

### **Ernährungs-Codex**

Die internationale Nahrungs- und Landwirtschaft-Organisation (FAO) und die Welt-Gesundheits-Organisation (WHO) haben einen Codex mit Verhaltensregeln aufgestellt um sicherzustellen dass es überall und für jeden auf der Welt gesunde und gute Nahrungsmittel gibt.

[http://de.wikipedia.org/wiki/Codex\\_Alimentarius](http://de.wikipedia.org/wiki/Codex_Alimentarius)

### **Unser täglich Gift**

„Wenn Sie wirklich Null Risiko wollen, sollten Sie keine Pestizide einsetzen, aber dies ist eine politische Entscheidung. Grenzwerte festlegen ist das beste was das Komitee tun kann.“ (Bernadette Ossendorp, Präsidentin des Komitees für Pestizidrückstände der FAO).

„Die europäische Union war besorgt über unsere Grenzwerte.“ (Angelo Moretti, Komitee für Pestizidrückstände). Mit dem Essen nehmen wir unzählige Substanzen zu uns die krank machen.

Die Verbraucher tragen die Risiken und die Unternehmen machen die Gewinne.

Vorspann: <http://www.arte.tv/de/unsere-taeglich-gift/3673748.html>

Film im Internet: <http://www.youtube.com/watch?v=q24S81w8BdY>

**Fakten:** Jährlich werden 140'000 Tonnen Pestizide in Europa versprüht. Die Menge der weltweit produzierten chemischen Substanzen ist seit dem zweiten Weltkrieg von 1 Million Tonnen jährlich auf rund 4 Millionen Tonnen angestiegen. Ein Europäer verbraucht 92 kg Kunststoff im Jahr, 40 % davon in Lebensmittelverpackungen. Die **Folgen:** Laut WHO sterben jedes Jahr weltweit 200'000 Menschen an Vergiftungen durch Pestizide. Die Zahl der Krebserkrankungen hat sich in den hochentwickelten Ländern in den vergangenen 30 Jahren verdoppelt. In Deutschland geht jeder 4. Todesfall auf eine Krebserkrankung zurück. Ausserdem haben Erkrankungen wie Alzheimer und Parkinson dramatisch zugenommen.

Weitere ausführliche Informationen in youtube: Unser täglich Gift 1-7 (dieser Film ist anders!)

<http://www.youtube.com/watch?v=rAJv9m4eZcg&list=PLAA0BD95767ADCC22>

<http://www.youtube.com/watch?v=xvCx9rWaA0o&list=PLAA0BD95767ADCC22>

### **BUND-Studie über Glyphosat:** (SWR Landesschau:

<http://www.swr.de/landesschau-aktuell/glyphosat-studie/-/id=396/nid=396/did=11575514/z7a09g/> )

Bei 70 Prozent aller deutschen Großstädter konnte das Unkrautvernichtungsmittel Glyphosat im Urin nachgewiesen werden. Glyphosat gilt als stark gesundheitsschädlich - dennoch hat die EU die Zulassung für den Wirkstoff ohne weitergehende Untersuchungen bis 2015 verlängert. ....

### **Ökologische Lebensmittel besser und gesünder:**

[http://www.bund.net/themen\\_und\\_projekte/landwirtschaft/gesunde\\_ernaehrung\\_alt/bio\\_lebensmittel/](http://www.bund.net/themen_und_projekte/landwirtschaft/gesunde_ernaehrung_alt/bio_lebensmittel/)

Der Gehalt an Vitaminen, Mineralstoffen und anderen Nährstoffen in Lebensmitteln schwanken in Abhängigkeit vom Standort, der Bodenqualität, der Sorten und dem Erntezeitpunkt. Studien belegen gleichwohl bei Öko-Obst und -Gemüse höhere Gehalte an gesundheitsfördernden sekundären Pflanzeninhaltsstoffen und teils auch höhere Mengen an Vitamin C als konventionelle Vergleichsprodukte.

### **Gefahren für den Menschen: Ausbreitung von antibiotika-resistenten Keimen**

[http://www.bund.net/themen\\_und\\_projekte/landwirtschaft/gesunde\\_ernaehrung\\_alt/bio\\_lebensmittel/](http://www.bund.net/themen_und_projekte/landwirtschaft/gesunde_ernaehrung_alt/bio_lebensmittel/)

In industriellen Tierhaltungen breiten sich zunehmend Keime aus, die gegen Antibiotika resistent sind. Einige Landwirte übertragen diese Keime zum Beispiel in Krankenhäuser. Breiten sich die

Keime dort aus, werden viele Medikamente wirkungslos. Bisher bleibt die Politik untätig. Der massenhafte Einsatz von Antibiotika in der Tierhaltung in immer größeren Ställen verschärft unterdessen das Risiko. In besonders artgerechten Tierhaltungen kommen resistente Keime nachweislich weniger bis gar nicht vor.

