



INTERESSENGEMEINSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG & WOHLBEFINDEN e.V.

IEW • Högenkamp 13 • 22399 Hamburg

med-con

Wolfgang Lammery & Co. GbR
Kraye Straße 27

44866 Bochum-Wattenscheid

5. Oktober 2004

DER MISSVERSTANDENE ZUCKER

Hallo und guten Tag,

und einen herzlichen Gruß an all jene, die die informativen Seiten von med-con herausgeben. Wir finden es sehr schön und wichtig, dass man auf Ihren Seiten Informationen findet, die man nicht überall erhält. Nun haben wir mit Interesse den Beitrag über Zucker gelesen, können aber mit den Aussagen wirklich nicht konform gehen; wir müssen leider sagen, noch nie einen solchen Blödsinn gelesen zu haben - der Autor möge uns verzeihen.

Sehr gründlich ist die Beschreibung über Diabetes mellitus ausgefallen. Was aber hat Diabetes mellitus im Zusammenhang eines Artikels über Zucker zu suchen? Der Zucker ist nach den Worten des Autors doch rein und klar, so rein und klar, dass er angeblich überhaupt keinen Schaden anrichten kann. Ist das nicht ein wenig inkonsequent? Oder sieht er möglicherweise doch einen Zusammenhang zwischen Zuckerkonsum und Diabetes mellitus?

Unsere Zustimmung findet er in der Aussage, was die Reinheit angeht darin, dass der raffinierte Zucker wirklich rein ist, rein von allem, ja auch frei von irgendwelchen Stoffen die für den menschlichen Organismus irgendwie von Nutzen sein können. Und weil er nichts beinhaltet, zieht der Autor die Schlussfolgerung, dass er auch nicht schaden kann? Dabei ist der Industriezucker tot, so tot wie nichts anderes, außer ausgemahlene Weißmehl, das ist ebenso tot. Er beinhaltet nichts, aber auch rein gar nichts, was der menschliche Körper wirklich brauchen könnte, wenn man von seiner Funktion als Energielieferant einmal absieht; aber da gibt es ja wohl wahrlich bessere Quellen. Und so etwas wird auf Ihren Seiten angeboten?

Genauso gründlich wie er über Diabetes mellitus schreibt, ist er auf die Funktion von Zucker eingegangen, doch der Schluss kann ja wohl nicht sein, dass man wirklich den raffinierten Zucker zu sich nehmen sollte, weil er ja auch so rein ist. Wir glauben, da hat der Autor wohl irgendwo nicht so ganz aufgepasst. Vielleicht haben wir aber auch nicht alles so genau gelesen, denn irgendwann hatten wir die Nase voll von all dem Unsinn und haben den Rest dann überflogen, um zu sehen, ob irgendwann die Auflösung kommt mit dem Hinweis, dass es sich hier um einen kleinen Scherz gehandelt hätte. Aber solch einen Hinweis haben wir nicht gefunden - übersehen?

Dass der Körper Zucker braucht, ist unbestritten, aber gewiss doch nicht in Form raffinierten Zuckers. Er braucht auch nicht den Zucker an sich, sondern Kohlenhydrate. Der Autor zieht den Schluss, weil Zucker ein reines Kohlenhydrat ist und der Körper zur Aufrechterhaltung seiner Funktion solche braucht, dass man sich diese getrost über reinen Kristallzucker holen sollte.

NEIN, ganz gewiss nicht.

Dass Zucker unter Kennern der Materie auf der schwarzen Liste steht, will man seinen Körper wirklich gesund erhalten, ist nicht von ungefähr. Es scheint ganz offensichtlich, dass der Zuckerkonsum beim Autoren doch nicht ganz ohne Folgen geblieben ist. Wenn jemand also Schaden genommen hat, kann man ihn nicht für das verantwortlich machen, was er schreibt. Es könnte aber auch sein - und das halten wir für das wahrscheinlichere -, dass er im Besitz von Aktien der Zucker- oder Pharmaindustrie ist, vielleicht ja auch von beidem. Anders kann man seine Entgleisungen wirklich nicht begründen.

