

Randnotizen:

Wir, die Verbraucher, verlieren durch zugeführte Aroma- und Zusatzstoffe nach und nach den Geschmackssinn für das Natürliche. Die Wahrnehmung von synthetischen oder naturbelassenen Produkten verschiebt sich immer mehr, sodass insbesondere unsere **Kinder die künstlichen Produkte für natürlicher halten** und als besser schmeckend erachten.

Nach eigener Aussage bedeutet selbst das **Ökotest-Urteil "sehr gut"** nur, dass nicht "zu viele" Schadstoffe enthalten sind. Im Umkehrschluss heißt das aber auch, dass mit fast jedem Nahrungsmittel Schadstoffe aufgenommen werden.

Bei einer Studie, in der 1300 Männer sowohl eine Urin- als auch Sperma-Probe abgaben, fanden Wissenschaftler bei **100%** der getesteten Personen bedenkliche Mengen Schadstoffe im Urin und bei mehr als 50% der Männer war die Qualität der Spermien so gering, dass eine Zeugungsfähigkeit nahezu ausgeschlossen werden konnte.

Weitere Quellen:

www.Zentrum-der-Gesundheit.de

Magazine:

ARD „plusminus“ - „Stevia“

SWR „betrifft“ - „Die Chemiefalle“

ZDF „Frontal 21“ - „Das Pharmakartell“

Dokumentation:

Phoenix - „Die Gen-Verschwörung“

Zeit, sich zu informieren !



Genmanipulierte Nahrung

Auch wenn die Anteile oft bei nur 0,1% liegen, ist es so, dass sich die Gentechnik immer weiter ausbreitet. So kann kaum noch unterschieden werden, welche Produkte zu hundert Prozent natürlich sind und welche nicht. Denn selbst **das Futtermehl für Hühner, Kühe, Schweine oder Fische ist oft genetisch verändert**. Dies muss auf unseren Lebensmitteln allerdings nicht deklariert werden. Die Wahl **“Gen-Food: ja oder nein“ liegt also jetzt schon nicht mehr beim Verbraucher**. Wissen Sie noch, wie man ein Feld bestellt, wie man Brot backt oder was Permakulturen sind?

Die sogenannte Kennzeichnungspflicht bestimmt, dass Produkte mit weniger als 0,9% gentechnisch veränderter Inhaltsstoffen als **“Gentechnik frei“** bezeichnet werden dürfen. Allein **das ist Betrug** am Verbraucher. Doch können auch Produkte so deklariert werden, wenn die veränderten Bestandteile **“zufällig“** in die Nahrung gelangt sind oder ihr Zusatz als **“unvermeidbar“** gilt. Kann Gentechnik in der Nahrung nicht mehr verhindert werden?

Bleibt noch die Frage, wie sich “Gen-Food“ auf den menschlichen Körper auswirkt: Darauf kann leider keine abschließende Antwort gegeben werden, da **keinerlei Langzeitstudien existieren**. Tierversuche ergaben aber bereits Bedenkliches: Wissenschaftler fanden bei Ratten, Schweinen und Kühen **Veränderungen in den Zellkernen von Leber, Niere, Milz und Herz**. Dazu kommen ein stark verändertes Blutbild, ungewöhnliches Wachstum von Organen und beunruhigende Gewebeveränderung.

Weitere Folgen können teilweise noch nicht abgeschätzt werden, jedoch gibt es - neben neu entstandenen Allergien - Vermutungen über mögliche gravierende Mutationen. Es ist also kein Wunder, dass sich weltweiter Widerstand regt.

Quelle:

Umweltinstitut München e.V.

Arte Dokumentation - “Monsanto - Mit Gift und Genen“

info netzwerk BERLIN

Kennen Sie ...

die bestimmenden Inhalts- und Zusatzstoffe in unseren Lebensmitteln ?

mögliche Folgen

- synthetischer Stoffe ?
- genmanipulierter Nahrung ?

die gesetzlichen Regelungen zur Kennzeichnung von Gen-Food ?

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie nahrhaft unsere Nahrung überhaupt noch ist ?



Zusatzstoffe und Ernährung

Die Grundbedingung für die Gesundheit und innere Ausgeglichenheit ist das körperliche Wohlbefinden. Das steht in unmittelbarer Abhängigkeit zu unseren täglichen Mahlzeiten. Sollten wir daher nicht ein Grundrecht auf gesunde Ernährung haben?

Zu den Grundnahrungsmitteln gehören unter anderem Wasser, Brot, Obst und Gemüse. Für viele zählen auch Milch und Milchprodukte, sowie Eier oder auch Fleisch dazu. Oft kaufen wir die Produkte bedenkenlos, ohne uns vorher oder währenddessen über die Inhaltsstoffe zu informieren. Dabei sollten wir, besonders in der heutigen Zeit, in der es immer mehr Skandale um schädliche Zusatzstoffe gibt, viel spezieller darauf achten, was wir zu uns nehmen.

Natrium und Chlorid

Richten wir unseren Blick auf das Etikett einer Wasserflasche: Dort finden wir unter anderem Natrium und Chlorid. Natrium dient der Regulierung des Wasserhaushalts von Körperzellen und ist als Bestandteil des Wassers nicht mehr wegzudenken. Allerdings kann es in großen Mengen zu Herz- und Kreislauferkrankungen - in Kombination mit Chlorid (Natriumchlorid = Kochsalz) sogar zu erhöhtem Blutdruck - führen.