## **Kunststoffe**

Lebensmittel stellen einen bedeutenden Übertragungsweg des Weichmachers DEHP dar. Der Stoff, der Kunststoffe flexibel macht, wird in der Umwelt sowie im menschlichen Urin nachgewiesen. Der Stoff kann die Fortpflanzungsfähigkeit und die **Entwicklung des Kindes** im Mutterleib beeinträchtigen (Gemeinsame Pressemitteilung BfR und Umweltbundesamt (UBA) vom 07.05.2013)

Als Hauptbestandteil des Kunststoffs Polycarbonat ist Bisphenol A unter anderem in Folien, Plastikgeschirr und Konservendosen enthalten. Über den Kontakt mit Lebensmitteln kann Bisphenol A in den Körper gelangen und dort dauerhafte **Veränderungen des Nerven- und Hormonsystems** bewirken. Der BUND empfiehlt, zur Lebensmittelaufbewahrung Behälter aus Glas, Edelstahl oder Keramik.

[http://www.bund.net/themen\\_und\\_projekte/chemie/hormonelle\\_schadstoffe/bisphenol\\_a/](http://www.bund.net/themen_und_projekte/chemie/hormonelle_schadstoffe/bisphenol_a/)

## **Aluminium**

Aluminium wird besonders dann vom Körper aus der Nahrung aufgenommen, wenn es zusammen mit Zitronensäure, Milchsäure, Glutamat oder dem Aromastoff "Maltol" eingenommen wird, die das Metall binden. Fruchtttees, Tomatensoßen, Dosensuppen, Limonaden und Bier sind damit ideale trojanische Pferde für das Aluminium. Wasserwerke setzen Aluminium als sogenanntes "Flockungsmittel" ein, wodurch die Konzentration von Aluminium in unserem Trinkwasser zunimmt.

Bei **Krebspatienten** wird von vielen Onkologen dazu geraten, auf Deos mit Aluminium zu verzichten bis wissenschaftlich geklärt ist, wie genau der Zusammenhang zwischen Krebs und Aluminium ist. <http://www.sein.de/koerper/heilung/2013/aluminium-das-allgegenwaertige-gift.html>  
**Alzheimer**-Patienten weisen eine vier- bis sechsfach erhöhte Konzentration von Aluminium im Gehirn nach, ein Zusammenhang ist offiziell jedoch nicht bewiesen. Durch Aluminium können gezielt **Allergien** hervorgerufen werden.

## **Weitere Informationen aus dem Internet**

### **BUND über Gefahren**

Der Bund hat umfangreiche Informationen über Gifte für Umwelt und Menschen zusammengestellt. Wie Pestizide unsere Gesundheit gefährden:

[http://www.bund.net/themen\\_und\\_projekte/chemie/pestizide/](http://www.bund.net/themen_und_projekte/chemie/pestizide/),

[http://www.bund.net/themen\\_und\\_projekte/chemie/pestizide/gesundheitsgefahren/](http://www.bund.net/themen_und_projekte/chemie/pestizide/gesundheitsgefahren/)

Hormonell wirksame Stoffe in Kosmetika: <http://www.bund.net/index.php?id=18264>

### **Greenpeace**

Einkaufsratgeber und Supermarktvergleich:

[http://www.greenpeace.de/fileadmin/gpd/user\\_upload/themen/umweltgifte/greenpeace\\_ratgeber\\_pestizide\\_supermarkt.pdf](http://www.greenpeace.de/fileadmin/gpd/user_upload/themen/umweltgifte/greenpeace_ratgeber_pestizide_supermarkt.pdf)

Pestizide - vom Acker frisch auf den Tisch (umfangreiche, interessante Dokumentation)

<http://www.greenpeace-aachen.de/archiv/gentechnik/pestizide.php>

### **Diese Lebensmittel sollten Sie besser in Bio kaufen**

<http://www.handelsblatt.com/unternehmen/handel-dienstleister/essen-ohne-pestizide-diese-lebensmittel-sollten-sie-besser-bio-kaufen/7141996.html>

Zusammengestellt von Willy Welti, **BUND Birkenau**, [willy.welti@freenet.de](mailto:willy.welti@freenet.de)