Schadstoffe ohne Ende

Studie zum Zusammenhang von Ernährung und Krebserkrankung

Die Zusammenhänge zwischen Ernährung und Krankheit bzw. Gesundheit haben Dr. Max Otto Bruker sowie andere Ärzte und Wissenschaftler ausführlich in unzähligen Schriften dargestellt. An und für sich müsste der moderne aufgeklärte Mensch, insbesondere im Internetzeitalter, über diese Dinge Bescheid wissen ... Es ist mitnichten so! Das Wissen um wirklich gesunde Ernährung und ihr Einfluss auf unsere Gesundheit ist durch die permanente und penetrante Werbung der Nahrungsmittelindustrie fast vollständig verloren gegangen.

Im British Medical Journal erschien kürzlich eine interessante französische Studie, die herausgefunden habe, dass der Verzehr hochverarbeiteter Lebens- bzw. Nahrungsmittel mit einer deutlichen Erhöhung des Krebsrisikos einhergehe. Die hochverarbeiteten (ehemaligen) Lebensmittel hätten nicht nur einen hohen Anteil an gesättigten Fettsäuren (Transfettsäuren!), sondern auch hohe Anteile von isoliertem, raffiniertem Zucker (Fabrikzucker) und Salz. Damit die Fertigprodukte lange Zeit haltbar bleiben, würden sie mit zahlreichen Zusatzstoffen versetzt und nicht zuletzt ultrahocherhitzt. Das führe zusätzlich zur Bildung von Acrylamiden, heterozyklischen Aminen und polyzyklischen Kohlenwasserstoffen.

Webbasiert wurden 104 980 Franzosen hinsichtlich ihrer Lebens- und Essgewohnheiten untersucht (Frauenanteil 80%). Der Anteil des Verzehrs von hochverarbeiteten Nahrungsmitteln bei Männern und Frauen lag durchschnittlich bei 20%. In den ersten fünf Jahren des Nachbeobachtungszeitraums beobachteten die Wissenschaftler 2228 Krebserkrankungen, darunter 739 Mal Brustkrebs bei Frauen, 281 Prostatakrebse bei Männern und 153 kolorektale Darmkrebse. 108 an der Studie teilnehmende Personen seien an den Folgen der Krebserkrankung gestorben.

Die Autoren schlussfolgerten, dass Menschen, die einen hohen Anteil hochverarbeiteter Nahrungsmittel verzehren, viel häufiger an Krebs erkranken.

Eine Verzerrung der Ergebnisse hätten die Wissenschaftler jedoch ausschließen können. Sie berücksichtigten bei ihren Analysen, dass Menschen mit Bewegungsmangel und Raucher häufiger zu hochverarbeiteten Nahrungsmitteln griffen. Auch sei bei der Untersuchung der Einfluss des Body-Mass-Index, die Energiezufuhr, der Alkoholkonsum und das Ausbildungsniveau mitberücksichtigt worden.

Kommentar: Die Entstehung von Krebs ist ein sehr komplexes Geschehen und nicht nur ausschließlich im Zusammenhang mit der Ernährung zu sehen. Natürlich spielt die Ernährung eine besondere Rolle dabei. Die heutigen Menschen nehmen die meisten Schad- bzw. Giftstoffe über die konventionelle, zivilisatorische Kost auf.

Dr. Bruker schrieb aber auch schon vor vielen Jahren: »Ohne ionisierende Strahlung kein Krebs!« Es ist ein Irrglaube anzunehmen, dass z. B. die Reaktorkatastrophen von Tschernobyl und Fukushima keine Auswirkungen auf das Gesamtklima der Welt und somit auf unsere Gesundheit hätten. Die Zunahme der toxischen Gesamtsituation ist in diesem Zusammenhang mit Sicherheit ein weiterer wichtiger Faktor der Krebsentstehung. Dazu zählen auch der Verzehr von konventionell hergestellten Lebensmitteln. Sie besitzen einen unterschiedlich hohen Schad- bzw. Giftstoffanteil durch Anwendung von Pflanzen- und Insektenvernichtungsmitteln sowie von genmanipulierten Pflanzen in der konventionellen Landwirtschaft. Durch die Vermüllung und Vergiftung der Ozeane, z. B. durch Kunststoffabfälle, beinhaltet mittlerweile das einstmals so gesunde Meersalz Kunststoffpartikel (polyzyklische Kohlenwasserstoffe) im Nanobereich.

Auf die Gefahr der intensiven Anwendung von aluminiumhaltigen Kosmetika (Deodorantien!) und unterschiedlichen chemischen Haarfärbemitteln sei weiterhin beispielhaft hingewiesen.

