

Ressort: Gesundheit

## Das Gift in unserem Leben (3)

### Teil 3: Lebensmittel

Weltweit, 04.06.2014, 06:27 Uhr

**GDN** - In nahezu allen Lebensmitteln befinden sich heutzutage chemische Zusatzstoffe, Schwermetalle und Gifte, die unsere Gesundheit schädigen können. Oft und gerne verwendet man Geschmacksverstärker, Farbstoffe, Haltbarkeitsmacher oder Medikamente in der Tierzucht, wie z.B. Antibiotika und Anabolika.

Europäische Wissenschaftler haben jetzt die Forschungen ihrer amerikanischen Kollegen bestätigt; mit dem täglichen Glas Limo kommt die Diabetes. Denn jedes Glas zuckerhaltige Limonade steigert die Wahrscheinlichkeit an Typ-2-Diabetes zu erkranken. So beinhaltet ein Glas Coca Cola 27 Löffel Zucker. Damit steigt bei jedem Glas Limonade um ganze 22 Prozent die Wahrscheinlichkeit an Diabetes zu erkranken.

In nahezu fast jedem Lebensmittel befindet sich Salz, sehr viel Salz. Zum Beispiel in Fertigprodukten, Saucen, Wurst, Teigwaren, Backwaren usw. Im Schnitt sollte man pro Tag nicht mehr als 6 Gramm Kochsalz zu sich nehmen. Unser Körper ist darauf programmiert, dass er Salz nicht ausscheidet sondern in den Nieren speichert. Dieses Verhalten unseres Körpers wurzelt in der Urzeit, wo Salz ein kostbares und seltenes Gut gewesen ist. Heute konsumieren wir aber weit mehr als 6 Gramm. Doch unser Körper speichert es weiterhin, mit drastischen Folgen für unsere Gesundheit. Die Folge einer Übersalzung unserer Nieren sind Erkrankungen wie: die Schwächung der Knochen, Osteoporose, Rheuma, Herzschwäche und Bluthochdruck.

Eine Dauerbehandlung mit jodiertem Salz (Speisesalz) kann folgende Krankheiten verursachen; Jodakne, Herzrasen, Herzstolpern, Herzrhythmusstörungen, Herzinfarkt, Depression, Nervosität, Schlaflosigkeit und Impotenz.

Gefährliche und gesundheitsschädigende Stoffe befinden sich natürlich auch in unserem Kochgeschirr. Zum Beispiel in Plastik Kochlöffel, Plastiksalatgabel, Plastiktassen oder im Plastikwasserkocher usw.

Das Ungesunde an bzw. in unseren Nahrungsmitteln ist auch die Verpackung. Fast alle Lebensmittel sind nur mehr in Kunststoffverpackungen erhältlich. Diese Verpackungen sind nicht nur für die Umwelt eine Belastung, sondern auch für unsere Gesundheit. Denn Kunststoffverpackungen enthalten gefährliche und gesundheitsschädliche Weichmacher. Speziell zu erwähnen ist Bisphenol A (BPA), diese Substanz, gerät sie in den Körper, kann erhebliche Gesundheitsprobleme verursachen. Dieser und andere Weichmacher stehen im Verdacht Krankheiten wie zum Beispiel Diabetes, Übergewicht, Asthma und andere Atemwegserkrankungen auszulösen zumindest aber zu fördern.

Wer kennt sie nicht, die PET-Flaschen. Speziell für Lebensmittelflüssigkeiten werden sie verwendet. Forscher der Universität Frankfurt haben herausgefunden, dass PET-Flaschen ein gesundheitliches Risiko darstellen können. Auch an der Universität Würzburg forschte man auch und fand heraus, dass der Einfluss von Chemikalien mit hormonähnlicher Wirkung für den menschlichen Körper gravierend ist. Durch Mineralwasser aus PET-Flaschen gelangen, so wie es aussieht, diese Stoffe mit hormonähnlicher Wirkung in unseren Körper.

