

## **VITAMIN C & CO -**

### **Pharmaindustrie contra Nahrungsergänzungsmittel**

Warum die Pharmaindustrie Nahrungsergänzungsmittel bekämpft.  
J. van Lunteren

Was in den USA schon lange in Supermärkten als Nahrungsergänzungsmittel verkauft wird, hat hierzulande einen schweren Stand. Fachjournalist J. van Lunteren deckt die Hintergründe auf!

Dass er einen hochwertigen Treibstoff für sein Auto braucht, muss man dem Menschen kaum erklären. Geht es jedoch um den Treibstoff für seinen eigenen Körper, geht es um seine Nahrung, dann stößt man - sogar bei vielen Ärzten - auf erstaunliche Unkenntnis. Nicht umsonst tummeln sich in diesem Bereich selbsternannte Gurus aller Art, und eine überflüssige "Diät-Revolution" löst die nächste ab.

Wer weiß schon wirklich Bescheid? Kohlenhydrate, Fette und Proteine sind die Basis unserer Nahrung, so wie Rohöl die Basis des Benzins ist. Doch erst die Raffinerie macht aus Öl Benzin. Damit ein Otto-Motor diesen Rohstoff überhaupt verwerten kann, müssen Additive zugesetzt werden. Ähnlich verhält es sich mit unserer täglichen Nahrung. Man kann den Magen mit einer Raffinerie vergleichen. Die Additive hat die Natur genialer Weise gleich mit in die Nahrung verpackt. Es sind Mikronährstoffe oder auch Vitalstoffe, Zellschutzkomplexe, Antioxidantien.

Dabei handelt es sich um Vitamine, Spurenelemente und Mineralien - Substanzen, die nur in winzigen Mengen in der Nahrung vorkommen und dennoch, wie die Benzinadditive, über die eigentliche Qualität entscheiden. Sie sind sogar so entscheidend, dass der Mensch an Skorbut oder Beri Beri stirbt, wenn sie fehlen. Zu viele Kalorien, zuwenig Mikronährstoffe. Die Basis unserer Nahrung ist wie das Feuer für unseren inneren Ofen, während die Mikronährstoffe als Feuerwehrleute den Brand ständig kontrollieren. In den letzten Dekaden hat der Mensch das Feuer durch viele Faktoren enorm angeheizt, d.h. die Oxidationen erhöht und gleichzeitig - unwissentlich - die Zahl der Feuerwehrleute, d.h. die Mikronährstoffe drastisch gesenkt.

Die Folge ist eine Zunahme unkontrollierter "Brände" (schädigender Oxidationen). Sehr lange wusste man praktisch nichts über die tatsächlichen Funktionen der Mikronährstoffe und auch heute gehört ihre überlebenswichtige Bedeutung keineswegs zum Allgemeinwissen. Dabei bietet z.B. die orthomolekulare Medizin längst wissenschaftlich untermauerte Fakten. Inzwischen kann man bei etwa 200 meist chronisch verlaufenden Erkrankungen, von Arteriosklerose, über MCS, Allergien, Herzinfarkte bis hin zu Krebs nachweisen, dass sie durch einen Jahre, Jahrzehnte oder gar lebenslangen Mangel an Mikronährstoffen entstehen..

Der westliche Mensch ist zwar überernährt was die Kalorien angeht, jedoch gleichzeitig mangelernährt was die Mikronährstoffe betrifft. Positiv formuliert: Eine ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen schützt ihn.

Raucher mit einem erhöhten Betakarotenspiegel erkranken viel seltener an Lungenkrebs, erhöhte Vitamin-C-Spiegel senken das Infarkttrisiko (Arteriosklerose), erhöhte Zinkzufuhr verkürzt grippale Infekte, Kombinationen aus Betakarotin, Vitamin E und C senken die Sterblichkeit bei Krebs, erhöhte Vitamin-E-Spiegel lindern rheumatische Prozesse usw. usf.

Man stellte dabei u.a. fest, dass die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfohlenen Dosierungen für Vitamine & Co. völlig an der Sache vorbeigehen. Während die DGE z.B. 12 IE Vitamin E empfiehlt, rät die renommierte Berkeley Universität schon längst zu 200 - 800 IE Vitamin E täglich.

Wissenschaftliche Studien werden ignoriert. Was wie eine nüchterne wissenschaftliche Feststellung klingt, entpuppt sich bei genauerem Hinsehen als Vorbote grundlegender gesellschaftlicher Veränderungen. Als erstes hat das die Pharmaindustrie erkannt. Über unzählige Handlanger mit einem "Dr." oder "Prof." vor dem Namen versucht sie Vitamine & Co über die Medien in Verruf zu bringen. Frei nach dem Motto, dass man Otto Normalverbraucher ohnehin jeden Unsinn erzählen kann, da er keine Ahnung hat, tischen die "Pharmas" den widersprüchlichsten Blödsinn auf.

