

רשימת מקורות - יתרונותיה של חלב פרה A2

כתבות:

אנגלית:

[A2 milk - wikipedia](#)

[Background - Beta-casein Milk Protein - a2milk.com](#)

[A1 Beta Casein: The Devil in Your Milk - Naturalbias.com](#)

[What are the Different Types of Dairy Cows? - rawmilktruth.com](#)

[רשימה של סוגי פרות, המקור שלהם וסוג החלב שהינן מפיקות בדרך כלל]

[The Devil in the Milk - Dr. Mercola Website](#)

[BCM7 and Oxidised LDL - Posts from Keith Woodford blog](#)

[Intestinal Permeability- aka "Leaky Gut" - Windycitycrossfit.com](#)

[The Pancreas - Under Attack by Cow-Milk - John McDougall](#)

עברית:

[כתבה של ד"ר אריה אבני - כותב ספר "שוטי החלב" מדבר על החלבון דמוי מורפין הבעייתי](#)

[אופן הניסוח שלו ממש מרתיע מלהמשיך לקרוא, אבל הוא מנסח את הבעיה בחלבון פרה]

[הפרה 'הארצישראלית' - אתר מועצת החלב](#)

ספרים:

[Devil in the Milk: Illness, Health and the Politics of A1 and A2 Milk - by Keith Woodford](#)

[ספרו של קית' וודפורד, לפחות 20 העמודים הראשונים של ספרו אבל הקדמה מצוינת]

סרטונים:

[Today Tonight - a2 Milk - Youtube](#)

[כתבה בחדשות המראה את קית' וודפורד ומספרת בקצרה את סיפורם של כמה אנשים שעברו לסוג a2 של חלב וזה תרם לבריאותם]

[Today Tonight Channel 7 - April 16, 2012 - Youtube](#)

[כתבה בחדשות על שערוריה חדשה בתעשיית החלב ועל ההבדל בין A2 ל-A1. מעניין עם גם בישראל קורה]

[Devil in the Milk \(part 1\) - Youtube Lecture](#)

[סרטון הרצאתי של תזונאי המסביר צעד אחר צעד את ההבדל בין סוג 1 לסוג 2]

[Devil in the Milk \(part 2\) - Youtube Lecture](#)

[המשך. סרטון הרצאתי של תזונאי המסביר הפעם על חיות שונות וסוג החלב שהן מפיקות. הוא גם נכנס לכמה מחקרים ומקשר את הבעיה עם בעיות בקיבה]

[Milk, Type 1 Diabetes & Autoimmune Diseases - YOUTUBE](#)

[ד"ר ג'ון מקדוגל (John McDougall) מרצה על הקשר בין חלבון החלב ביטא קזאין לסכרת]

[A1 or A2 Milk? TheHealthyHomeEconomist.com - Youtube](#)

[תזונאית מספרת ומראה את ההבדל בין סוגי החלב]

[A2 Milk at the Fleurieu Milk Company - Youtube](#)

[ראיון עם יוצר חלב מסוג A2 בשוק חוות בדרום אוסטרליה]

מחקרים:

[Jinsmaa Y, Yoshikawa M, 1999; "Enzymatic release of neocasomorphin and beta-casomorphin from bovine beta-casein"; Peptides](#)

[20:957-962](#)

[מחקר המראה ש-BCM7 מופק מפרות שמפיקות חלב מסוג A1]

[SUMMARY OF PUBLISHED RESEARCH CONCERNING THE CONSUMPTION OF BETA CASEIN A1 AND LINKAGES TO](#)

[BIOLOGICAL EFFECTS](#)

[סיכום על מחקר שפורסם הודן על צריכת ביטא-קזאין A1 והקשר שלו להשפעות ביולוגיות]

[J Appl Genet 48\(3\). 2007. pp. 189-198 Review article Polymorphism of bovine beta-casein and its potential effect on human health](#)

[Stanisław Kamiński, Anna Cieolińska, Elbieta Kostyra](#) 1Department of Animal Genetics, University of Warmia and Mazury,

[Olsztyn, Poland 2Department of Biochemistry, University of Warmia and Mazury, Olsztyn, Poland](#)

[מחקר הבדוק את ההשערה ש-A1 הוא העברין ברוב המחלות הכרוניות]

[Torreilles J. Guerin MC \(1995\). Casein-derived peptides promote peroxidase-dependent oxidation of human blood low-density](#)

[lipoproteins. CR Seances Soc Biol Fil 189 \(5\). 933-942](#)