Besonders gefährlich sind auch die Farbzusatzstoffe in unseren Lebensmitteln. Manche dieser Stoffe stehen im Verdacht Krebs auszulösen oder diese Krankheit zu begünstigen. Doch es gibt auch andere Krankheiten, die durch diese Farbzusatzstoffe ausgelöst werden können. Bei Allergikern können diese Chemikalien zu Neurodermitis und Asthma führen. Einige Farbstoffe stehen zudem unter Verdacht, dass sie Schädigungen des Erbgutes verursachen. Nach neueren Forschungen zufolge, lösen die Aufnahme gewisser Farbstoffe bei Kindern Konzentrationsschwierigkeiten, Aufmerksamkeitsdefiziten (ADS / ADHS) und Hyperaktivität aus.

Der Farbstoff Tartrazin (E 102) kann oft Allergien auslösen, das Immunsystem schwächen und das Erbgut schädigen.

Die Aufmerksamkeit und allergische Symptome auslösen kann der Farbstoff Chinolingelb (E 104).

Gelborange S (E 110) ruft Allergien hervor und kann zu neurologischen Schäden führen.

Auch Azorubin (E 122) kann Allergien auslösen. Speziell bei diesem Stoff hat man in Tierversuchen festgestellt, dass es Auswirkungen auf Lunge und Bauchspeicheldrüse gibt, aber auch Auswirkungen auf das Blutbild hat man festgestellt.

Eine allergiefördernde Wirkung hat auch Cochenillerot A (E 124) zudem schädigt es das Erbgut und schwächt das Immunsystem.

Allurarot AC (E 129) kann speziell bei Kindern die Aktivität und Aufmerksamkeit beeinträchtigen sowie allergische Symptome hervorrufen.

In allen Backwaren (Chips, Pommes frites, Bratkartoffeln, Knäckebrot, Toastbrot, geröstetes Müsli, Kekse, Lebkuchen, Salzstangen und Kaffee) befindet sich Acrylamid. Bei Tieren schädigt Acrylamid Gene und Nerven und führt zu Krebs. Gesamtkosmologisch betrachtet ist der Mensch auch nur ein Säugetier.

Als Düngemittel verwenden Landwirte oft Nitrat, das eigentlich für sich genommen harmlos ist. Doch Bakterien können Nitrat in das giftige Nitrit umwandeln. Speziell für Babys kann Nitrit gefährlich werden, denn der Sauerstofftransport wird dadurch beeinträchtigt. Bei Tieren rufen Nitrosamine Krebs hervor.

Durch die Abgase unserer Autos gelangt Benzpyrene in unsere Nahrungskette. Aber auch von Kraftwerken gelangen diese Stoffe in unsere Umwelt. Bei dem Benzpyren handelt es sich um eine der stärksten krebserregenden Stoffe.

Am häufigsten finden sich in unseren Lebensmitteln Aflatoxine, Ochratoxine und Patuline. Sie kommen speziell in Pistazien, Mandeln, Paranüssen, Hasel- oder Erdnüssen, Getreide, Hülsenfrüchte, getrockneten Weintrauben, Kaffee, Wein, Bier, Traubensaft, Kakao vor. Bei diesen Stoffen handelt es sich um giftige Schimmelpilze die Leber, Nieren und das Nervensystem schädigen. Manche dieser Pilztoxine stehen im Verdacht, das Krebsrisiko zu erhöhen. Über die Muttermilch können die Ochratoxine an das Baby weitergegeben werden und seine Gesundheit gefährden. Auch krebserregend und erbgutschädigend ist Patulin, das auch einen Embryo im Mutterbauch schädigen kann.

Besonders gefährlich sind Schwermetalle wie zum Beispiel Quecksilber. Abgelagert in den Nieren, der Leber und der Milz, kann Quecksilber ganz verschiedene Beschwerden hervorrufen. Unter anderem sind das Kopfschmerzen, Nervosität, Zahnfleisch-Entzündungen, Sehstörungen, Störungen des Gleichgewichtssinns, Sprachstörungen, Zittern und Schwerhörigkeit.

