

URHEIMISCHE NOTIZEN

...das Blatt für urheimische Gesundheitsförderung

Gülle statt Idylle

Wenn die Agroindustrie landwirtschaftliche Naturflächen mit Exkrementen der industriellen Massentierhaltung – trotz rechtlicher Beschränkungen – staatlich unkontrolliert zur Billigst-Entsorgung flutet, vergiftet dies unsere Umwelt und uns Menschen. Typische Probleme sind neben der Geruchsbelästigung vor allem die Abtötung von Bodenlebewesen, die Schwermetall-Anreicherung in den Böden, die Verseuchung von Meer-, Grund- und Trinkwasser (zum Beispiel durch Nitrate oder Pharma-Rückstände), die Luftverschmutzung durch Gülle-Ammoniak (saurer Regen) oder die Überdüngung von Gewässern (vor allem durch Phosphate). Und die gesundheitliche Zeitbombe, die hierdurch für uns alle tickt. Besonders schlimm ist dies in Regionen mit hohem Viehbesatz und/oder vielen flächenlosen Betrieben, wie zum Beispiel dem Münsterland, dem Emsland, Ostdeutschland oder im Gebiet um den Teutoburger Wald, auch bekannt als „Gülle-Belt“.

„Gülle aus industriell betriebenen Schweinemastanlagen und anderen Massentierhaltungen ist hochgradig mit Hormonen, Arzneimitteln und Desinfektionsmitteln verseucht und müsste eigentlich als Sondermüll entsorgt werden. Massentierhaltung ist Tierquälerei, und die Gülle aus Massentierhaltung ist entgegen vielfacher Behauptungen kein hochwertiger Wirtschaftsdünger! Im Gegenteil: Diese Gülle verseucht das Grundwasser, Bäche, Flüsse und Seen. Diese Gülle verseucht Ackerböden und Atemluft, vergiftet Mensch und Umwelt“ (zitiert nach „Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland“ (BUND), Landesverband Sachsen).

Hinzu kommen hunderttausende Tonnen von Gülle aus dem Ausland (vor allem aus den Niederlanden), mit der deutsche Bauern für ein paar „Silberlinge“ ihre Felder überschwemmen („Gülle-Tourismus“). Abhilfe soll die ab 1. September 2010 gültige „Verbringensverordnung für Wirtschaftsdünger“ schaffen. Sie zwingt dazu, Handel und Inverkehrbringen von Gülle zu dokumentieren und zu melden. Doch, was in den Betrieben selbst passiert, wird davon nicht erfaßt. Auch die Möglichkeit, Exkremente der Tierhaltung in Biogas-Anlagen wenigstens in Energieträger zu verwandeln, greift in Folge besonders „intelligenter“ Förderregeln kaum: Es ist derzeit oft gewinnbringender, Gülle auf die Felder zu pumpen als zu Biogas zu verwandeln. Das Informationsfreiheitsgesetz des Bundes, das am 1. Januar 2006 in Kraft getreten ist, sollte Bürgern ein allgemeines und umfangreiches Einsichtsrecht in Behördenunterlagen gewähren, zum Beispiel auch zur Gülleverwendung. Nach unserem bisherigen Wissensstand wurden hierzu noch keinerlei Auskünfte erteilt. Schließlich gilt es, Unternehmer-Interessen zu wahren! Kurzum: Recht und Gesetz helfen derzeit nur wenig gegen die Zerstörungen, die überall vor unseren Haustüren passieren. Die Idylle ländlicher Räume, täglich in endlosen TV-Serien über Landärzte, Bergdoktoren oder Tierärzte romantisch verklärt, existiert heute nur noch in Naturschutzgebieten. Davon kann sich jeder Städter bei einem kurzen Besuch auf dem Land überzeugen. Die stinkenden Gifte der Landwirtschaft verpesten uns alle. Die frühere klassische Empfehlung, aus gesundheitlichen Gründen von der Stadt aufs Land zu ziehen, klingt heute absurd. Die Nichtbauern verkaufen ihr Hab und Gut vielerorts wieder und ziehen zurück in die Stadt, vertrieben durch den Gestank der hochsubventionierten Gülle.