Die geringe Menge im Trinkwasser ist noch nicht bedenklich, jedoch sind die deutsche Küche und Fertigprodukte bereits so übersalzen, dass Natriumchlorid (NaCl) mit fast jedem Nahrungsmittel aufgenommen wird und die Auswirkungen dadurch kaum abschätzbar werden.

Das Lebensmittelgesetz verfügt zudem, dass Speisesalz die Mindestmenge von 97% NaCl enthalten muss, wodurch die Salzhersteller praktisch gezwungen sind, 82 der lebenswichtigsten Mineralien und Spurenelemente weitgehend zu entfernen!

Sogenanntes raffiniertes Salz ist giftig für Zellen und Organe, da die isolierte Form (NaCl) so in der Natur nicht vorkommt und der Elektrolythaushalt des Körpers nicht mehr gesichert ist.

Fluoride

Auch Fluoride finden wir oftmals im Mineralwasser. "Aber die sind doch gut für die Zähne"! Nicht nur, denn in zu großen Mengen kann es zur Aufräumung, schnellerer Abnutzung oder gar zu Fehlbildung der Zähne führen. Es wird in Verbindung mit niedrigerem IQ, Schwächung des zentralen Nervensystems und schlechteren Gehirnleistungen gebracht. Fluoride finden sich u.a. in Ei, Fleisch, Heilerde, Roggen oder Mineralwasser. In manchen Ländern wird es vor-sorglich sogar dem Trinkwasser zugesetzt. Käse, Milch und andere kalziumhaltige Lebensmittel hemmen die Aufnahme von Fluor.

Glutamat

Vor allem in vielen "Fast-Food"-Produkten und aber auch weiteren Nahrungsmitteln befinden sich Geschmacksverstärker wie Glutamat. Durch dessen Verwendung senken Hersteller ihre Produktionskosten, da unter anderem weniger Käse und Fleisch benötigt wird. Da es die Blut-Hirn-Schranke problemlos überwindet und Einfluss auf das Stammhirn nimmt, indem es u.a. künstlich Hunger erzeugt lässt sich Glutamat auch als Suchtmittel betrachten. Folgen übermäßiger Aufnahme können neben Bluthochdruck, Magenschmerzen und Herzrasen auch Migräne oder Minderungen der Konzentrationsfähigkeit sein. In Tierversuchen führte Glutamat zu schweren Gehirnschäden und Embryonen konnten kein voll funktionsfähiges Nervensystem mehr entwickeln.

Aspartam

Aspartam hingegen finden wir in fast allen zuckerfreien oder Light-Produkten, auch in Kaugummis und diversen Süßigkeiten. Der - häufig als Phenylalanin deklarierte - Süßstoff ist um rund 200 mal süßer als Zucker, aber auch um ein Vielfaches schädlicher. Zu den Nebenwirkungen zählen neben vielen anderen auch asthmatische Reaktionen, Gewichtszunahme, Impotenz, Haarausfall oder Tinnitus. Aspartam wurde sogar als erbgutverändernde Substanz eingestuft, darf den Nahrungsmitteln aber noch immer uneingeschränkt zugeführt werden.

Saccharin

Saccharin ist der erste bekannte synthetisch hergestellte Süßstoff. Der um 300- bis 700-mal süßere Zuckerersatz kann - anders als Aspartam - in höherer Konzentration einen bitteren oder metallischen Nachgeschmack haben. Auch wird es weder durch Erhitzen noch durch natürliche Säuren zerstört. "Dem Körper wird durch Saccharin starke Süße signalisiert" und so bereite sich der Organismus durch erhöhtes Insulin auf die angeblich große Zahl an Kalorien vor. "Das macht die Kalorienreduktion des Körpers völlig zunichte." Das behauptet, neben weiteren Wissenschaftlern, auch Uwe Pollmer. Bedenkliche Nebenwirkungen bei Tierversuchen: vermehrter Blasenkrebs.

Eine Alternative zu Zucker ist...

...Stevia, eine süßschmeckende Pflanze aus Paraguay, die zudem gesund sein soll. Sie ist aber seit 1997 - durch die Novel-Food-Verordnung - in Deutschland und der EU verboten worden. Weder als Kraut noch als Pulver, selbst flüssige Auszüge, wie Öle, dürfen auf den Markt gelangen. Seit 12 Jahren prüft die EU die eingereichten Dokumente und dem Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) fehlen offenbar seit Jahren noch wichtige Daten.

Unser Fazit

Alles kann und darf künstlich hergestellt werden - so lange es gekennzeichnet ist. Die lange Liste der Inhaltsstoffe ist oftmals viel zu klein oder kaum lesbar abgedruckt und für den Laien so unverständlich, dass es ebenso gut eine andere Sprache sein könnte. Es scheint, **als dürfen wir zwar alles essen, aber offenbar bloß nichts mehr wissen**. Und dann noch die Masse an E-Nummern. Aber an dieser Stelle können Sie für sich und ihre Familie etwas tun:

Google: E-Nummern Liste

Weitere Suchbegriffe: "Schrimps aus Fischresten", "Erdbeeraroma aus Sägespäne", "Fetakäse aus Kuhmilch" oder "Fleisch aus Klärschlamm".

Befragen Sie auch www.youtube.de