Außerdem ist Zucker auch nicht gleich Zucker. Der Zucker, von dem der Autor spricht, ist die reine Zuckerraffinade, die zu fast hundert Prozent aus Saccharose besteht. Der Autor verwechselt ganz einfach Industriezucker mit Glukose, Fruktose oder Galaktose - und darüber hätte er schreiben sollen, denn wenn man in einem medizinischen Zusammenhang über Zucker schreibt, müßte man in erster Linie vor allem die Glucose benennen. Das hat er dann lediglich im Zusammenhang mit Diabetes mellitus getan.

Er scheint sein Wissen irgendwo angelesen zu haben, was ja auch vollkommen in Ordnung ist. Aber er hat die falschen Schlüsse gezogen. Wenn er im Besitz der erwähnten Aktien ist, dann ist er ein Täter, weil er dann aus rein wirtschaftlichem Interesse absichtlich falsche Informationen streut. Informiert er in guter Absicht, sollte er das Gelesene besser lesen und richtige Schlüsse ziehen.

Wenn ich von Zucker spreche, dann müßte ich als Fachautor wissen, dass der Mensch sich die benötigte Glukose ganz einfach über nährstoffhaltiges Obst, Gemüse, Hülsenfrüchte, Kräuter und Getreide holen kann. Hat der liebe Autor noch nie etwas davon gehört? Nein, er empfiehlt unsinnigerweise lieber Zuckerraffinade, die er über alles in den Himmel lobt! Ja, er schreibt gar, Zucker sei einer der wichtigsten Vitalstoffe. Das schlägt dem Fass ja nun wirklich den Boden aus.

Weiß er nichts über sogenannte Pflanzenbegleitstoffe? Hat er auch noch nie etwas von Homöopathie gehört und darüber, dass Pflanzen so etwas wie eine Seele besitzen und diese Schwingungen auf den Körper übertragen werden und einen entsprechend positiven Einfluss haben? Ach nein, wir haben uns getäuscht, angeblich ist ja gerade der Industriezucker durch seine ausgesprochene Reinheit vorzüglich als Informationsträger geeignet, es gibt schlicht nichts besseres - jedenfalls wenn man den Worten des Autors Glauben schenken soll.

Wirklich? Mag ja sein, denn er hat ja doch schon etwas von Homöopathie gehört, er erwähnt sie selbst, weil Zucker dort als bioenergetischer Informationsträger dient. Aha. Aber wie kommen die Informationen in die kleinen Kügelchen? Sind das nicht Pflanzen, die die Informationen liefern? Oder sind wir da etwa falsch informiert? Befinden sich solche natürlichen Informationen nicht in Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten, Kräutern und Getreide?

Nun, wenn industriell erzeugter Zucker Informationen enthält, dann können das gewiss keine natürlichen Informationen mehr sein. Was also sind das für Informationen? Wie kommen die dort hinein, und welcher Art sind die? Wer hat Einfluss darauf, wie man uns über den Zucker manipuliert? Wie stark ist der Einfluss dieser Informationen auf uns? Wie leicht kann man uns manipulieren?

Das ist ein wirklich interessanter Aspekt, den der Autor da aufgeworfen hat. Man sollte in diese Richtung einmal ernsthaft sein Augenmerk lenken.

Uns scheint, der Autor verfügt über eine ganz besondere Sensibilität, denn bei ihm haben die industriell hinzu geführten Informationen bereits eine Wirkung gezeigt. Ist er also bereits fremdgesteuert?