[Weiland HU, BUND, 2010; The New York Times, 15.2.2010]



Urheimische Ernährung – Praktische Aspekte

Dr. Georgios Pandalis im Interview mit Urheimische Notizen

(Begründer der Urheimischen Gesundheit, Geschäftsführer von Dr. Pandalis Naturprodukte und Dr. Pandalis Urheimische Medizin sowie Dozent der Leibniz Universität Hannover)

Dr. Pandalis, ernähren wir uns bereits im Sinne der Urheimischen Ernährung, wenn wir Produkte mit Bio-Siegel verwenden oder nur im Bio-Supermarkt einkaufen?

Natürlich sind Lebensmittel aus echter Bio-Produktion ein Muß. Allerdings verwirrt die inflationäre Zunahme von Bio-Siegeln viele Menschen. Zudem sind die wirklichen Anforderungen an die Bio-Herstellung undurchschaubar, genauso wie die Herkunft und die Qualitäts-Kontrolle.

Eine Kaufquittung für Bio-Produkte ist also generell kein Ab- laß-Schein, der mir bestätigt, daß ich alles richtig gemacht habe. Nein, ich muß mich erstens selbst darum kümmern, bei wem ich einkaufe, woher die Lebensmittel stammen, welche Qualität sie haben und ob sie überhaupt urheimisch sind! Zweitens: In die Bio-Regale vor allem großer Lebensmittel-Ketten haben Exotik und chemische Vitamine einen massiven Einzug gehalten. Zum Beispiel als Nahrungsergänzungsmittel oder auch als isolierte Stärke in Form von Puddingpulver. Diese haben mit der Bio-Landwirtschaft nichts zu tun und urheimisch sind sie schon gar nicht. Apropos Bio-Supermärkte. Ich gebe zu, es ist bequem, dort einzukaufen, wo alles an einem Ort zu finden ist. Ein Einkauf im Bio-Supermarkt birgt aber auch die große Gefahr, daß Bio-Lebensmittel immer chemischer werden, weil das Diktat des Preises maßgeblich ist. Und auch ein Bio-Bauer mit labilem Charakter kann nicht der Versuchung widerstehen, große Lebensmittelmengen auf einen Schlag zu liefern. So wird häufig hier und dort chemisch nachgeholfen. Leider wird diese Praxis zunehmend auf EU-Ebene legitimiert, indem ständig neue chemische Zusatzstoffe für die Bio-Welt zugelassen werden.

Worauf sollte ich beim Einkauf speziell im Winter noch achten?

Die Erntesaison eines Gemüses oder einer Frucht sollte möglichst nahe am Verbrauchszeitraum liegen. Neuseeländische Erdbeeren im Winter sind also zum Beispiel nicht urheimisch. In Herbst und Winter sollten vielmehr Wirsing- und andere Kohllarten, Steckrüben oder Rote Bete auf den Tisch kommen, nicht aber Tomaten oder Treibhaus-Salat.

Ist die Art der Nahrungs-Zubereitung aus Ihrer Sicht wichtig?

Natürlich! Denn von der Zubereitung hängt nicht nur ab, wie gut unser Essen schmeckt. Sondern auch, wieviele der lebenswichtigen Nährstoffe wir möglichst unbeschadet und in angemessener Form aufnehmen können. Als Grundregel gilt: Sowohl ein „Zuwenig“ an Zubereitung (zum Beispiel zu hoher Rohkostanteil der Nahrung) als auch ein „Zuviel“ (zum Beispiel starkes Zerkochenlassen von Gemüse) sind zu vermeiden. Ungeeignet zur menschlichen Ernährung sind zudem Konservierungs- oder Erhitzungsverfahren, die die Grundstrukturen von Lebensmitteln hochenergetisch zerstören (radioaktive Bestrahlung, Mikrowelle).

Auch spezielle Zubereitungsformen können aus urheimischer Sicht bedeutsam sein: So ist das „deutsche Sauerkraut“ für Mitteleuropäer besonders bekömmlich, während Südeuropäer eher „mediterranen Krautsalat“ vertragen.

Welche Rolle spielt die Art des Essens bei der Urheimischen Ernährung?

Ich glaube, wenn wir wieder nach Hunger und Durst essen und trinken würden, hätte dies enorme Auswirkungen auf unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Beispiel: Viele Menschen werden schon als Kinder zum regelmäßigen Essen gezwungen. Dabei gehen allmählich die Urinstinkte Hunger und Durst, also die Wahrnehmung der eigenen Nahrungsbedürfnisse, verloren. Dies führt – bei reich gedeckten Tischen und wenig körperlicher Bewegung – immer häufiger zu Übergewicht. Ähnliches gilt für das Trinken: Es soll gesund sein, Tag für Tag mindestens anderthalb bis drei Liter Wasser zu trinken, selbst wenn wir keinen Durst haben. Dafür gibt es aber keinerlei Beweis, vermutlich macht es uns sogar auf Dauer krank.