Ich möchte in diesem Zusammenhang auch an die GGB-Gesundheitstagung im Oktober 2017 bzw. das neu erschienene Buch »Thank you for calling« erinnern bzw. hinweisen. Der Autor und Filmproduzent Klaus Scheidsteger stellt in seiner Dokumentation erschreckend deutlich die krebserregende Wirkung auf das Hirngewebe durch die Mikrowellenstrahlung der modernen Mobiltelefone dar!

Vergessen dürfen wir auch nicht, dass permanente, unterschwellige Lebensunzufriedenheit in dem Gesamtkomplex der Krebsentstehung berücksichtigt werden muss.

Und schließlich: Bewegungsarmut und Lichtmangel. Die Wirkung dieser beiden essentiellen Bestandteile des gesunden Lebens wird häufig unterschätzt: Wer rastet, der rostet – sagt ein altes Sprichwort! Schon die Ärzte und Heilkundigen im Altertum wussten um die wunderbare Heilwirkung von Bewegung und Sonnenlicht. Sie sind die besten Wegbegleiter bei der Gesunderhaltung unseres Körpers.

Fazit:

Nur durch ein sehr komplexes Zusammenwirken von verschiedenen, potentiell krankmachenden Einflüssen kann Krebs entstehen. Wir können durch eine bewusste, gesunde Lebensführung dazu beitragen, unser persönliches Krebsrisiko zu minimieren. ●

Literatur:

Fiolet, T; Srour, B et al.: Consumption of ultra-processed food and cancer risk: results from NutriNet-Santé prospective cohort. BMJ 2018; 360: k322. Zitiert aus: Deutsches Ärzteblatt, 2018; 115 (11): C 429.

Dr. med. Michael Krause
Gesundheitsberater GGB
Burgthann

Krebsfeind Fabrikzucker

Prof. Dr. med. Josef Beuth vom »Institut zur wissenschaftlichen Evaluation naturheilkundlicher Verfahren« an der Universität Köln hielt im April 2018 einen Vortrag an der Hufeland-Klinik in Bad Ems. Die Rhein-Lahn-Zeitung berichtete darüber am 17. April 2018 unter dem Titel »Mehr Lebensqualität bei Krebsbehandlung.«

Zur Ernährung für an Krebs Erkrankte sagte Beuth: »Keine Dogmen. Sie können alles verzehren, auch Zucker und Alkohol – auf die Dosis kommt es an. Essen und Trinken sollte auch während der Therapie Freude machen.« Eine Flasche Rotwein am Tag sei sicherlich zu viel, in der Woche sei dies jedoch völlig in Ordnung. Eine »ausgewogene Ernährung« sei wichtig.

Diese lockere Aussage für Krebspatienten überraschte uns, denn »internationale Statistiken zeigen die Assoziationen zwischen dem durchschnittlichen Zuckerkonsum in verschiedenen Ländern und der Häufigkeit zweier oder dreier Krebsarten auf. Am deutlichsten scheinen der Darmkrebs sowie der Brustkrebs der Frauen mit dem Zuckerkonsum in Verbindung zu stehen.« (Dr. John Yudkin/Dr. Robert Lustig, PUR WEISS TÖDICH, systemed)

Ulrike Kämmerer, Krebsforscherin an der Würzburger Universitätsklinik, füttert Krebszellen mit Zuckerlösungen: »Wir können sehen, wie die in Abhängigkeit vom Zucker wachsen. Mit viel Zucker wachsen alle Krebszellen gut. Zucker erhöht den Blutzuckerspiegel, und ein hoher Blutzuckerspiegel fördert Krebs. Das ist evidenzbasiert, das weiß man.«

»Die Professorin aus Würzburg gehört zu der wachsenden Zahl von Wissenschaftlern, die im Kampf gegen die großen Krankheiten des 21. Jahrhunderts neue Wege gehen wollen. Und die Einschränkung des Zuckerverzehrs gehört zu den neuen erfolgversprechenden Methoden. Kollegen an der Universität Frankfurt forschen ebenfalls zum Thema Zucker, andere Kohlenhydrate und Krebs, auch in Israel und den USA, an der Universität von Iowa, am Albert Einstein College im Staat Illinois. Wissenschaftler der Universität von Kalifornien in Los Angeles haben herausgefunden, dass Krebszellen sogar eine eigene Schnittstelle für raffinierten Zucker haben.« (Hans-Ulrich Grimm, Garantiert gesundheitsgefährdend, Droemer).

