

Dr. med. Petra Bracht - „Gesund - Natürlich“

Bad Homburg, den 31. Mai 2011

Aluminium und Alzheimerdemenz

Viele Menschen glauben, dass die Alzheimerdemenz eine durch das Alter hervorgerufene Krankheit ist. Es mehren sich aber die Stimmen, dass auch diese Krankheit extrem viel mit dem heutigen Lebensstil zu tun hat. Ein besonderes Augenmerk muss dabei auf das Leichtmetall Aluminium gerichtet werden, dass als tickende Zeitbombe mit verantwortlich ist bei der Entstehung der steinartigen „Plaques“ und Fibrillenbündel im Gehirn von Alzheimerpatienten.

So sieht es auch der bekannte Alzheimerforscher Prof. Beyreuther. Er moniert, dass insbesondere bei der Verwendung von Zusatzstoffen keine Untersuchungen durchgeführt werden, welche speziell gegenseitige Wechselwirkungen dieser Substanzen im Blickfeld haben. Unabhängig von der sowieso etwas fragwürdigen Höchstgrenzenbestimmung dieser Zusatzstoffe, rückt die Langzeitwirkung von solchen Kombinationen zunehmend auch in das Bewusstsein der Wissenschaft, wie beispielsweise die Kombination von Aluminium und Zitronensäure.

Als Einzelsubstanz betrachtet ist sowohl Aluminium als auch Zitronensäure für den Menschen unbedenklich. Die Kombination dieser beiden Stoffe im menschlichen Organismus aber scheint sich verheerend auszuwirken. Man erkennt sie an den beiden E-Nummern 330 und 173 auf der Lebensmittelverpackung. Aluminium wird von einem gesunden Körper zwar aufgenommen, aber ebenso wieder ausgeschieden, ohne Schaden anzurichten. Ist in einem Nahrungsmittel jedoch zusätzlich noch Zitronensäure enthalten, verbinden sich die beiden zu einem gemeinsamen Molekül. Jetzt ist Aluminium mit Hilfe dieser Zitronensäure in der Lage die unser Gehirn vor giftigen Stoffen schützende Blut-Hirn-Schranke zu durchbrechen. Diese Stoffkombination schafft es also, in unser Gehirn zu gelangen. Was jetzt dort geschieht ist fatal. Eigentlich könnte die Zitronensäure den gemeinsamen Wirkstoffkomplex genauso wieder hinausbefördern, wie er hineingekommen ist. Da aber die Zitronensäure im Gehirn mit Hilfe eines bestimmten Enzyms abgebaut wird bleibt am Ende nur das Aluminium zurück. Es kann nicht mehr aus dem Gehirn hinausgelangen und seine schädliche Wirkung entfalten. Das silbrig schimmernde Leichtmetall wirkt hochgiftig auf die Nervenzellen, die nach und nach absterben.

Die Aufnahme von Aluminium ist heutzutage extrem hoch. Man geht davon aus, dass ein Erwachsener die empfohlene Höchstmenge täglich um das sechsfache überschreitet, bei den Kindern scheint es noch mehr zu sein. Dies geschieht meistens über unsere tägliche Nahrung, in Form von Lebensmittelzusatzstoffen, durch Nahrungsmittelrückstände, sowie aus Getränke- und Konservendosen. So haben beispielsweise Softgetränke meist einen sehr hohen Gehalt an Zitronensäuren. Je länger sich diese Getränke in Aludosen befinden umso mehr Aluminium wird in das Getränk abgegeben.

Die Zubereitung von frischem Obst und Gemüse verschont Sie vor diesem Problem. Auch das Verpacken von säurehaltigen Nahrungsmitteln in Alufolien können sie vermeiden, indem Sie das altbewährte Butterbrotpapier verwenden. Benutzen Sie kein Alugeschirr und bewahren Sie keine Lebensmittel in Aluminiumdosen, -schüsseln und ähnlichen Gefäßen auf. Verzichteten Sie auch auf Backwaren mit silbrigem Zuckerguss. Süßgetränke in Aludosen sollten völlig gemieden werden.

Jeden Tag wird unser Körper aufs Neue vielen Tausenden von Substanzen ausgesetzt, auf die er sich genetisch nie einstellen musste. Darauf waren und sind wir immer noch nicht vorbereitet. Keiner weiß bis zum heutigen Zeitpunkt wie viele derartige Zeitbomben in uns ticken und mit welchen Auswirkungen zu rechnen ist. Die so genannten Zivilisationserkrankungen sollten uns allerdings die Augen ein wenig schneller öffnen, denn sie sind seit Jahrzehnten die sichtbaren und ansteigenden Konsequenzen unserer heutigen Lebensführung.

Eine gesunde Woche wünscht

Ihre Dr. Petra Bracht

Dr. Petra Bracht

