

Im Allgemeinen stellen wir fest, dass Befürworter all dieser Zusatzpräparate und vielen weiteren Fremdstoffen, immer wieder auf die Unbedenklichkeit dieser meist chemischen Zusammensetzung pochen und uns darauf aufmerksam machen wollen, dass die zugesetzte Menge so klein sei, dass es für unseren Organismus bedenkenlos sei. Die Summe der Zusätze macht am Schluss jedoch den Unterschied. In einem Haushalt in dem viele solche Produkte konsumiert und angewendet werden, können Sie sich selber ausrechnen, was da zusammen kommt. Denn auch die Listen an Nebenwirkungen von scheinbar „gesunden“ und „unbedenklichen“ Zusatzstoffen sind lang – schockierend lang...

Entscheiden Sie selbst, welche Nahrungsmittelergänzungen Sie wirklich benötigen oder aber ob eine ausgewogene, gesunde Ernährung, ohne all diese Zusätze, nicht doch bekömmlicher ist⁶. Die Verantwortung für Ihren Körper tragen alleine Sie.

Quellen:

- 1 <https://www.ktipp.ch/artikel/d/aerzte-warnen-wir-essen-viel-zu-viel-jod/>
- 2 <http://www.srf.ch/konsum/themen/konsum/schweizerinnen-essen-zu-wenig-jod>
- 3 <http://www.gzl.com/sortiment/streuwuerze/die-glutamat-story.html>
- 4 <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/glutamat-ia.html>
- 5 <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/ia-aspartam-suessstoff.html>
- 6 Buchvorschlag: Förderung der Eigenheilkräfte, Julia Emmenegger

Herzlichen Dank für Ihr Interesse an unserem Flyer! Um Ihnen eine erste Übersicht zu geben, was das Netzwerk Impfentscheid alles zu bieten hat, stellen wir uns kurz vor.

Das Netzwerk Impfentscheid setzt sich seit Jahren für die Aufklärung gesetzlicher Missstände, für mehr Transparenz und Entscheidungsfreiheit und für die unabhängige Impfaufklärung ein. Es ist uns sehr wichtig, die Selbstbestimmung, vor allem in Gesundheitsfragen, zu erhalten. Interessierte Menschen sollen fähig sein, die gängige Impfpropaganda zu hinterfragen. Nur ein umfassendes Wissen ermöglicht Vor- und Nachteile abzuwägen und sich in eigener Verantwortung für oder gegen das Impfen zu entscheiden. **Helfen Sie mit, den Rest an persönlicher und gesundheitlicher Selbstbestimmung zu bewahren.**

Wir bieten Ihnen eine breite Palette an neutral aufklärender Literatur zum Thema Gesundheit und Impfen an. Ausserdem unterstützen wir Sie bei Fragen zu gesundheitlichen oder rechtlichen Themen, vermitteln Ihnen impfkritische Fachpersonen, informieren Sie mit regelmässigen Newslettern zum aktuellen Geschehen und vielem Weiteren.

Weitere und umfassendere Informationen über unseren Verein finden Sie auf der Webseite www.impfentscheid.ch. Oder Sie besuchen einen Impfgesprächskreis in Ihrer Umgebung (www.impfkreise.eu).

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Möchten Sie uns unterstützen? Wir brauchen die Mithilfe Gleichgesinnter um diese Arbeit weiterführen zu können! Sie können uns durch eine Mitgliedschaft, Ihr Mitwirken oder eine Spende unterstützen. Weitere Informationen finden Sie unter www.impfentscheid.ch.

Ihr Netzwerk Impfentscheid Team

Kontakt

Netzwerk Impfentscheid		Wetti 41		CH-9470 Buchs
Tel. +41 81 633 12 26		Fax +41 81 284 00 43		
info@impfentscheid.ch		www.impfentscheid.ch		

Danke, dass Sie unsere Arbeit durch Ihre Mitgliedschaft und/oder durch eine Spende unterstützen.
 CHF: Postfinance: 85-605923-9 | IBAN: CH19 0900 0000 8560 5923 9 | BIC: POFICHBEXXX
 Euro: Raiffeisen Meiningen: 1.478.809 | IBAN: AT48 3746 1000 0147 8809 | BIC: RSVGAT2B461

Bild: Fotolia.com | Gestaltung: Mirabehn Baumgartner | Raschia@gmx.ch

Fluor, Jod und andere Zusätze



Wie Zusatzstoffe negativ auf unseren Körper einwirken und unseren Organismus verändern

Tagtäglich wollen uns Werbung, Gesundheitsamt und weitere Institutionen weismachen, dass unsere Zähne weisser, unser Essen besser und unser Leben schöner werden, wenn wir doch all die Zusätze in Kosmetika und Nahrung zu uns nehmen. Lassen Sie sich jedoch nicht beirren durch die farbenfrohen Bilder in der Reklame, in welchen uns anscheinend glückliche Menschen mit ihren gebleichten Zähnen entgegenlächeln und von den Firmen, die uns ein „gesundes“ Leben versprechen!