Das ist zu vermuten, denn wie sonst hat er einfach alles blind außer Acht gelassen? Statt dessen aber hat er uns immerhin belehrt, dass es »die Diabetes aber der Diabetes mellitus« heißt. Auch das ist noch falsch, denn der Begriff Diabetes wird im Medizinischen eher im Bereich der Harnwege gesucht; für sich alleine angewandt ist er eigentlich recht unklar und nichtsagend. Offensichtlich setzt der Autor die Begriffe Diabetes und Diabetes mellitus gleich. Das ist grundfalsch! Da ist der Begriff Zuckerkrankheit noch wesentlich zutreffender – wenn auch eher trivial. Passt so gesehen

denn auch besser zu den Wesenszügen des Autors, der jeden, der seine Meinung nicht teilt, verunglimpft und verächtlich mit dem für ihn negativ besetzten Begriff Gesundheits- oder Diätapostel tituliert.

Zurück zum Zucker. Der Autor erwähnt auch die grenzenlose Lagerfähigkeit und dass er nicht verderben kann. Ein Argument, das fürwahr eindeutig für den Industriezucker spricht. Und er warnt auch davor, bei Zuckerunverträglichkeit auf gar keinen Fall auf Zuckerraffinade zu verzichten, denn die Ursache einer solchen Unverträglichkeit hat natürlich ganz andere Ursachen.

Ja? Welche? Wenn man also auf Zucker allergisch reagiert, ist es auf jeden Fall nicht der Zucker, der diese Reaktion auslöst? Das ist in der Tat eine wirklich interessante Schlussfolgerung.

Zucker habe einen schlechten Ruf, aber der Verzicht auf Kohlehydrate, insbesondere auch Zucker, habe schlimme Konsequenzen. Und dass Zucker Karies verursache, sei ein reiner Volksglaube. Armes Volk, was glaubt es da bloß? Er zieht nun einen Vergleich zum Spinat, denn dass der gesund sei, ist wohl auch eher auf Aberglauben zurückzuführen. Glaubte er.

Nein, hier handelt es sich schlicht um einen Irrtum des Labors, das vor ewig langer Zeit sich in einer Kommastelle vertan hat, was den Eisengehalt des Gemüses betrifft. Aber will er damit sagen, Spinat sei ungesund, nur weil er nicht den hohen Eisenanteil hat, der ihm zugesprochen wurde?

Also empfiehlt er stattdessen lieber Zucker. Wir fragen uns wirklich, was im Kopf des Autors vorgeht. Was zieht er für Schlüsse aus Informationen, die er geistig nicht umzusetzen in der Lage ist?

Hat der Autor auch noch nie etwas davon gehört, dass die allermeisten Menschen gerne Süßigkeiten essen? Woher kommt das? Hat er gar keine Ahnung?

Die Ursache ist eine Unterversorgung von Nährstoffen, die unter anderem darauf zurückzuführen ist, dass der Mensch sich mit leeren Kohlenhydraten versorgt. Zucker gehört ebenso dazu wie weiße Brötchen. Dagegen sind Kartoffel-Chips die reine Vollwertkost. Aber auch wenn er sich mit industriell erzeugtem Obst und Gemüse ernährt, fehlen ihm die Nährstoffe, weil die Böden tot sind und aufgrund der langen Transportwege zu früh geerntet wird. Die Vitalstoffe pflanzliche Energiebringer haben in den letzten Jahrzehnten drastisch abgenommen.

Der Körper aber verlangt nach Nahrung. Wir interpretieren das falsch und schieben uns einen Schokoriegel in den Mund - übrigens mit einem hohen Zuckeranteil, zur Freude des Autors; Dividenden lassen einen offensichtlich schon mal wirres Zeug reden.

Die Nahrung aber kommt nicht an. Wieder entsteht so etwas wie ein Hungergefühl. Und wieder schieben wir uns irgendetwas in den Mund, wahrscheinlich einen Hamburger. Um Hunderte von Prozenten nahrhafter als Zucker auf jeden Fall. Aber das Pappbrötchen besteht, ebenso wie Zucker, aus leeren Kohlenhydraten. Also auch keine rechte Nahrung. Und das Fleisch hat zwar ein paar Nährwerte, doch können wir dann getrost auf die Einnahme separater Antibiotika verzichten.