[פפטיד מקזאין יכול לעודד חמצון של LDL בדם של בני אדם]

מעי דולף

[Curr Gastroenterol Rep. 1999 Oct;1\(5\):410-6. Intestinal permeability, leaky gut, and intestinal disorders. Hollander D. Source](#)

[Harbor-UCLA Research and Education Institute. 1124 West Carson Street, Torrance, CA 90502, USA](#)

[מחקר על חדירות מעי, מעי דולף והפרעה מעית. מדובר במחלות שונות ובניהם צילאק שיש בהן מעי דולף]

סכיזופרניה ואוטיזם

Sun Z, Cade JR. "[A Peptide Found in Schizophrenia and Autism Causes Behavioral Changes in Rats.](#)" *Autism*. 1999. 3(1):85-89

[הפפטיד BCM7 נבדק על עכברים והם הביעו תסמינים של סכיזופרניה ואוטיזם, הטיפול בחומר נוגד אופיוד ריפא את העכברים, ולכן ניתן לקשר את

הפפטיד לתוצאה]

Panksepp J. "[A neurochemical theory of autism.](#)" *Trends in Neuroscience*. 1979. 2:174-177

[מחקר המעלה השערה שיש קשר בין חומר אופיוד לאוטיזם]

[Cade R, Privette M, Fregly M, Rowland N, Sun Z, Zele V, Wagemaker H, Edelstein C. "Autism and Schizophrenia: Intestinal](#)

[Disorders." *Nutritional Neuroscience*. 2000. 3\(1\):57-72](#)

[מחקר שבחן את הידע הקיים על גלוטן וקזאין והקשר שלהם לאוטיזם וסכיזופרניה. המחקר גם בחן מידע חדש]

Sun Z, Cade R. "[Findings in normal rats following administration of gliadorphin-7 \(GD-7\).](#)" *Peptides*. 2003. 24(2):321-323

[מחקר שבחן את רמת חשיפתו של אזורים במוח לגליאדורפין וקזומורפין בחולדות. בקמ"7 משפיע על 45 אזורים]

סכרת

[Elliott RB, Wasmuth HE, Bibby NJ, Hill JP. "The role of beta-casein variants in the induction of insulin dependent diabetes in the](#)

[non-obese diabetic mouse and humans." *Milk Protein Polymorphism*. 1997. 9702:445-453](#)

[מחקר המראה את השפעתו של בקמ"7 והקשר שלו להתפתחות סכרת בחולדות]

[Padberg S, Schumm-Graeger PM, Petzoldt R, Becker F, Federlin K. "The significance of A1 and A2 antibodies against beta-casein](#)

[in type-1 diabetes mellitus." *Dtsch Med Wochenschr*. 1999. 124\(50\):1518-1521](#)

[קורלציה בין סכרת לביטא קזאין A1. רמות גבוהות של נוגדנים ל-A1 נמצאו כתורמים לפגיעה בתאי הביטא בבלב, האחראים ליצירת אינסולין]

[American Academy of Pediatrics: Infant Feeding Practices and Their Possible Relationship to the Etiology of Diabetes Mellitus:](#)

[Work Group on Cow's Milk Protein and Diabetes Mellitus](#)

[הצהרה של האקדמיה האמריקאית לרפואת ילדים ממליצה ב-1994 להורים למנוע חשיפת ילדיהם לחלב פרה בשלבים הראשונים לחיים מחשש להתפתחות

סכרת סוג 1]

[Monetini L. Bovine beta-casein antibodies in breast- and bottle-fed infants: their relevance in Type 1 diabetes. *Diabetes Metab Res*](#)

[Rev. 2001 Jan-Feb;17\(1\):51-4](#)

[נוגדנים לקזאין בתינוקות שהונקו לבין תינוקות שנתנו פורמולה בבקבוק]

[Murch S. Diabetes and cows' milk. *Lancet*. 1996 Dec 14;348\(9042\):1656](#)

[מחקר הקובע שמומלץ לאימהות להימנע מצריכת חלב פרה בדיאטה שלהן בתקופת היניקה]

[Anon \(2004\). "The Guernsey Cow - Background and History". *Guernsey Cattle*](#)

[הפרה מזן גרזי, רקע והיסטוריה]

[Verge C. Environmental factors in childhood IDDM. A population-based, case-control study. *Diabetes Care*. 1994 Dec;17\(12\):1381-9](#)

[גורמים סביבתיים בסכרת בילדים]