Wir werden in dieser Aufzählung auf einige Halogene und weitere Fremdstoffe in unserem Alltag näher eingehen. Zu den Halogenen, welche uns fast täglich begegnen, gehören insbesondere Jod, Fluor oder auch Chlor. Diese Halogene sind hochgradig giftig! Aber auch Geschmacksverstärker und Süssungsmittel begleiten uns tagtäglich und beeinflussen uns. Lesen Sie selbst.

Fluor/Fluoride

Fluor ist ein extrem toxisches Gas. Schon in kleinen Mengen wirkt es hoch giftig. So werden zum Beispiel diverse Erkrankungen wie Diabetes, Arthritis, Nierenleiden und vieles mehr mit Fluor in Verbindung gebracht.

In Zahnpasta und Speisesalz steckt allerdings nicht immer Fluor sondern oftmals Fluorid, welches nicht im gleichen Masse toxisch ist wie Fluor, jedoch je nach Menge, immer noch giftig genug um die körperliche Gesundheit zu schädigen. Fluor härtet zwar den Zahnschmelz aus und die Knochen weisen eine extrem hohe Knochendichte auf, aber es geht dabei die natürliche Elastizität verloren. Zähne und Knochen werden porös und brüchig. Die Zähne werden so noch anfälliger für Karies. Im Extremfall kann die sogenannte Knochenfluorose sogar Gelenke samt Wirbelsäule versteifen! Auch der starke Anstieg von Gebisskorrekturen kann auf die breite Anwendung von Fluor zurückgeführt werden. Bedenkt man, dass Kleinkinder regelmässig die Zahnpasta schlucken und in vielen Lebensmitteln bereits Fluor hinzugefügt ist, kann man erahnen, dass gerade die Kleinen schnell eine Überdosis dieses Giftes zu sich nehmen. Fluorid ist ausserdem kein essentielles Spurenelement. Ein essentielles Spurenelement ist ein für den Organismus unentbehrlicher Stoff, welcher über die Nahrung zusätzlich aufgenommen werden muss, damit der Körper gesund bleibt. Wir kennen bis heute keinen Fluormangel. Karies ist keine Fluormangelkrankung sondern eine Folge ungünstiger Ernährungs- und Lebensformen. Heute sind glücklicherweise diverse Zahnpasten und Speisesalze ohne dieses Gift erhältlich. Bitte beachten Sie jeweils die Inhaltsliste. Und mit einer naturbelassenen Ernährung kann Karies sehr gut vorgebeugt werden.

Jod

Jod kennen wir unter anderem als Zusatz in Speisesalz, als Desinfektionsmittel oder in Tablettenform für den Ernstfall einer radioaktiven Verseuchung. Natürlich vorkommendes Jod gehört zu den essentiellen Spurenelementen. Ein Jodmangel kann zu Kropfbildungen (Vergrösserung der Schilddrüse) führen. Da mittlerweile jedoch eine beachtliche Menge an Nahrungsmitteln bereits künstlich jodiert wird, können mehr und mehr Jodvergiftungen und Jodallergien

beobachtet werden. Schilddrüsenüberfunktionen, welche mit Jod in Verbindung gebracht werden, sind beispielsweise nächtliches Herzrasen, Unruhe, Zittern oder Schwitzen. So steht das künstliche Jod beispielsweise auch in Verdacht, Hyperaktivität bei Kindern hervorzurufen! Aber auch Ekzeme und Akne (Jodallergie) sowie der Kropf können mit einer Jod-Überdosierung in Verbindung gebracht werden. Betroffene werden seitens der Ärzteschaft oft als unglaublich abgestempelt¹.

Da die Kropfbildung nicht wie erwartet abgenommen hat, hat der Bund anfangs 2014 entschieden, dem Speisesalz ab sofort noch mehr Jod zuzufügen zu lassen².

Natürliche Jodlieferanten sind beispielsweise Karotten, Spinat, Broccoli, Champignons, Lachs, Fischöl und Algen. Des Weiteren sind heute einige nicht jodierte (und nicht fluorisierte) Speisesalze erhältlich. Unter anderem sind Himalaya-Salze und Meersalze oftmals nicht jodiert. Bitte beachten Sie jeweils die Übersicht der Inhaltsstoffe.

Zusammengefasst kann man sagen, dass es durch die aufgezwungene Jodierung unserer Nahrungsmittel kaum mehr möglich ist, an einem Jodmangel zu erkranken. Wie bereits beschrieben, kann inzwischen das pure Gegenteil beobachtet werden.

Chlor

Chlor ist ein gasförmiges Element, welches wie Jod, Fluor oder Brom zu den Halogenen zählt. Der Mineralstoff Chlorid ist zusammen mit Natrium (als Salz – Natriumchlorid) für die Flüssigkeitsverteilung und den osmotischen Druck im Organismus zuständig. Chlorid ist ausserdem Bestandteil der Magensäure und mitunter wichtig für die Aufrechterhaltung des Säuren-Basen-Gleichgewichts.