Lernen Sie, liebe Leserinnen und Leser, wieder den Moment zu spüren, wann Sie Hunger und Durst haben. Dies ist auch der Weg zum „urheimischen Normalgewicht“. Mehr dazu in den kommenden Urheimischen Notizen!

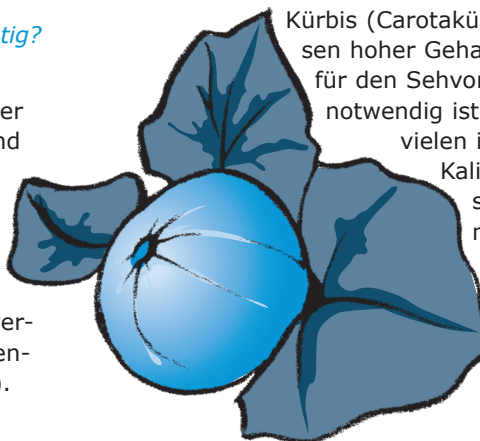
Brauchen wir Nahrungsergänzungsmittel (NEM)?

Ja und nein. Nein, da die meisten der auf dem Markt befindlichen „modernen“ Präparate kein Mensch braucht. Einfach, weil es isolierte Chemiebomben sind, die in etlichen Fällen sogar die Sterblichkeit erhöhen anstatt sie zu senken.

Ja, weil Nahrungsergänzungsmittel bei bestimmten Mangel-situationen hilfreich sind (Beispiele: Wachstum, Schwangerschaft, starke körperliche Belastung, Krankheit, Rekonvaleszenz, Alter). Für solche Lebenssituationen suchen wir seit Jahrzehnten als einziges Unternehmen nach geeigneten Pflanzen, die spezielle Nährstoffbedürfnisse decken können.

Eines unserer Produkte ist der rote Carotakürbis (Carotakürbis® Bio Granulat), dessen hoher Gehalt an Lutein zum Beispiel für den Sehvorgang vor allem im Alter notwendig ist. Ein anderes Beispiel von vielen ist das Dreiblatt (Dreiblatt Kalium Granulat (Bio)) mit seinem hohen Gehalt an natürlichem Kalium, welches unser Gewebe straff hält.

[Negoianu D et al., Journal of the American Society of Nephrology, 2008]



Das aktuelle Thema II

Was unsere Nase nicht mag: Sprays, Salben, Duschen, Spülungen

Heimische Nasen-Spülungen oder -Duschen wurden im 20. Jahrhundert zur medizinischen Plage, sehr zur Freude von Hals-Nasen-Ohren-Ärzten. Als Importartikel angeblich traditioneller indischer Medizinschulen (Yoga, Ayurveda) wurde das ständige Malträtieren der Nasen-Schleimhäute mit unterschiedlichsten Spüllösungen bei vielen Europäern Mode (nach Maharishi: „Durch Nasenduschen zur Freiheit“...). HNO-Ärzte freut diese Unsitte, weil es oft zu kostenträchtigen Komplikationen kommt. Bei medizinisch unsinnigen Nasen-Spülungen gelangt zum Beispiel gerne Spülflüssigkeit über die Ohrtrompete („Eustachische Röhre“) aus dem Nasenrachen-Raum ins Mittelohr. Neben Schwindel drohen dann vor allem eitrig-bakterielle Mittelohr-Entzündungen („Otitis media“). Lungenentzündungen („Lipoid-Pneumonie“) können wiederum entstehen, wenn öl- oder fetthaltige Nasensalben oder -sprays fälschlich angewandt werden, besonders bei Kindern. Am bekanntesten ist jedoch die chronische Schädigung der Nasen-Schleimhaut und der „Medikamenten-Schnupfen“ durch abschwellende Nasensprays. Natürlich gibt es auch mal medizinisch sinnvolle Anwendungen: Zum Beispiel eine Nasenspülung vor einem begründeten operativen Eingriff im Nasen-Rachen-Raum. Die Nase sollte jedoch nicht zur sinnlosen „Lagerstätte“ für immer neue, immer sinnlosere Produkte der Pharmaindustrie werden!