Was will uns der Autor denn wirklich sagen mit seinem Beitrag? Wir sind leider nicht dahinter gekommen. Wir versuchen jetzt einmal auf weitere Aussagen des Autors eingehen.

Er beklagt, dass man früher für die Klassenreise noch einen Schokoriegel zugesteckt bekam, heute jedoch das schulische Rundschreiben, dass »Drogen, Zigaretten, Alkohol und Süßigkeiten nicht gestattet seien...« Wahrlich traurig; wäre es denn so. Meint der Autor. Leider aber haben wir solche Rundschreiben noch nicht gesehen, würden sie aber sehr begrüßen. Richtig ist, dass beinahe jedes Schulkind irgendeine Süßigkeit - auch Limonaden gehören dazu - im Rucksack hat.

Mitte des 20. Jahrhunderts setzte sich angeblich die Erkenntnis durch, dass man von einer Kohlehydratreduktion nicht schlank, sondern nur krank wurde - sagt der Autor. Was gab es denn zu dieser Zeit zu Essen? Wer war denn damals in der Lage sich mit Kohlenhydraten ausreichend zu ernähren? Oder gar damit zu aasen? Gab es damals Menschen, die abspecken mußten?

Und: Ist dem Autoren verborgen geblieben, dass der Gesundheitszustand der Menschen in den industrialisierten Ländern im Durchschnitt heute wesentlich desolater ist als zu jener Zeit, von der er spricht?

Der Verzicht auf Zucker sei ein unsachgemäßer Eingriff in die komplizierten synergetischen Abläufe der Körperfunktionen und könne fatale Folgen haben. Kennt der Autor jemanden in unseren Regionen, der sich nicht einen einzigen Bissen irgendetwas Essbarem in den Mund schiebt? Nur dann könnte das zutreffen, was er sagt. Ansonsten holen wir den benötigten Zucker aus jedem Bissen. Appetit oder Hunger ist kein Lechzen nach Raffinade. Der Körper verlangt Nahrung! Der Körper muss Glucose auch gar nicht speichern, er regelt das über eine kontinuierliche Nahrungszufuhr – gewiss aber nicht mit einem Zuckerriegel – auch nicht mit einem Weißmehlbrötchen. Und mit dem Verstand kann man all das auch nicht manipulieren, höchstens mit Vernunft. Und was spricht gegen Vernunft?

Die Insulinproduktion wird auch nicht mit dem Hungergefühl angeworfen, sondern erst mit dem Verneinen von Süße über die Geschmacksknospen. Heißhunger kommt also nicht durch eine erhöhte Produktion von Insulin, sondern durch das Fehlen von Kohlenhydraten; ebenso wie das normale Hungergefühl. Die Auswirkung jedoch ist eine andere, wenn eine Unterversorgung von Kohlenhydraten vorliegt. Eine Unterzuckerung kann natürlich akut lebensbedrohend sein, ist sie in den meisten Fällen allerdings nicht. Im Übrigen muss man dann keinen Schokoriegel oder einen Teelöffel Zuckerraffinade in sich hineinschlingen, eine Scheibe Brot tut es ebenso, um sich sofort wieder gut zu fühlen.

Jetzt kommt der größte Blödsinn: »Ein Zuviel an aufgenommenen Kohlehydraten wird ausgeschieden, es sei denn, dass der Körper – wegen unzuverlässiger kontinuierlicher Zufuhr – diese »ansparen« zu müssen glaubt«. Das hören wir ja das erste Mal, dass Kohlehydrate einfach nur ausgeschieden werden. Eher und an der Regel dürfte wohl der zweite Teil des Satzes sein, nämlich dass sie angespart werden. Aber gewiss nicht wegen unzuverlässiger kontinuierlicher Zufuhr von Kohlehydraten, sondern wegen der fehlenden Zufuhr von Nährstoffen; weil die Menschen nämlich zu viel des vom Autoren so hochgepriesenen Zuckers essen, statt Obst und Gemüse!