Ein Chlorid-Mangel ist sehr selten. Dieser kann durch starken Flüssigkeitsverlust wie Schwitzen, Erbrechen oder Durchfall in Form von Muskelkrämpfen, flacher Atmung oder im Extremfall mit einer Herzfunktionsstörung verbunden sein.

Eine Überdosierung kommt aufgrund der vielen salzhaltigen Nahrungsmittel (gepökelte Fleischwaren, Konserven, Fertiggerichte etc.) heutzutage viel häufiger vor. Die Überdosierung kann zu Bluthochdruck führen oder diesen verstärken.

Glutamat

Glutamate sind Geschmacksverstärker, welche in unzähligen Lebensmitteln enthalten sind. Beispiele dafür sind Kartoffelchips, Tütensuppen, Gewürzmischungen, Fertigmilch, Fleisch- und Gemüsebrühen, in Fleisch- und Wurstwaren, Sojasaucen etc. Geschmacksverstärker sind auf den Inhaltsindexen der Produkte nicht immer eindeutig oder sofort erkennbar (Hefeextrakt, E621, E622, E623, E624, E625, div. Würzmittel). Glutamat ist gesundheitsschädigend und daher so gefährlich, weil es unseren Körper und somit das ganze System durcheinander bringt. Glutamat überschwemmt die Nervensynapsen geradezu, was zur Abtötung der Neuronen führt. Der Appetit wird durch die Nervenzellen des Gehirns gesteuert. Da diese Geschmacksverstärker aber gerade diese Zellen angreifen, liegt es nahe, dass dem Körper ganz falsche Signale gesendet werden! Dem Körper wird dadurch ständig Hunger signalisiert und das Sättigungsgefühl

stellt sich nur sehr langsam ein. Einige Nebenwirkungen, die auf Glutamat zurück zu führen sind, erläutern wir hier:

Nackentaubheit, Gliederschmerzen, Übelkeit bis hin zu Erbrechen, Kopfschmerzen und Migräne, Durchfall, Magenkrämpfe, Schweissausbrüche, Herzklopfen, Hirnschäden, Grüner Star, Heisshunger, Wachstumsstörungen und viele mehr...³

Der Neurologe und Psychopathologe John Olney hat mit Hilfe diverser Tierversuche festgestellt, dass Glutamat bestimmte Nervenzellen im Gehirn absterben lässt. Diese Beobachtung war das Resultat einer fünftägigen Injektion von Glutamat bei Ratten. Ausserdem konnte er beobachten, dass die Tiere übergewichtig wurden und an Diabetes und Herzerkrankungen litten. Wurde schwangeren Tieren das Glutamat über die Nahrung verabreicht, so konnte man bei den neugeborenen Babys teilweise schwere Hirnschäden feststellen⁴. An dieser Stelle halten wir ausdrücklich fest, dass das Netzwerk Impfentscheid, Tierversuche weder unterstützt noch gutheisst! Dieser Abschnitt soll jedoch verdeutlichen, was Glutamat im Organismus verursachen kann.

Vergessen Sie nicht, dass industriell zugesetzte Geschmacksverstärker keine natürlichen Gewürze sind sondern chemische Zusammensetzungen die in unserem Körper nichts verloren haben!

Aspartam

Aspartam (auch bekannt unter den Namen Nutrasweet, Canderel oder E951) ist ein synthetischer Süsstoff, der in diversen Nahrungsmitteln Verwendung findet. Aspartam ist im Gegensatz zu normalem Zucker um einiges süsser, weshalb weniger davon benötigt wird um etwas zu versüssen. So werden „Zero-“, „Diät-“, „Wellness-“ oder „Light-Produkte“ damit beworben, dass sie viel weniger oder kein Zucker enthalten. Wo Süsse aber kein herkömmlicher Zucker erwünscht ist, kann Aspartam zum Einsatz kommen. Der Süsstoff besteht aus folgenden Inhaltsstoffen: den beiden Aminosäuren Phenylalanin (50 Prozent) und Asparaginsäure (40 Prozent) sowie Methanol (ein Alkohol). Aspartam zerfällt im Körper wieder in diese drei Ursprungsstoffe. Phenylalanin kann für den Menschen lebensgefährlich sein, da es sich im Gehirn anreichern kann und so zu Kopfschmerzen, Angstzuständen, Haarausfall, Impotenz, Gedächtnisverlust bis hin zu Depressionen und weiteren Nebenwirkungen führen kann⁵. Für Menschen, die an der Stoffwechselkrankheit Phenylketonurie (PKU) leiden, kann die Einnahme von Aspartam gar lebensgefährlich sein, denn sie können Phenylalanin im Gehirn nicht abbauen! Methanol zerfällt im Körper in Ameisensäure und Formaldehyd, welcher nebenbei krebserregend ist. Trotzdem wird dafür geworben, dass wir uns besonders köstlich und gesund ernähren, wenn wir mit Aspartam gesüsste Lebensmittel zu uns nehmen. Dabei gibt es wirklich gesunde und pflanzliche Süssungsmittel, wie zum Beispiel Stevia oder Birkenzucker. Informieren Sie sich im Reformhaus oder im Fachhandel darüber.