Unsere Nase ist – anders als der Rachen – mit einer Schleimhaut ausgekleidet, deren Zellen Flimmer-Härchen („Zilien“) tragen. Deren in Richtung Rachen gerichtete Bewegung transportiert ständig Schleim und Dreck, der aus der Atemluft aufgefangen wird, in Richtung Rachen. Nach dem Herunterschlucken „verbrennen“ zum Beispiel schädliche Erreger in der Säure des Magens.

Das widersinnigste Beispiel hierfür sind Nasensprays, die Ansteckungen durch Erkältungs- oder Grippeviren vorbeugen sollen. Klar, wer würde sich nicht gerne schützen vor oft so sinnlos erscheinenden Erkältungen oder grippalen Infekten!? Doch mit den angebotenen Nasen-Mitteln kann dies gar nicht funktionieren. Weder halten öl- oder fetthaltige Nasensalben Viren davon ab, uns zu infizieren, noch können Inhaltsstoffe von Nasensprays die Schleimhautzellen in der Nase „abwehrfit“ gegen Krankheitserreger machen. Der Grund ist ganz einfach: Die häufigsten Erkältungserreger – die Rhinoviren – infizieren uns zuerst in unserem Rachen, genauso wie die normalen saisonalen Grippe-Viren. Erst von dort aus kann sich die Infektion dann ausbreiten. Bei den Rhinoviren zum Beispiel zumeist in Richtung Nase. Angeblich „vorbeugende“ Nasensprays kommen also am falschen Ort zum Einsatz, um einen Schnupfen noch aufhalten zu können. Übrigens kennen wir das auch alle selbst: Viele Erkältungen fangen im Rachen- und Halsbereich mit einem „dicken Hals“ und Halsweh an. Trotzdem ist es erstaunlich, daß selbst Edel-Postillen wie der Hamburger SPIEGEL es fertigbekommen, genau diese Tatsache zu leugnen. Und zu behaupten, die Rhinoviren würden zuerst die Nasenschleimhaut befallen.

Stellungnahme Dr. Pandalis Urheimische Medizin

Wegen des breiten Schädigungspotentials von Nasen-Anwendungen sowie der vorbeugenden Unwirksamkeit von Nasensprays hat die Dr. Pandalis Urheimische Medizin die Entwicklung von intranasalen Applikationen (Nasenspray, Nasencreme) aus dem bewährten Zistrosenextrakt Cystus 052 zur Infektblockade eingestellt.

[Wendeler HM et al., ORL Nova, 1997; Cecil RL et al., Saunders, 2000;

Graf P, Journal of Immunology, 2004;

Matrosovich MN et al., Proceedings of the National Academy of Science, 2004;

Thadeusz F, Spiegel, Oktober 2010]



Rezept

Apfel-Grieß-Schmarrn

(für 4 Portionen)

Für unseren weihnachtlichen Schmarrn brauchen Sie 2 Äpfel, 240 Gramm Weichweizengrieß, ½ Liter Milch, 1 Prise Salz, 4 Eßlöffel Butter, 2 Eßlöffel Zucker und 1 Teelöffel Zimt.

Die Zubereitung dauert insgesamt rund 20 Minuten: Die Äpfel waschen, entkernen und ungeschält in kleine Würfel schneiden. Mit dem Grieß mischen. Milch in einem Topf mit Salz aufkochen. Grieß mit den Äpfeln zugeben und ausquellen lassen. 2 Eßlöffel der Butter in einer Pfanne heiß werden lassen. Die Hälfte des Grießbreis in der Pfanne verteilen, gut andrücken und bei mittlerer Hitze fünf Minuten bräunen. Danach mit dem Pfannenwender oder zwei Holzlöffeln die Masse schmarrntypisch in einzelne Stücke teilen und rundherum etwa zehn Minuten goldbraun braten. Die andere Hälfte auf die gleiche Weise zubereiten. Zucker und Zimt mischen und zum Schmarrn reichen. Sehr gut schmeckt der Schmarrn auch mit selbstgekochem Kompott, zum Beispiel aus Pflaumen. Tip: Damit der Schmarrn rundherum goldbraun wird, sollte er unbedingt in zwei Partien gebacken werden.

Wenn Sie statt des Apfel-Grieß-Schmarrns lieber einen urheimischen Pudding (Mehlspeise) zubereiten möchten, haben Sie die Möglichkeit, mit den älteren Generationen über frühere Gewohnheiten zu „kommunizieren“. Benutzen Sie für die Zubereitung einfach Bio-Weizenmehl statt Puddingpulver aus isolierter Stärke. Der Geschmack ist verblüffend urheimisch!