Auch "Blei" befindet sich in unseren Nahrungsmitteln. Es hemmt die Aktivität menschlicher Enzyme und ist hoch krebserregend. Zudem stört es die Blutbildung, verursacht heftige Bauchschmerzen, schädigt Nerven, Nieren, Muskeln, Gehirn und greift in großen Mengen aufgenommen die Gene an, was zu Fehlgeburten führen kann. In den Boden und die Nutzpflanzen gelangt Blei speziell durch Auto- und Industrieabgase.

Das hochgiftige Arsen lagert sich in den Innereien von Tieren ab. Vorwiegend finden wir es bei Meerestieren, in Hühnern und deren Eiern. Eine Arsenvergiftung führt zu Beschwerden des Magen-Darm-Trakts, des Herz-Kreislauf-Systems, des Nervensystems, Husten, Atemnot, Haut- und Schleimhautreizungen. Zudem verursacht Arsen auch Krebs, vor allem Haut- und Lungenkrebs. Eine Arsenvergiftung in der Schwangerschaft kann das ungeborene Kind bereits im Mutterleib schädigen.

In der Landwirtschaft verwendet man weltweit Pestizide. Getreide, Obst, Gemüse, Gewürze, Kaffee, Wein, all das mit Pestiziden besprüht. In den menschlichen Organismus gelangen Pestizide vor allem durch die Nahrungsaufnahme. Zum Beispiel von dem Fleisch deren Tiere mit Pestizidhaltigen Pflanzen gefüttert wurden. Dazu zählen auch Milchprodukte und Eier. Pestizide verursachen vor allem folgende Beschwerden: Sehschwierigkeiten, Muskelzittern, Koordinationsprobleme, Nierenstörungen, Leberprobleme, erhöhter Blutdruck und vermehrtes Schwitzen. Darüber hinaus können sie Krebs verursachen und das Immunsystem schwächen.

Tierarzneimittel gelangen durch den Verzehr dieser Tiere in unseren Körper. Erkrankten Tiere, brauchen sie genauso wie der Mensch Medikamente. Doch anders als beim Menschen verschreibt man Tieren schon zur Vorbeugung von Krankheiten Anabolika, das dann über die Nahrungskette in unseren Körper gelangt. Darüber hinaus können sich bei regelmäßiger Einnahme von Antibiotika Krankheitskeime bilden, die dann natürlich durch die Nahrungsaufnahme auch in unseren Organismus gelangen. Aber auch Anabolika werden den Tieren oft verabreicht. Anabolika lassen der Tiere Muskeln schneller wachsen. Doch oft bekommen Tiere auch Psychopharmaka, zum Beispiel als Beruhigungsmittel wenn sie zum Schlachthof gebracht werden.

## **Fazit**

Es ist heutzutage nahezu unmöglich sich sämtlichen giftigen Substanzen und Zusatzstoffen die sich in unserer Nahrungsmittelkette befinden zu entziehen. Aber man kann einige Schadstoffe meiden in dem man zum Beispiel Mineralwasser in Glasflaschen kauft und Tupperware gegen Glasgefäße tauscht. Zudem sollte man biologische Lebensmittel konsumieren, auch wenn diese nicht gänzlich Pestizidfrei sind, sind sie jedoch gegenüber der Massenware nicht so stark belastet und damit gesünder.

**Bericht online:**

<https://www.germandailynews.com/bericht-35658/das-gift-in-unserem-leben-3.html>

**Redaktion und Verantwortlichkeit:**

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Roland Kreisel

**Haftungsausschluss:**

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Roland Kreisel

**Editorial program service of General News Agency:**

United Press Association, Inc.  
3651 Lindell Road, Suite D168  
Las Vegas, NV 89103, USA  
(702) 943.0321 Local  
(702) 943.0233 Facsimile  
[info@unitedpressassociation.org](mailto:info@unitedpressassociation.org)  
[info@gna24.com](mailto:info@gna24.com)  
[www.gna24.com](http://www.gna24.com)