Der Autor versucht dem Leser einzureden, er könne essen was er wolle, vor allem natürlich Pralinen, Schokoriegel und alle möglichen weiteren Süßigkeiten, nur dann funktionieren die Abläufe im Körper richtig. Was für ein grandioser und höchst gefährlicher Unsinn!

Richtig ist: Jedes Kohlenhydrat, welches der Mensch nicht durch Bewegung verbraucht, wird in Form von Fett in den Zellen abgelagert! Jeder Krümel Zucker lagert sich unweigerlich in den Fettzellen ab. Auf diese Art werden Kohlenhydrate abgebaut; nicht einfach nur ausgeschieden.

Er spricht in verächtlicher Weise von Diätaposteln, die die Ansicht äußern, eine Reduzierung der Zuckerzufuhr verhindere dieses Anspeichern. Er lässt dabei aber vollkommen außer Acht, dass die meisten Menschen heute viel zu viel dieser toten »Lebensmittel« zu sich nehmen, dazu gehört auch der Zucker. Deshalb ist die Reduzierung die wirklich einzige erfolgsversprechende Möglichkeit – nichts anderes! Und selbstverständlich werden Fettreserven »abgeschmolzen« bei genügender Bewegung. Ob das die Fettzellen an den »richtigen« Stellen sind, ist doch eine ganz andere Frage. Die Menschen bewegen sich zu wenig, deshalb nehmen die Fälle von Übergewicht – im Zusammenhang mit hohem Zuckerkonsum – so drastisch zu.

Cholesterinprobleme? Gibt es die wirklich? Natürlich ist ein hoher Cholesterinspiegel nicht das Ergebnis eines fetten Schweinebratens. Hier sagt der Autor tatsächlich mal etwas Wahres. Aber die Rückschlüsse, die er aus dieser Erkenntnis zieht, sind vollkommen falsch. Denn: Ebenso wenig ist es der Mangel an Kohlenhydraten. Wer solch eine Unsinn schreibt, betreibt Verhetzung und Verdummung zum Wohle der Zucker- und Pharmaindustrie.

Ein Verzicht auf Butter oder ein Ei reduziert den Cholesterinspiegel auf gar keinen Fall. Wie auch? Der Mensch stellt schließlich Dreiviertel des Cholesterins im Körper selber her! Und das aus gutem Grund: Cholesterin ist ein Kittstoff, der uns vor dem inneren Verbluten bewahrt. Der Grund nämlich ist, dass uns das Collagen in den Gefäßen fehlt und diese aufreißen. Cholesterin kittet diese Risse. Verhindern können wir das nur mit einer entsprechend vielseitigen Ernährung mit gutem Obst, Gemüse und Getreide. Ganz gewiss nicht mit Zucker. Eventuell aber mit so genannten Nahrungsergänzungsmitteln, in diesem Falle zum Beispiel Vitamin C und OPC.

Es gibt also kein Cholesterinproblem, sondern ein Nährstoffproblem: Vitalstoffe und Ballaststoffe fehlen. Unter diesem Gesichtspunkt ist es äußerst schädlich, Zuckerkonsum auch noch zu

verharmlosen. Solche leeren Kohlenhydrate fördern geradezu den Abbau von Nährstoffen in den Depots; es werden dem Körper also Nährstoffe entzogen durch Zucker.

Überdies ist es ein Märchen, dass ein hoher Cholesterinspiegel schädlich sei. Was ist hoch? Wann und wo soll die Schädigung einsetzen? Das alles basiert doch weniger auf wissenschaftlichen Erkenntnissen als vielmehr der Werbestrategie der Pharmaindustrie. Wir sagten schon, dass nur eine Zufuhr von entsprechenden Vitalstoffen den Cholesterinspiegel wirklich senken kann, die synthetischen Produkte der Pharmaindustrie lediglich den Kontostand der Aktionäre erhöhen.

Uns würde es nach diesem Beitrag wirklich wundern, wenn der Autor demnächst noch über die Wichtigkeit von cholesterinsenkenden Produkten berichten würde. Wir jedenfalls haben schon lange vor »Lipobay« das Absetzen derartiger Mittel gefordert.