Vielleicht, liebe Leserinnen und Leser, haben Sie auch ein urheimisches Rezept oder eine niveauvolle Anekdote, die Sie uns zur Verfügung stellen möchten!

Wir erforschen

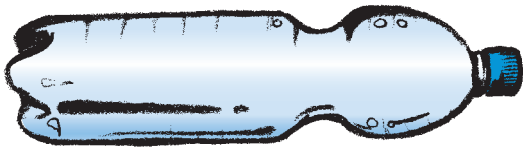


Kurz und bündig

Cholera wegen versickelter Spendengelder

„Sauberes Wasser ist Haitis größter Mangel“, beklagt November 2010 die Wochenzeitung ZEIT angesichts der Cholera-Epidemie (19.11.2010). Die weltweit gesammelten Spenden in Milliardenhöhe (bei uns in Deutschland alleine rund 200 Millionen Euro!), sind bei den Hilfsorganisationen angekommen, nicht aber bei den Haitianern. So gibt es bis heute beispielsweise kaum eine funktionierende Wasserversorgung. Die vom Schweizer Wasserforschungs-Institut der Eidgenössischen Technischen Hochschule Zürich mitentwickelte „Solar-Desinfektion“ von Trinkwasser (SODIS) könnte in kürzester Zeit Abhilfe schaffen. Das Verfahren nutzt die keimtötende Wirkung des UV-Lichts im Sonnenlicht: Wird verseuchtes Wasser in durchsichtigen, gebrauchten Wasserflaschen sechs Stunden von Sonnenlicht beschienen, sind alle Keime tot und es ist trinkbar. Einziges Problem: Hilfsorganisationen können mit SODIS nichts anfangen, weil es den Spenderländern keine Industrieaufträge bringt (zum Beispiel für den Bau neuer Wasserwerke). Weitere Informationen www.sodis.ch. Das geschilderte Problem ist aber nur eine Spitze des Eisbergs. Gerade zur Weihnachtszeit wird alljährlich von den

Spendensammlern kräftig auf die Tränen-drüse gedrückt und hunderte Millionen Spendengelder eingesammelt. Schön wäre es, wenn die vielen Spender ein paar Monate später mal nachhaken, wo denn das viele Geld geblieben ist.

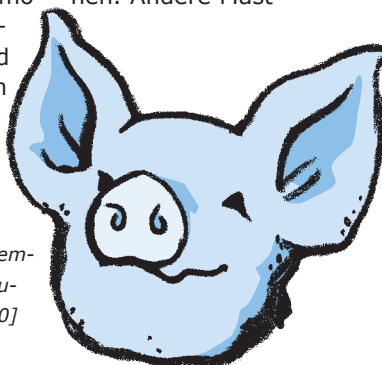


Antibiotika, Süßstoffe – vom täglichen Wahnsinn der Tiermast

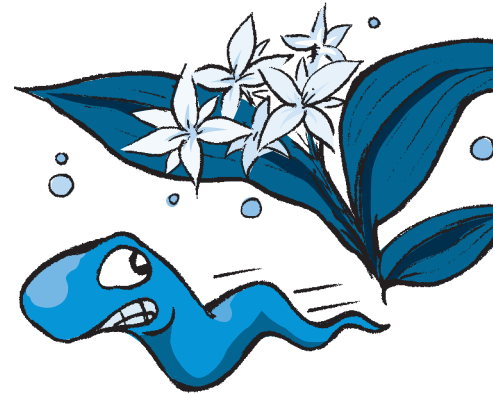
Eigentlich ist es ganz einfach: Antibiotika zur Wachstumsbeschleunigung in der Tiermast sind seit 2005 in der EU verboten. Zu oft kam es zur Bakterien-Resistenz und zur Ausbreitung von gefährlichen Mikroben. Und zur unerwünschten Antibiotika-Belastung der Fleisch-Konsumenten. Das Verbot taugte jedoch nur wenig: Kriminelle Tiermäster und ihre ebenso illegal tätigen Tierärzte beschaffen Antibiotika in unbegrenzter Menge. Und setzen sie unter dem Deckmäntelchen der „medizinischen Notwendigkeit“ weiterhin ein, zum Beispiel bei der Putenmast. Die jeweiligen Berufsverbände, zum Beispiel der Deutsche Bauernverband (DBV), gehen lieber gegen Kritiker wie die Verbraucherzentrale vor, anstatt in den eigenen Reihen illegale Praktiken abzustellen (DBV beklagt eine „Diffamierung der Tierhalter“). Jetzt reicht es sogar der industriefreundlichen Landwirtschaftsministerin Aigner: Ab 2011