Zucker und Krebs

M. O. Bruker

Die im selben Maße wie die Zivilisationsschäden zunehmende Häufigkeit des Krebses lässt daran denken, dass Ernährungsfragen und speziell die Zunahme von Auszugsmehl und Fabrikzuckerarten, die ja das Hauptkennzeichen der Zivilisationskost sind, mit der ständigen Zunahme der Krebserkrankungen in engem Zusammenhang stehen. Bei der direkten Beziehung des Vitamin-B-Komplexes zu den Atmungsfermenten liegt diese Schlussfolgerung direkt auf der Hand. Umso interessanter sind in dieser Beziehung die Versuchsergebnisse von LEUPOLD, über die er in seinem Buch »Die Bedeutung des Blutchemismus, besonders in Beziehung zu Tumorbildung und Tumorabbau« (Thieme-Verlag) berichtet. Es ist ihm gelungen, bei Kaninchen, bei denen Spontantumoren außerordentlich selten sind, durch Veränderungen des Systems Cholesterin/Zucker/Lipoidphosphor (Ch/Z/P) durch parenterale* Injektionen bestimmter Cholesterin-Lecithin-Salzgemische Tumoren zu erzeugen. Ausschlaggebend für die Entstehung von Tumoren ist der Kurvenverlauf in den ersten 3–5 Stunden nach der Injektion. Es kommt jedes Mal zur Tumorbildung, wenn das System Ch/Z/P einen Abfall zeigt; umgekehrt kommt es bei bereits vorhandenem Tumor zum Geschwulstabbau, wenn das System in den ersten 3–5 Stunden ansteigt. Die Bedeutung des Blutzuckers – allerdings im Verhältnis zum Cholesterin und Phosphor – geht aus diesen Versuchen eindeutig hervor. Für die Carcinombehandlung bei Menschen spielen diese Tatsachen insofern eine Rolle, als Zuckergenuss während der Carcinombehandlung nach Leupold eine Systembewegung des Ch/Z/P auslöst, die zum Wachstum des Tumors führt. Die experimentellen Beobachtungen sprechen eindeutig für die wichtige Rolle des isolierten Zuckers in der Krebsentstehung.

*parenteral = unter Umgehung des Magen-Darm-Trakts; d. h. durch subkutane, intramuskuläre oder intravenöse Injektion bzw. Infusion; z. B. parenterale Ernährung.

Dr. Max Otto Bruker publizierte die negativen Auswirkungen durch den Verzehr von Fabrikzucker in »Der Zucker als pathogenetischer Faktor«, als die Zuckerindustrie ihm 1960 Klage androhte. Der Prozess fand daraufhin nicht statt, denn seine Fakten waren nicht zu widerlegen.

Jahrzehnte warnte er besonders Krebspatienten eindringlich vor dem Verzehr von Fabrikzucker. Es freut mich, dass nun endlich diesem Schadstoff auch im Wissenschaftsbereich die notwendige Aufmerksamkeit geschenkt und damit Bruker indirekt späte Ehre zuteil wird.

Von politischer Seite wird immer wieder der »mündige Bürger« betont, der selbst entscheiden soll, was er essen und trinken will. Das kann er jedoch nur, wenn er über gesundheitliche Nachteile – in diesem Fall des Fabrikzuckers – aufgeklärt wird. Aus wirtschaftlichen Gründe erfolgt dies jedoch nicht.

Ein Schritt wäre zunächst eine Zuckersteuer, so wie es bei Zigaretten mit einer erhöhten Tabaksteuer erfolgreich durchgeführt wurde.

In mehreren Ländern wurde sie bereits mit Erfolg eingeführt (s. unseren Beitrag »Dem Fabrikzucker geht es an den Kragen« im *Gesundheitsberater* vom Mai 2018). Untersuchungen hätten laut Hans-Ulrich Grimm gezeigt, dass pro zehn Prozent Steueraufschlag auf Softdrinks ein um elf Prozent geringerer Verbrauch zu erwarten sei.

Gar nicht auszudenken, was passieren würde, dehnte man die Zuckersteuer auf andere überzuckerte Produkte aus.

Ilse Gutjahr-Jung

N 1357 - 3,00 € - Juni 2018

Der Gesundheitsberater

Magazin der Gesellschaft für Gesundheitsberatung GGB e.V. – www.ggb-lahnstein.de

Fabrikzucker

Ilse Gutjahr-Jung:
Der Bürger kann nur bewusst entscheiden, was er essen und trinken soll, wenn er vorher über die gesundheitlichen Nachteile aufgeklärt wurde.