Den Industriezucker durch »sanftere Zuckerarten« ersetzen zu wollen, erscheint ihm nicht sinnvoll, im Gegenteil, diese produzieren angeblich eine noch größere Menge von Insulin. Er suggeriert, der Körper sei für ALDI-Zucker konzipiert, nicht etwa für natürliche Zucker. Auf letztere würde er mit einer Überproduktion von Insulin reagieren. Mag sein, dass der Autor selbst so degeneriert ist, dass er auf Natürlichkeiten gar nicht mehr reagiert. Gott sei Dank aber funktioniert das bei den allermeisten Menschen etwas anders.

Woher kommen denn die von ihm beschriebenen Heißhungerattacken? Vom Fruchtzucker? Das behauptet er allen Ernstes. Gerade hier wird seine hinterhältige Absicht transparent, weshalb er die Zuckerraffinade so anpreist. Dabei ist Zucker aus Pflanzen zig mal effizienter für den Organismus als Zuckerraffinade.

Wir leben gesund. Wer denn? Der Autor etwa? Das kann man ja wohl kaum glauben, wenn man seinen Unfug liest. Hat er nicht wahrgenommen, dass die Menschen immer kränker werden? Um diese Thematik geht es doch schon seit Jahren, weil das Krankheitssystem gar nicht mehr finanziert werden kann. Nach Auffassung des Autors sollten wir wohl viel mehr der von ihm so gepriesenen Raffinade essen, damit wir gesünder werden? Wirklich, so etwas haben wir noch nie gehört – Gott sei Dank!

In einem Punkt können wir dem Autor zustimmen, was nämlich die Süßstoffe angeht. Natürlich betreibt man mit denen keine Gewichtsreduktion - im Gegenteil. Es stimmt, dass Süßstoffe in der Tiermast Verwendung finden. Aus gutem Grund. Das Insulin wird nicht abgebaut, weil es zur Verstoffwechslung nicht benötigt wird. Und es folgen Hungerattacken, wo dann die diätbewusste Frau noch mehr zulangt als sie es ansonsten tun würde. Genauso ist es auch bei der Rinder- oder Schweinezucht; nur hier möchte man diesen Effekt bewusst herbeiführen.

Wir sollten daraus aber – ganz anders als der Autor – nicht den falschen Schluss ziehen, uns kontinuierlich den Industriezucker einzuverleiben, in der von ihm proklamierten Theorie, zu viel werde einfach ausgeschieden. Diesen Beweis muss er erst noch erbringen. Das hieße nämlich, dass Süßstoff zwar Fett ansetzt, Zucker hingegen nicht. Wer glaubt denn solch einen Nonsens?

Dass der Begriff Zuckerkrankheit nicht in direktem Zusammenhang des Begriffs Zucker steht, ist wohl jedem bekannt. Für wie einfältig hält der Autor eigentlich seine Mitmenschen? Bei dieser Krankheit spielt Zucker allerdings eine wesentliche Rolle, aber erst dann, wenn sie ausgebrochen ist. Möglicherweise. Vielleicht aber hat der Pankreas eine ganz bestimmte Lebenserwartung, die mit seiner Tätigkeit zu tun hat; ähnlich die eines Motors. Da bei hohem Zuckergenuss ein ständiger Einsatz erforderlich ist, könnte unter diesem Gesichtspunkt eine frühe Aufgabe damit in Zusammenhang stehen. Diese These mag dadurch untermauert werden, dass immer häufiger bereits Jugendliche und sogar Kinder an Diabetes mellitus Typ II erkranken. Früher hat man diese Erkrankung als Altersdiabetes bezeichnet. Es ist absehbar, dass in drei bis vier Jahren bereits jeder zweite Mensch in den Industrieländern an dieser Wohlstandskrankheit leiden werden; heute ist es »lediglich« jeder vierte.

