergosterol, kalsiferol

### E vitamini

- Bitkisel yağ, buğday tohumu yağı, alfa-tokoferol, tokoferol
- dl-alfa tokoferol (herhangi bir vitaminin d veya dl formu sentetiktir)

İşte "doğal" bir mama paketinden bir içerik etiketi... sentetik vitaminlerle güçlendirildiğini görebilirsiniz.

Deboned Turkey, Oatmeal, Brown Rice, Peas, Turkey Meal (source of Glucosamine), Potatoes, Pea Fiber, Canola Oil (source of Omega 6 Fatty Acids), Natural Flavor, Fish Oil (source of Omega 3 Fatty Acids), Potassium Chloride, Salt, Alfalfa Meal, Calcium Carbonate, Pumpkin, Dried Chicory Root, Flaxseed (source of Omega 3 and 6 Fatty Acids), Potato Starch, Choline Chloride, Caramel, Dicalcium Phosphate, Vitamin E Supplement, Mixed Tocopherols (a natural preservative), L-Ascorbyl-2-Polyphosphate (source of Vitamin C), Ferrous Sulfate, Parsley, Kelp, Blueberries, Cranberries, Barley Grass, Yucca Schidigera Extract, Turmeric, Iron Amino Acid Chelate, Zinc Amino Acid Chelate, Zinc Sulfate, DL-Methionine, Oil of Rosemary, L-Carnitine, L-Lysine, Copper Sulfate, Copper Amino Acid Chelate, Nicotinic Acid (Vitamin B3), Calcium Pantothenate (Vitamin B5), Taurine, Biotin (Vitamin B7), Manganese Sulfate, Vitamin A Supplement, Manganese Amino Acid Chelate, Thiamine Mononitrate (Vitamin B1), Riboflavin (Vitamin B2), Vitamin D3 Supplement, Vitamin B12 Supplement, Pyridoxine Hydrochloride (Vitamin B6), Dried Yeast, Dried Enterococcus faecium fermentation product, Dried Lactobacillus acidophilus fermentation product, Dried Aspergillus niger fermentation extract, Dried Trichoderma longibrachiatum fermentation extract, Dried Bacillus subtilis fermentation extract, Folic Acid (Vitamin B9), Calcium Iodate, Sodium Selenite.

Aynısını köpeğinizin ödülleri veya mama paketinde arayın... ve bu kimyasalları görürseniz, onları içermeyen bir mama arayın.

İşte beslenmesi için sentetik, kimyasal bazlı vitaminlere güvenmeyen bir mama tanesinden bir içerik etiketi.

Fresh chicken meat (13%), chicken meal (12%), turkey meal (11%), red lentils, whole green peas (8%), field beans, fresh chicken giblets (liver, heart, kidney) (4%), herring meal (4%), fresh whole eggs (4%), fresh whole flounder (4%), herring oil (3%), chicken fat (3%), sun-cured alfalfa, green lentils, whole yellow peas, pea fiber, fresh chicken cartilage (2%), dried brown kelp, fresh whole pumpkin, fresh whole butternut squash, fresh whole parsnips, fresh kale, fresh spinach, fresh mustard greens, fresh turnip greens, fresh whole carrots, fresh red delicious apples, fresh Bartlett pears, freeze-dried chicken liver, freeze-dried turkey liver, fresh whole cranberries, fresh whole blueberries, chicory root, turmeric, milk thistle, burdock root, lavender, marshmallow root, rose hips, enterococcus faecium.

KAYNAK : DANA SCOTT ( DOGNATURALLYMAGAZİNE – KAYNAK İÇİN GÜNCELLEME TARİHİ 20 KASIM 2020)

ÇEVİREN: ÖNDER ALPER