müssen Pharmaindustrie und Großhändler die abgegebenen Mengen von Tierarzneimitteln zentral melden („Tierarzneimittel-Abgabemengen-Register“, TAR). So soll Mißbrauch ausgeschlossen werden – nicht nur bei Antibiotika, sondern beispielsweise auch bei illegaler Verwendung von Hormonen. Andere Mastbeschleuniger müssen nicht gemeldet werden: Zum Beispiel Süßstoffe – in Bürokratensprache „Aromastoffe und appetitanregende Stoffe“ genannt. Mit ihnen dürfen zum Beispiel Ferkel schnell dick gemästet werden. Hinweis: Die gleiche mästende Wirkung haben Süßstoffe auch bei Menschen. Wissenschaftler machen sie sogar für die weltweite Übergewichts-Epidemie mitverantwortlich.

[Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit, November 2010; EU-Kommission, 2004; Swithers SE et al.; Behavioral Neuroscience, 2008; Yang Q, Yale Journal of Biology and Medicine. 2010]



Bärenstark gegen Würmer und Pilze



In der Volksmedizin Europas, zum Beispiel in Irland, gilt der seit Urzeiten verwendete Bärlauch (*Allium ursinum* L.) traditionell als wirksam zur Vorbeugung und Behandlung von Infektionen. Daß bestimmte Inhaltsstoffe der Lauch-Art *Allium* auch Darmwürmer vertreiben können, wurde mehrfach belegt. Neueste Studien zur antimikrobiellen Wirkung zeigen nun, daß die sehr schwefelhaltigen Bärlauch-Zubereitungen sogar Antipilz-Wirkungen haben. Diese Forschungen bestätigen die Einschätzung des berühmten Schweizer Kräuterpfarrers Johann Künzle (1857–1945): „Der Bärlauch ist eine der stärksten und gewaltigsten Medizinen in des Herrgotts Apotheke“. Als erstes Unternehmen entdeckte und erforscht seit 1988 Naturprodukte Dr. Pandalis den Bärlauch als wertvolle Nahrungs- und Heilpflanze wieder und stellt seither eine Vielzahl wichtiger Bärlauch-Produkte her.

[Allen DR et al., Timber Press, 2004; Ayaz E et al., Recent patents on anti-Infective drug discovery, 2008; Ivanova A et al., Natural product communications, 2009; Künzle J, Walter Verlag, 1945]

Kurz und bündig

Rösler: „Ich schwöre, daß ich meine Kraft dem Wohle des deutschen Volkes widmen, seinen Nutzen mehren, Schaden von ihm wenden... werde“

69 Bundesoberbehörden sorgen in Deutschland dafür, daß ministerialer Wille in die Tat umgesetzt wird. Meistens über nachgeordnete Behörden und deren Beamte. Für das Gesundheitssystem sind gleich fünf solcher Oberbehörden zuständig. Deren viele Tausend verbeamtete Vertreter sorgen – neben ihren eigentlichen Aufgaben (siehe Überschrift) – auch dafür, daß Interessen von Pharma-Großindustrie, Medizintechnikherstellern, Krankenhaus-Konzernen, Ärzteverbänden und anderen Lobbygruppen für die Unternehmen gewinnbringend umgesetzt werden.

- Bundesministerium für Gesundheit (BMG), oberste deutsche Bundesbehörde für das Gesundheitswesen – 618 Mitarbeiter
- Paul-Ehrlich-Institut (PEI), das deutsche Bundesinstitut für Impfstoffe und biomedizinische Arzneimittel – 689 Mitarbeiter
- Robert Koch-Institut (RKI), das Bundesinstitut für Infektionskrankheiten und nicht-übertragbare Krankheiten – 846 Mitarbeiter
- Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) – Zulassung von Arzneimitteln und andere Aufgaben – 990 Mitarbeiter
- Deutsches Institut für Medizinische Dokumentation und Information (DIMDI) – 119 Mitarbeiter
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) – 171 Mitarbeiter
- Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL, gehört zum Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz) – 454 Mitarbeiter



