

## Gifte im Alltag und wie man sich dagegen schützt (5)

---

Liebe Leserinnen und Leser,



heute bekommen Sie Teil 5 zum Thema "Gifte im Alltag". Damit werde ich dann die kleine Serie zu diesem Thema beenden.

### Das Krebsgift Nitrosamin

---

Nitrosamine sind organische Verbindungen mit einer Gruppe aus 2 Stickstoffatomen und 1 doppelt gebundenen Sauerstoffatom. Sie entstehen in gepökelten Fleisch- oder Wurstwaren aus dem Nitrat der Pökelsalze und den Aminen im Fleisch, Verbindungen aus 1 Stickstoff- und 3 Wasserstoffatomen. Amine, abgeleitet von Ammoniak, kommen in der Natur überall vor und werden für unzählige Zwecke von der chemischen Industrie produziert, nitrosiert werden sie durch Stickoxide (Autoabgase), Ozon und Nitrite.

Im Alltag sind die wichtigsten Nitrosaminquellen Autoabgase, Tabakrauch und alle gepökelten Wurst- und Fleischwaren (besonders stark, wenn sie noch gebraten sind!). Auch Treibhausgemüse im Winter ist nitratreich.

### Wirkung auf den Menschen

---

Fast alle bisher untersuchten Nitrosamine sind starke Krebsgifte. Im Tierversuch waren es vor allem: Speiseröhren- und Vormagentumore, Zungentumore, Leukämie, Blasen- und Lebertumore.

### Schutzmaßnahmen

---

- Verbot aller Amine enthaltenden Kühlschmiermittel; in Betrieben (bes. Metall- und Gummiindustrie) genaue Einhaltung aller bestehenden Schutzvorschriften
- Nicht mehr rauchen und Rauchverbot in allen öffentlichen Einrichtungen
- Zurückhaltung bei Gepökeltem, dieses nicht braten
- Auf Pizza und Toast Hawaii möglichst verzichten
- Zurückhaltung bei dunklen Bieren und Rauchbier

- Verzicht auf Blattgemüse und –salate aus Treibhäusern von November bis März (Tipp: Vitamin C zur Mahlzeit verhindert die Verbindung von Nitrit und Aminen zu Nitrosaminen!)
- Drastische Reduzierung der Autoabgase und des Einsatzes von Stickstoffdünger (Trinkwassergefährdung!)
- Drastische Reduzierung der Massentierhaltung (Gülle!)

## Tabakrauch

---

Tabakrauch enthält eine Vielzahl von Stoffen, die sich in ihren Wirkungen gegenseitig verstärken oder abschwächen, viele der über 800 Substanzen erzeugen Krebs.

Die Konzentration der Substanzen im Rauch ist im Schwelrauch – wenn der Raucher gerade nicht „zieht“ sehr viel höher als im „Hauptstrom“, den der Raucher einatmet. Ein paar Beispiele zur Erhöhung:

- Anilin bis zu 30 mal, Cadmium bis zu 7 mal, Formaldehyd bis zu 51 mal, Nickel bis zu 31 mal, Nitrosamine bis zu 440 mal!, PAK (Polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe) bis zu 4 mal

Insofern sind Passivraucher stark gefährdet. Bei Frauen starker Raucher steigt das Krebsrisiko auf das 3,5 fache, Kinder in Raucherfamilien sind besonders anfällig für Infektionen der Atemwege. Jedes zweite Kind wächst in Raucherfamilien auf!

## Wie wirkt Tabakrauch?

---

Angegriffen werden hauptsächlich Atemwege, Bronchien, Lunge und Blutgefäße. Man schätzt, dass 80% der Lungenkrebsfälle bei Männern durch Rauchen verursacht werden, das bedeutet 24 000 Krebstote pro Jahr und die Amputation von 80 000 Beinen von Rauchern in der BRD. Cadmium im Rauch fördert vor allem bei Frauen Osteoporose. Nicotinallergie kann im Epicutantest festgestellt werden.

Typische Erkrankungen durch Rauchen und Passivrauchen: Allergien, Arteriosklerose, Asthma bronchiale, Atemwegserkrankungen, Bronchialkrebs, Herzinfarkt, Kehlkopfkrebs, Lungenkrebs, Osteoporose, Absterben der Gliedmaßen durch Verschluss der Blutgefäße, Schlaganfall, Mittelohrentzündungen bei Kindern in Raucherfamilien

250 000 Menschen sterben in der Bundesrepublik Deutschland jährlich an den Folgen des Rauchens. Tabakrauch verstärkt die Wirkungen fast aller anderen Alltagsgifte: Acrolein, Alkohol, Amalgam, Asbest, Autoabgase, Blei, Cadmium, Dioxine und Furane, Formaldehyd, Lösemittel, Nitrosamine, PAK, Palladium, Radon...

## Welche Maßnahmen sind angezeigt

---

- Nachweis in Urin und Blut
- Epicutantest auf Nikotin
- Raucherentwöhnung als wichtigste lebenserhaltende Maßnahme
- Nie in Gegenwart von Kindern rauchen

# Krank durch Alltagsgifte

---

Das so überschriebene 3. Kapitel gibt eine tabellarische Zusammenstellung von Krankheitssymptomen einer chronischen Vergiftung mit den wahrscheinlich verursachenden Schadstoffen. Dabei ist zu berücksichtigen, dass chronische Vergiftungen sich meist in mehreren Symptomen äußern – gleichzeitig oder auch nacheinander – ebenso wie häufig mehrere Schadstoffe zu chronischer Vergiftung führen. Einige Beispiele mögen das verdeutlichen. Mögliche Auslöser von:

- Allergien: Aldehyde, Amalgam, Autoabgase, Benzine, Formaldehyd, Isocyanate, Lösemittel  
Metalleinlagerungen im Kopfbereich, Nickel, Palladium, Pestizide, Phenol, Platin, Schimmelpilze, Tabakrauch, Terpene, Zahngifte
- Bandscheibenschäden: Amalgam, Lösemittel
- Bauchbeschwerden: Amalgam, Blei, Lösemittel, Metalle, Formaldehyd, Vinylchlorid, Dioxine und Furane, Pestizide, Arsen
- Elektrosensibilität: Aluminium, Amalgam, Lösemittel, Metalleinlagerungen im Kopf
- Fettstoffwechselstörungen: Amalgam, Dioxine und Furane, Lösemittel, Vinylchlorid
- Gedächtnisstörungen: Aluminium, Amalgam, Benzine, Formaldehyd, Lösemittel, Pestizide
- Gewichtsverlust: Amalgam, Arsen, Blei, Formaldehyd, Lösemittel, Pestizide, Vinylchlorid
- Haarausfall: Amalgam, Arsen, Formaldehyd, Lösemittel, Pestizide
- Hörstörungen: Amalgam, Dioxine und Furane, Lösemittel, Vinylchlorid, Zahnherde
- Kniebeschwerden: Amalgam, Zahnherde/ Zahngifte
- Koliken: Amalgam, Blei, Lösemittel
- Kopfschmerzen: Amalgam, Anilin, Arsen, Benzine, Dioxine und Furane, Formaldehyd, Lösemittel, Palladium, Pestizide, Phenol, Styrol
- Lymphknotenschäden: Formaldehyd, Pestizide, Zahnherde
- Migräne: Amalgam, Formaldehyd, Lösemittel
- Muskelschmerzen: Amalgam, Blei, Lösemittel, Pestizide
- Nebenhöhlenentzündungen: Amalgam, Lösemittel, Pestizide, Zahnherde
- Osteoporose: Amalgam, Cadmium, Lösemittel, Tabakrauch
- Rheuma: Amalgam, Lösemittel, Palladium, Zahnherde
- Schilddrüsenfunktionsstörungen: Amalgam, Dioxine und Furane
- Schlafstörungen: Alkohol, Amalgam, Blei, Dioxine und Furane, Elektromagnetische Felder, Formaldehyd, Lösemittel, Palladium, Phenol
- Sehstörungen: Amalgam, Dioxine und Furane, Lösemittel, Pestizide, Zahnherde
- Unfruchtbarkeit: Amalgam, verschiedene Metalle, Dioxine und Furane, Lösemittel
- Asthma: Formaldehyd, Isozyanate, Pestizide, Tabakrauch,
- Bronchitis: Acrolein, Aldehyde, Amalgam, Arsen., Formaldehyd, Isozyanate, Lösemittel, Pestizide
- Leukämie: Benzol, Nitrosamine, PCB, Pestizide
- Arteriosklerose: Amalgam, Dioxine und Furane, Lösemittel, Tabakrauch, Zahnherde
- Infarkt: Tabakrauch, Zahngifte
- Akne: Amalgam, Formaldehyd
- Ekzeme: Amalgam, Arsen, Diesel, Formaldehyd, Lösemittel, Palladium, Pestizide
- Hautkrebs: Amalgam, Arsen
- Neurodermitis oder Schuppenflechte: Amalgam, Lösemittel
- Pilzerkrankungen: Amalgam, Lösemittel, Pestizide
- Warzen: Amalgam, Arsen
- Bluthochdruck: Amalgam, Blei, Lösemittel
- Herz- und Kreislaufschäden: Amalgam, Benzine, Diesel, Dioxine und Furane, Lösemittel, Blei, Alkohol, Phenol, Zahnherde
- Infektanfälligkeit: Amalgam, Dioxine und Furane, Lösemittel, Ozon, Pestizide, Sommersmog

- Leberschäden: Aldehyde, Alkohol, Amalgam, Arsen, Blei, Cadmium, Dioxine und Furane, Lösemittel, PCB, Pestizide, Phenol, Vinylchlorid, Zahnherde
- Nierenschäden: Amalgam, fast alle Metalle, besonders Blei, Cadmium, Formaldehyd, Lösemittel, Phenol, Zahnherde
- Missbildungen: Alkohol, Amalgam, Arsen, Blei, Cadmium, Dioxine und Furane, Lösemittel, PCB, Pestizide

## Bei allen Hirn- und Nervenschäden und bei vielen psychischen Störungen ist Amalgam beteiligt!

Anmerken möchte ich zu dieser Aufstellung, dass es für die Symptome auch andere Auslöser als Alltagsgifte geben kann, jedoch nimmt die Bedeutung der Gifte als Krankheitsauslöser durch ihre Allgegenwärtigkeit zu. Wo immer es möglich ist, sollte man sie meiden. Da Amalgam fast überall beteiligt ist, sollte man es unter Schutzmaßnahmen entfernen lassen und anschließend die Ablagerungen im Körper ausleiten. Denken Sie auch daran, dass Mütter in der Schwangerschaft das Quecksilber aus dem Amalgam an ihre Kinder weitergeben und diese bereits vergiftet geboren werden (Neurodermitis und andere Symptome).

## Ich hoffe, diese kleine Serie zum Thema "Gifte im Alltag" hat Ihnen wertvolle neue Informationen geliefert. Vielleicht können Sie damit sich selbst oder anderen helfen.

Dieser Brief trägt übrigens die laufende Nummer 198 - Wir stehen kurz vor einem kleinen Jubiläum. Wir sind inmitten intensiver Vorbereitungen, weil wir Ihnen zum 200sten Gesundheitsbrief eine kleine Überraschung präsentieren möchten.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihre Newsletter-Redaktion



### Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

---

[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln