



Bedenkliche Nahrungsbestandteile

Jeder Bestandteil der Nahrung, besonders auch die künstlichen Anteile können ungesunde Nebenwirkungen haben. Diese Nebenwirkungen können sich in Form von Verdauungsbeschwerden, Unverträglichkeit, Allergie, schleichender oder spontaner Vergiftung äußern. Besonders die schleichenden Dinge sind es, die, erst unbemerkt, das Immunsystem schädigen. Ursache und Wirkung sind so entkoppelt und machen dem Patienten und dem Therapeuten das Leben schwer.

- **Acrylamid** aus gerösteten Kartoffel- oder Getreideprodukten belastet besonders die Leber
- **Bisphenol-A** z.B. in Gemüsekonserven und zahnärztlichen Füllungskunststoffen hat eine leicht östrogene Wirkung. Daher sollte es in zwei Staaten bereits verboten werden. Die Aufnahme verstärkt die Gefahr von Herz- Kreislaufproblemen, ev. Sexualstörungen und Diabetes (Typ2). Nach einer kanadischen Studie sind junge Mädchen aggressiver / aktiver, wenn die Mutter in der Schwangerschaft viel davon aufgenommen hat.
- **Farbstoffe** (E 100 ff) –oft Anilinfarbstoffe- führen zu Hyperaktivitäten besonders bei Kindern. Einige Farbstoffe sind nach langjährigem Verbot seit 1998 im Rahmen der EU Regeln wieder zugelassen.
- **Glutamat** (E 620) als Geschmacksverstärker. Es gibt den „Befehl Heißhunger“ an das Gehirn, führt zu Konzentrationsschwäche, Kopfschmerzen und Übelkeit, während des Wachstums wird die Nervenausbildung gestört.
- **Propionsäure** (E 280) ist im Tierversuch krebserregend. Sie führt zu Störungen des Fett- und Zuckerstoffwechsels. Besonders bei Kindern wurden Schlaf- Konzentrations- oder Verhaltensstörungen beobachtet, Sie war von 1988 bis 1998 in Deutschland verboten.
- **Zitronensäure** (E 330) in Marmelade, Fertiggetränken, in vielen Nahrungsbestandteilen auf Frucht- oder Gemüsebasis. Die Säure greift flächig den Zahnschmelz an (Erosionen), dadurch werden die Zähne erst empfindlicher, dann zerstört. Im Körper docken Metalle, z.B. Blei oder Aluminium an die Säure an. In dieser Kombination wird die Blut – Hirn- Schranke überwunden. Nachdem die Zitronensäure dort verstoffwechselt wurde, bleibt das Metall über. Diese Metalle sind extrem starke Neurotoxine. Als Folge sterben Nervenzellen. Man vermutet, dass dadurch Krankheiten, wie Alzheimer, Parkinson oder Multiple Sklerose verstärkt oder sogar ausgelöst werden.

Und noch eines zum Schluß: Es gibt viele weitere problematische Stoffe. Bemerkenswert dabei ist, dass ein ähnliches Naturprodukt weniger Schaden anrichtet, als das künstliche Produkt. Man denke dabei mal an die Inhaltsstoffe z.B. von Heilerde.