Eigentlich sollten die mit Millionen Steuergeldern bezahlten Minister und Ober-Beamten unseres Gesundheitssystems und die zehntausenden, in Behörden, Ämtern und Instituten auf Länderebene nachgeordneten Beamten unsere Bürger-Interessen wahren. Das Gegenteil scheint oft der Fall zu sein. Aktuelle Beispiele: Ab 2011 wird der Krankenkassenbeitrag auf 15,5 Prozent angehoben, die Zusatzbeiträge steigen weiter. Alle weiteren, jetzt schon vorhersehbaren Kosten-Erhöhrungen werden nur noch von den Arbeitnehmern alleine getragen. Die Patientensicherheit wurde auf dem Altar von Pharma-Interessen geopfert – eine von Kritikern lange geforderte Verschärfung des nachhaltigen Wirksamkeits-Nachweises für Arzneimittel wird es nicht geben. Wenn diese Bonn-Berliner Gesundheits-Bürokratie nur noch Industrie-Interessen wahr, ist sie überflüssig und gehört abgeschafft! Dies war auch schon 1994 die vorherrschende Einsicht, als das damalige Bundesgesundheitsamt (BGA) aufgelöst wurde. Dessen „Gesundheits-Kommissare“ hatten es ermöglicht, daß die Produkte bestimmter Unternehmen aus reiner Profitgier tausende Bluterkrankter mit HIV infizierten (von denen viele mittlerweile verstorben sind). Die angebliche Zerschlagung des BGAs war jedoch nur eine Aufteilung (BfArM, RKI und PEI), die Industrienähe und Beamtenschaft der Behörden änderten sich nicht. Ein typisches Beispiel ist der derzeitige Versuch des BfArMs, pflanzliche Produkte wie Cystus052 Infektblocker® endgültig vom Markt zu drängen. Welche Interessen stehen dahinter?

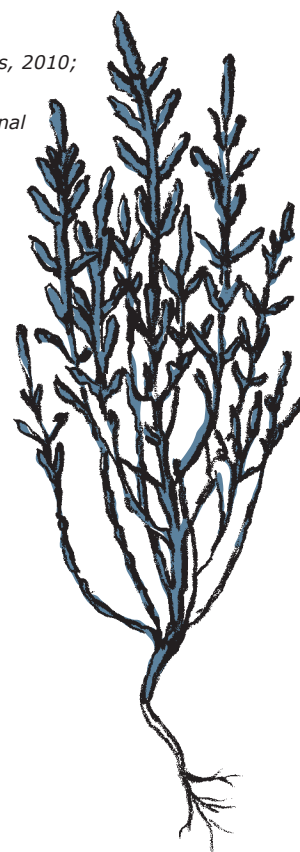
linier Gesundheits-Bürokratie nur noch Industrie-Interessen wahr, ist sie überflüssig und gehört abgeschafft! Dies war auch schon 1994 die vorherrschende Einsicht, als das damalige Bundesgesundheitsamt (BGA) aufgelöst wurde. Dessen „Gesundheits-Kommissare“ hatten es ermöglicht, daß die Produkte bestimmter Unternehmen aus reiner Profitgier tausende Bluterkrankter mit HIV infizierten (von denen viele mittlerweile verstorben sind). Die angebliche Zerschlagung des BGAs war jedoch nur eine Aufteilung (BfArM, RKI und PEI), die Industrienähe und Beamtenschaft der Behörden änderten sich nicht. Ein typisches Beispiel ist der derzeitige Versuch des BfArMs, pflanzliche Produkte wie Cystus052 Infektblocker® endgültig vom Markt zu drängen. Welche Interessen stehen dahinter?

[Statistisches Bundesamt, Wiesbaden, Dezember 2010]

Salicornia – Der unbekannte Alleskönner

Überall an den Meeresküsten der Nordhalbkugel wächst der Queller (Salicornia, „Friesenkraut“). Trotzdem kennt kaum jemand diese bemerkenswerte Pflanze. Sie kann ohne Salz gar nicht leben und nimmt mehr davon auf als jede andere Pflanze. So liefert uns der Queller die im Meerwasser enthaltenen wertvollen Salze und Mineralstoffe pflanzlich „verpackt“, vor allem das lebensnotwendige Jod. Das „Salicornia Jod Pulver“ ist deshalb eine natürliche Quelle für den täglichen Jodausgleich. Es kann wie Kräutersalz zum Würzen von Speisen, Salaten oder einfach zum Bestreuen des Butterbrotes genutzt werden. Besonders Vegetarier, die keine Fische als Jodquelle verwenden, haben damit eine optimale Alternative für ihre Jodversorgung. Doch der Queller kann noch viel mehr, sagen Wissenschaftler: Er kann erhöhte Zucker- oder Fettwerte senken, wirkt antidiabetisch, antientzündlich, antioxidativ, krebssabwehrend (metastasenhemmend, im Zellversuch) oder immunmodulierend.