So ist man krampfhaft bemüht, Nahrungsergänzungsmittel zu Medikamenten zu erklären und warnt vor (nicht vorhandenen) Nebenwirkungen. Als Medikament wären hoch dosierte Mikronährstoffe zulassungspflichtig - und damit weg vom Markt. Denn eine Zulassung kann sich heutzutage nur die Pharmaindustrie finanziell leisten - und die wird den Teufel tun. Die Hysterie der Pharmaindustrie in Sachen hoch dosierte Ergänzung der Nahrung mit Vitamin & Co ist verständlich. Denn es geht ihren satten Gewinnen an den Kragen, wenn allgemein bekannt wird, dass eine simple Erhöhung der Vitamin E Zufuhr (auf 200 IE) das Infarkttrisiko um 34% senkt. (Nurses Health Study, 1993), während die chemischen Basteleien der Pharmas wie z.B. Cholesterinsynthesehemmer dieses Risiko nur um 7% senken, von Kosten und Nebenwirkungen ganz zu schweigen. Wenn der Bürger erst mal begriffen hat, dass allein die Zufuhr von 200 µg Selen sein Risiko, an bestimmten Krebsarten zu sterben, um 50% senkt (National Prevention of Cancer-Studie. Prof. Clark), während die "Pharmas" keinerlei Vorsorge zu bieten haben.

Eindeutige Studien werden komplett ignoriert oder als nichtssagender "Kleinkram" bagatellisiert. Dass die oben erwähnten Studien (nur zwei von Hunderten!) von der Regierung getragen werden - die Nurses Health Studie läuft seit über 10 Jahren und umfasst inzwischen knapp 100.000 Personen - das "übersehen" die Pharmagiganten lieber.

Man kann nur vermuten, dass sie nicht mal über Internet verfügen, denn unter dem Stichwort MEDLINE erhält man Zutritt zu den Datenbanken der Suchmaschinen weltweiter wissenschaftlicher Veröffentlichungen und

**Bibliotheken und wird mit handfesten Informationen über Mikronährstoffe geradezu erschlagen. Verlängertes Leben. Es betrifft jedoch nicht nur die Pharmaindustrie, sondern den gesamten medizinisch-industriellen Komplex.**

**Dieser Komplex ist der größte Arbeitgeber der Bundesrepublik. Wenn deren Milliardenumsatz "nur" um 20% zurückgeht, weil die Bevölkerung weniger krank ist, dann bricht ein ganzes System zusammen. Da eine konsequente Ergänzung mit Mikronährstoffen die Krankheitsrate senkt, steigt zwangsläufig die durchschnittliche Lebenserwartung. Nicht nur in Sachen Rentenfinanzierung ein Riesenproblem. Vollends unüberschaubar sind die Konsequenzen, wenn sich am Menschen das bewahrheitet, was in Tierversuchen eindeutig bewiesen wurde: Eine konsequente Zufuhr von Mikronährstoffen verlängert die Lebensdauer.**

**Nicht umsonst bemüht man überall die Mär, dass eine "ausgewogene Ernährung" den Menschen ausreichend versorge. Tatsache ist jedoch, dass u.a. das Lebensmittellabor in Karlsruhe schon längst das Gegenteil festgestellt hat - aber das verschweigt man lieber.**

**Für die Insider bekommen die Argumente der Bedenkenträger mehr und mehr die Qualität von Büttenreden. Nahrungsergänzungsmittel sollen zu Medikamenten erklärt werden, die in den USA und den Niederlanden schon seit Jahren dort stehen, wo sie hingehören: im Supermarkt. Die gleichen Substanzen, die in großangelegten Studien ihren gesundheitlichen Segen bewiesen haben, sollen für den Normalbürger plötzlich "bedenklich" sein.**

**J. van Lunteren ist Vorsitzender des HiLife e.V., eines Vereins, der sich seit über zehn Jahren vor allem mit Mikronährstoffen und ihren therapeutischen Einsatzmöglichkeiten auseinandersetzt. Er studierte Medizin und ist heute wissenschaftlicher Journalist und Buchautor.**

**Weitere Informationen können angefordert werden unter:  
HiLife e. V.  
Kuhstr. 45  
47533 Kleve  
Tel 02821-13676 (9.00-13.00 Uhr)  
fax 02821-13802.**