



Ressort: Special interest

70 Prozent aller Arztbesuche sind ernährungsbedingt

Hamburg, 12.07.2013 [ENA]

"Die meisten Bürger sind über normale Lebensmittel mit Vitaminen und Mineralstoffen gut versorgt", sagt Klaus Richter vom Bundesinstitut für Risikobewertung. Im krassen Gegensatz dazu steht eine Studie der WHO, wonach 7 von 10 Menschen wegen falscher Ernährung einen Arzt aufsuchen müssen.

Obstbauer G. im Alten Land kennt die Vorgaben der Lebensmittelindustrie: Die richtige Farbe müssen sie haben, und schön saftig aussehen. Ach ja, und wenn Ihr Euer Obst nicht rechtzeitig liefert, nehmen wir es Euch nicht mehr ab. Die Bedingungen sind sehr hart, schließlich kennen die Abnehmer der Lebensmittelindustrie das Kaufverhalten der Verbraucher. Auf der Strecke bleiben dabei nicht nur die Bauern im Alten Land und anderswo, sondern auch der Verbraucher bekommt für sein Geld nicht mehr die Qualität geliefert, die er normalerweise erwarten kann. Das sah vor einer Generation noch anders aus, wie ein Vergleich der Studien des Pharmakonzerns Geigy aus dem Jahr 1985 und dem Lebensmittellabor Karlsruhe 11 bzw. 16 Jahre später belegen.

Wie die WHO-Studie belegt, wird eine große Anzahl von Krankheiten durch die Mangelversorgung an Vitaminen, Spurenelementen und Mineralstoffen begünstigt. Wenn es aber um das Wohlbefinden und um die Gesundheit der Verbraucher geht, dürfte das Thema ausgewogene Ernährung immer mehr an Bedeutung gewinnen, zumal auch hier ein erheblicher Kostenfaktor auf dem Spiel steht. Vorsorge ist nun mal günstiger als Behandlung. Allerdings leiden die meisten Ernährungsratschläge darunter, dass sie meist auf Untersuchungen einzelner Nährstoffe beruhen und deren Zusammenwirken in der Nahrung nicht angemessen berücksichtigt wird.

Besonders die Nahrungsmittelindustrie bedient sich Studien, in denen einzelne Nährstoffe hervorgehoben werden. Ein bestimmter Vitamingehalt in Bonbons lässt sich halt einfacher verkaufen als der hohe Zuckergehalt.

Wer aber wirklich gesund leben will, braucht sich "nur" an vier einfache Grundsätze halten:

1. Iss nicht zuviel
2. Bewege dich reichlich
3. Iss vorwiegend Obst, Gemüse und Vollkornprodukte
4. Mach einen Bogen um Junk- und Fastfood

Klingt doch einfach, aber jetzt kommt wieder unser Obstbauer G. ins Spiel, dessen Aussage eindrucksvoll

Redaktioneller Programmdienst: European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

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.



..... International Press Service

von den Studien des Schweizer Pharmakonzerns Geigy und dem Lebensmittellabor Karlsruhe eindrucksvoll bestätigt wird:

Das Obst und das Gemüse ist halt nicht mehr das, was es einmal war.

Die Gründe dafür können sein:

- Intensive Landwirtschaft mit Einsatz von Pestiziden
- Zu frühes Ernten
- lange Transportwege
- Weiterverarbeitung

Diese Faktoren spielen eine große Rolle beim Vitamin- und Mineralstoffverlust in den Lebensmittel. Mittlerweile gibt es ernstzunehmende Ratschläge, täglich fünf Portionen Obst zu essen, um den Bedarf des Körpers zu decken. Doch wer isst schon täglich fünf Äpfel, Bananen, Orangen etc.?

Dabei stellt sich natürlich die Frage: Wie verhalte ich mich? Essen müssen wir nun mal, daran führt kein Weg vorbei. Eine Patentlösung wird es wohl nicht geben, dazu kollidieren die Interessen der Lebensmittelindustrie zu sehr mit denen der Gesundheitsorganisationen.

Vielleicht ist eine kluge Anwendung von Nahrungsergänzung doch eine vernünftige Alternative. Als Ergänzung und nicht als Ersatz könnten sie zumindest zum Vitaminhaushalt des Körpers einen entscheidenden Teil beitragen. Zumal viele Menschen zeitbedingt auf Fertiggerichte nicht verzichten können, andere wiederum wenig Möglichkeiten zu sportlichen Aktivitäten oder anderen bewegungsintensiven Tätigkeiten haben.

Die Aussage von Klaus Richter vom Bundesinstitut für Risikobewertung muss dem Obstbauern G. aus dem Alten Land jedenfalls sehr grotesk vorgekommen sein.

Bericht online lesen:

http://www.european-news-agency.de/special_interest/70_prozent_aller_arztbesuche_sind_ernaehrungsbeding-55797/

Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Uwe Ohlendorff

**Redaktioneller Programmdienst:
European News Agency**

Annette-Kolb-Str. 16
D-85055 Ingolstadt
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661
Email: contact@european-news-agency.com
Internet: european-news-agency.com

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.