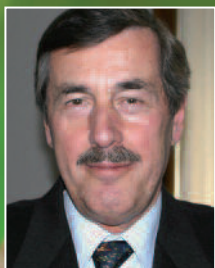


# Nutrition-Press

Fachzeitschrift für Mikronährstoffe

## Pilze & Co: Übeltäter und Retter



**Prof. Dr. Jan I. Lelley**  
Heilpilze und Perspektiven  
der Mykotherapie



**Manfred Scheffler**  
Freiheit für gesunde  
Nahrung



**Dr. Gottfried Lange**  
Prävention ist machbar –  
JETZT

Mikronährstoffe

Vitalstoffe

Nahrungsergänzungsmittel

Hersteller und Vertriebe

[www.nutrition-press.com](http://www.nutrition-press.com)



# „Deine Speisen seien deine Medizin“

„Deine Speisen seien deine Medizin“; ein geflügeltes Wort aus dem alten Griechenland hat auch heute noch Bestand. Damals galt Griechenland als Vorbild. So ändern sich die Zeiten. Dennoch ist die damalige Grundaussage zur Gesundheit gleichbleibend mit unserer heutigen wissenschaftlichen Erkenntnis.

**W**em hilft jedoch Jahrtausende altes Wissen, gepaart mit den heutigen wissenschaftlichen Erkenntnissen?

Leider nur einigen Wenigen, die bereit sind, dieses Wissen für sich umzusetzen. Die Mehrheit der Bevölkerung glaubt immer noch, die tägliche Nahrung sei in einem Zustand der Vollkommenheit. Sicherlich ist nichts vollkommen; aber erst recht ist die Manipulation an Nahrungsmitteln in Frage zu stellen. Gesund ist, was gesund macht und nicht in die Krankheit hineinführt.

An dieser Stelle werden sicherlich viele die Frage stellen, was denn an unserer Nahrung nicht in Ordnung sein soll. Wir hören und lesen doch, dass, wenn wir uns täglich ausgewogen ernähren, der Körper alles Notwendige erhält. Wenn dies der Fall ist, dann sind sämtliche Nahrungsergänzungsmittel überflüssig! So sind wir, die ständigen Bedenkenräger, auch überflüssig.

An dieser Stelle sei jedoch die Fragen erlaubt:

- „Warum nehmen Nahrungsmittelunverträglichkeiten ständig zu?“
- „Warum nehmen Allergien und Hauterkrankungen ständig zu?“
- „Warum haben wir einen eklatanten Zuwachs im Bereich der chronischen Erkrankungen?“
- „Warum haben wir bereits Kinder mit Altersdiabetes?“

Entsprechende Blutuntersuchungen zeigen immer das gleiche Bild: Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln. Blutuntersuchungen zeigen auch, dass entsprechende Vitamine und Spurenelemente fehlen. An dieser Stelle wollen wir nicht über falsche Fette und ein Zuviel an Fett in der Nahrung nachdenken, wohl wissend, dass dies den Super-Gau für unseren Organismus bedeutet. Wir können die Ernährungsweise nur durch Aufklärung beeinflussen. So hat Australien Amerika in der Fettleibigkeit seiner Einwohner überholt. Auch der EU-Raum ist auf dem gleichen Weg, dieses nicht erstrebenswerte Ziel zu erreichen.

## Was sind Gründe für diese Entwicklung?

Durch entsprechende Züchtung von Getreide konnte der Glutenanteil erhöht werden, um entsprechend Schädlinge zu bekämpfen. Auch die Pflanze will sich nicht gerne fressen lassen und entwickelte in der Evolution die Abwehrsubstanz Gluten. Nur die Steigerung ist auch ein Zuviel für den Menschen. Der Ansatz war gut. Es sollten weniger Pflanzenschutzmittel verwendet werden. Aber das Bastelwerk des Menschen hat Folgen, wie man sieht. Die Gluten-Unverträglichkeit nimmt eklatant zu mit entsprechenden Erkrankungen. Eine alte chinesische Weisheit sagt: „Der Darm ernährt seine Haut.“ Die Folge ist eine Zunahme der Hauterkrankungen.



Entwicklung der Turbo-Kuh: Landwirte in England und Irland haben ihre Kühe so hoch gedopt, dass sie die vierfache Milch einer normalen Kuh geben. Um dieses zu erreichen, bekommen die Kühe entsprechende Hormongaben. Um im Vorfeld eine Mastitis zu verhindern, werden entsprechend Antibiotika dem Futter beigegeben. Die Folge: In der Milch, der Butter, dem Käse und entsprechenden Milchprodukten befinden sich entsprechende Substanzen der verabreichten Mittel.

Was bitte soll bei uns Verbrauchern noch wachsen? Warum entwickeln wir immer mehr Bakterien, die resistent gegen Antibiotika sind?

#### **Nun zu der Aufnahme von Obst, Gemüse, Salat und usw.:**

Allein unsere Äpfel haben in den vergangenen Jahren im Bereich von Vitamin C um mehr als 70 Prozent abgenommen. Wir haben eine totale Veränderung von Apfelpektin, was gleichzeitig zu einer erhöhten allergischen Komponente führt. Essen die Patienten Äpfel von Bäumen, die mindesten 30 Jahre alt sind und nicht so dem Apfel von Schneewittchen gleichen, dann tritt in der Regel keine allergische Reaktion auf.

Dies ist ein Beispiel für den Verlust von entsprechenden Grundstoffen in unserer Nahrungskette und gilt mit unterschiedlichen Wertungen für alle unsere Obst- und Gemüsesorten, wenn nicht eine biologische Züchtung vorliegt.

Wer also heute noch behauptet, unsere Nahrungsmittel seien perfekt, ist ein unverbesserlicher Ignorant. Einen Verlust von Nahrungsergänzungsmitteln kann man nicht billigend in Kauf nehmen. Wir haben eine Verpflichtung, alles zu unternehmen, dass die heute im Handel befindlichen Nahrungsergänzungs-

mittel am Markt bleiben. In der Vergangenheit hat man hier die Zügel schleifen lassen, indem die Unternehmer glaubten, es bleibt wie es ist, aber dem ist nicht so. Unsere gewählten Vertreter in Brüssel oder Berlin sind auf dem Auge der Wirklichkeitserkennung blind.

Wir, die Hersteller, Therapeuten und Verbraucher, sind aufgerufen, hier entsprechend zu agieren. Die gewählten Vertreter sind in Frage zu stellen, da sie den Willen ihrer Wähler ignorieren. Wir sollten uns gemeinsam dagegen wehren und alles, was die Politik verbockt hat, über den Rechtsweg wieder ins rechte Lot führen.

So stehen wir als EFN bereit, mit Ihnen und Ihrem Verband (NEM) gemeinsam diesem nicht vertretbaren Verhalten in der Politik entgegenzuwirken.



Peter Abels, Heilpraktiker, Vorsitzender des EFN – European Federation for Naturopathy e.V. und Kooperationspartner des NEM e.V.