Schadstoffe ohne Ende
Dr. med. Michael Krause

Ist das Smartphone das Stethoskop des 21. Jahrhunderts?
Dr. med. Joachim Hensel

Neues Gästehaus im Sinne Max Otto Brukers
Karin Kring

Genome editing – Schöne neue Gentechnik-Welt?
Marie-Luise Volk

Das Verbot bienenschädlicher Pestizide
Dr. phil. Mathias Jung

Lebenskrisen – Lebenschancen
Gott Eros

sind. Das sind zum Beispiel Hecken, die Tieren einen Rückzugsraum bieten. Ausnahmen sind etwa für stark erosionsgefährdete Böden, gefährdete Ernten oder bestimmte Unkräuter wie Disteln und Quecken geplant … In Haus und Kleingärten soll der Wirkstoff künftig tabu sein … Die Privatanwendung von Glyphosat macht in Deutschland nur etwa zwei Prozent aus. Vor allem die Landwirtschaft, aber auch Unternehmen wie zum Beispiel die Bahn nutzen den Wirkstoff … Die Bahn, die Klöckner zufolge der größte Glyphosat-Einzelanwender in Deutschland ist, ist von der geplanten Verordnung vorerst nicht betroffen.

Rhein-Lahn-Zeitung, 18. 4. 2018

Kaffee: Krebsgefahr

In den USA müssen Firmen wie Starbucks vor der Krebsgefahr durch Kaffee warnen … In dem US-Bundesstaat Kalifornien müssen Kaffeeröstereien ihre Kunden davor warnen, dass selbst ihr Morgenkaffee womöglich ihr Leben verkürzt: »Chemikalien, die nach dem Wissen des Staates Kalifornien Krebs erregen können, sind in Kaffee, Backwaren und anderen Lebensmitteln und Getränken enthalten, die hier verkauft werden«, informiert das Unternehmen Starbucks jetzt gut sichtbar … Freiwillig weisen die US-Kaffeeröster nicht auf die unappetitlich klingende Substanz hin. Ein Richter hat sie dazu verdonnert, auf ihren Kaffee-Produkten vor der potenziellen Gefahr durch Acrylamid zu warnen.

Süddeutsche Zeitung, 31. 4. 2018

Die Mehrzahl der Mastschweine und Milchkühe ist krank. Der Tierarzt Albert Sundrum schildert die Zustände in deutschen Ställen: »Wir sprechen in der Wissenschaft von Produktionskrankheiten. Das sind Krankheiten, die im Zusammenhang mit dem Produktionsprozess entstehen. Viele Schweine leiden aus verschiedenen Gründen, unter anderem wegen erhöhter Schadgase in der Stallluft, an Lungenentzündungen – der Anteil der erkrankten Tiere beträgt durchschnittlich über 30, in manchen Betrieben bis zu 80 Prozent. Die Symptome sind wie beim Menschen, das heißt Fieber, Husten, erhöhte Atemfrequenz, Benommenheit. Außerdem haben Schweine sehr oft Magengeschwüre, die durch ungeeignete Fütterung entstehen: Da liegt die Rate auch mal bei ca. 50 Prozent. Manche Geschwüre führen zu Magendurchbruch, andere äußern sich durch eine permanent gereizte Magenschleimhaut. Ein weit verbreitetes Problem, mit einer Rate zwischen null und achtzig Prozent, je nach Betrieb, sind Verletzungen am Ringelschwanz durch Kannibalismus. Zudem treten Gelenksentzündungen gehäuft auf, was sich durch Anschwellen, Wärme und Rötung äußert und Schmerzen einschließt. Zu nennen wäre dann noch der häufig festgestellte parasitäre Befall der Tiere, meist Spulwürmer, die Organe wie die Leber durchwandern.«

DIE ZEIT, 26. 4. 2018

Pommes frites

Wirklich gesund werden Pommes wohl nie – aber die EU-Kommission will sie zumindest etwas gesünder machen: Ab heute gilt in der EU eine neue Verordnung, die das als krebserregend geltende Acrylamid in Lebensmitteln verringern soll. Acrylamid entsteht beim Backen, Braten, Frittieren und Rösten bei hohen Temperaturen über 120 Grad und vor allem dann, wenn der Stärkegehalt der Lebensmittel hoch ist. Denn der darin enthaltene Zucker übt beim Erhitzen mit der ebenfalls enthaltenen Aminosäure Asparagin eine giftige Liaison ein – das Acrylamid. Der krebserregende Stoff kommt besonders in Chips, Pommes frites, Bratkartoffeln oder Kroketten vor – die Hersteller sind jetzt zu einer möglichst schonenden Zubereitung verpflichtet. So müssen etwa Pommes-Produzenten künftig stärkeärmere Sorten verwenden.

Rhein-Lahn-Zeitung, 11. 4. 2018