Nun erklärt der Autor, der Diabetes Typ II befallt meist Menschen mit Übergewicht. Zwangsläufig! In dieser Aussage findet er unsere Unterstützung. Aber auch umgekehrt: Übergewicht zieht Diabetes mellitus ebenso zwangsläufig nach sich.

Nun führt der Autor einige Bemerkungen zum Auftreten einer krankhaften Diabetes (was ist das, gibt es auch eine gesundheitsfördernde?) bei Vorbehalten und Unverträglichkeitssymptomen gegen Zucker an. Wenn, dann muss es sich schon um eine phantomale Art handeln. Zunächst, so führt er aus, ist eine Dehydrierung auszuschließen. Das ist praxisfern, denn eine solche liegt bei den allermeisten Menschen vor. Das ist eine Folge des Verlusts des Durstempfindens. Und auch das ist unter anderem auf einen zu hohen Zuckerkonsum zurückzuführen. Man darf also unterstellen, dass eine Dehydrierung beinahe immer vorliegt, weil die Menschen zu wenig trinken, und wenn doch, dann das falsche, nämlich zuckerhaltige Limonaden oder Kaffee. Zu allem Übel empfiehlt er auch noch auf kohlen säurehaltige Flüssigkeiten umzustellen.

Was soll das nun schon wieder? Hat er auch Aktien der Mineralwasserindustrie im Depot liegen? Das nun glauben wir gewiss nicht mehr - unsere Schlussfolgerung kann deshalb nur sein, dass der Autor alles daransetzt, Menschen möglichst krank zu machen oder zu halten, weil er ganz persönliche wirtschaftliche Interessen damit verbindet. Das halten wir für menschenverachtend!

Dann kommt er interessanterweise auch noch auf Darmpilze zu sprechen; nicht nur der Candida albicans befindet sich dort. Aber alle können wir wunderbar halten und ernähren. Womit? Natürlich mit Zucker, am besten den reinen klaren Kristallzucker. Zur Erinnerung: Zucker erzeugt im Körper Säure. Dass das viele Ärzte leider nicht wissen, ist uns bekannt und wundert uns auch nicht. Doch dass auch der Autor dies nicht weiß, enttäuscht uns.

Ja, Zucker und viele andere Dinge führen zu einer Übersäuerung des Milieus, was letztendlich zu Diabetes mellitus und einer Reihe von Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises und vieler weiterer Krankheiten führt. Ist das dem Autor wirklich nicht bekannt?

Allein schon unter diesem Aspekt ist es unverantwortlich, Zucker so in den Himmel zu heben, wie es der Autor hier tut.

Aber es kommt ja noch schöner: Laut dem Autoren dient der Zucker nun auch dazu, Schadstoffe zu erkennen und auszuschleiden. Dazu fehlen uns nun wirklich die Worte. Zucker also als Entgiftungsmittel? Ginge es nicht um so ernste Dinge wie dem menschlichen Wohlergehen, man könnte lachen über so viel Unverstand.

Recht aber hat er in einem anderen Punkt: Öfter Kleinigkeiten essen und über den Tag verteilen. Er rät aber auch, zwischendurch mal zu naschen. Richtig! Aber ganz gewiss nicht um den Darm in Ordnung zu bringen, eher wohl um der Seele mancher vom Schicksal gebeutelter Menschen etwas Gutes zu tun. Dafür – aber wirklich nur dafür ist Schokolade gut, ansonsten aber wirklich für nichts anderes.

Wir möchten einfach mal einen Appell an die Verantwortlichen der med-con-Seiten richten und mit der Bitte verbinden, einen solchen Unsinn nicht noch einmal auf den ansonsten recht informativen und sicher gut gemeinten Seiten anzubieten. Wir denken, so etwas ist schädlich für den Ruf Ihrer Internetpräsenz. Und schädlich für den, der solchen Fehlinformationen aufsitzt.

Wir wären Ihnen sehr dankbar, wenn Sie den Bericht über Zucker von Ihrer Website nehmen wollten.

Mit freundlichen Grüßen
IEW



- Jan OTTO – 1. Vorsitzender -