[Hwang YP et al.,
Toxicology Letters, 2010;
Kim YA et al.,
*Journal of medicinal
food*, 2009]



Zu guter Letzt

Weihnachtliche Worte

Der schönste Weihnachts-Vorschlag – Räume der Stille

Komisch scheint es schon, wenn das Zentralorgan des menschlichen Fühlens – unser Herz – ausgerechnet in der Weihnachtszeit am häufigsten versagt. Eigentlich sollten Stille, Besinnlichkeit und Frieden der Feiertage doch am besten vor Herzinfarkten schützen!? Doch in Wirklichkeit sind wir fast alle getrieben vom all-jährlichen Weihnachtstreß. Auch unsere Kinder finden während der Feiertage und dem Jahreswechsel nicht jene Ruhe, wie sie uns das winterliche Geschehen in der Natur – eigentlich ganz urheimisch – vorgibt. Eine Pastorin aus Hamburg bietet

jetzt den Kindern der benachbarten Schule Pausenräume der besonderen Art: In Kirchenraum und Sakristei können Kinder in der Schulpause die Stille erleben. „Ich verstehe mich als Wächterin der Stille, die aufpaßt, daß die, die gerne still sein wollen, zu ihrem Recht kommen. Jedes Kind soll lernen, was ihm selbst am besten bekommt“, sagt Anika Woydack von der Paul-Gerhardt-Gemeinde in Hamburg-Altona. Ich halte dies für einen der schönsten Weihnachts-Vorschläge überhaupt!



[Schreier NK et al., Annals of Medicine, 2009; Gafga H, chrismon, Das evangelische Magazin, 2010]

Leserbriefe

Liebe Leserinnen und Leser,

hunderte solcher und ähnlicher Anfragen erreichen uns täglich. Wir bedauern die Verwirrungen sehr! Sie sollten unsere Cystus 052® Bio Halspastillen im Mund zergehen lassen, erst dann entfalten sie den vollen Effekt im Mund- und Rachenraum. Sie sind nach der bewährten Rezeptur für Cystus 052® Lutschprodukte zusammengesetzt.

Zu den Cystus 052® Infektblockern erinnern Sie sich sicher, daß diese Lutschtabletten von einem sonderbaren Richter als „Präsentationsarzneimittel“ eingestuft worden sind. Also sind wir daher im Moment gezwungen, diese Aufmachung nicht zu nutzen. Deshalb gibt es auch keine als Cystus 052® Infektblocker aufgemachten Produkte mit Beipackzettel und Hinweisen zur Einnahme. Das ist das Ergebnis, wenn Willkür und Lobbypolitik von Impfstoffherstellern auf Kosten des Bürgers zusammenfallen. Das war immer so und das wird lange so bleiben!



Liebe Leserinnen
und Leser,
wir wünschen



Ihnen ein
 urheimisch
glückliches Jahr

2011!

URHEIMISCHE NOTIZEN per Post

Liebe Leserinnen und Leser,

falls Sie die URHEIMISCHE NOTIZEN das erste Mal in den Händen halten oder sie nicht regelmäßig erhalten haben und sie weiterhin kostenlos zugesandt bekommen wollen, teilen Sie uns das bitte telefonisch oder schriftlich mit.

Impressum

Verlag:

Naturprodukte Dr. Pandalis GmbH & Co. KG
Füchtenweg 3 · 49219 Glandorf
Tel: 0 54 26/34 81 · Fax: 0 54 26/34 82
Internet: www.pandalis.com
E-Mail: info@pandalis.com

Herausgeber und Chefredakteur:

Dr. rer. nat. Georgios Pandalis

Redaktion: Michaela Rhotert, Michael Ortmann,
Dr. Kathrin Weber

Wissenschaftliche Berater:

Prof. Dr. med. Dr. phil. Dr. h.c. G. Keil (Uni Würzburg)
Prof. Dr. rer. nat. R. Pott (Uni Hannover)

Gestaltung und Illustrationen:

Sabine Krauss, www.art-grafik.de

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nachdruck, auch auszugsweise, nur nach Genehmigung unter genauer Quellenangabe gestattet.

Hinweis der Redaktion:

Wir halten uns auch weiterhin an die bewährte klassische Rechtschreibung.

ISSN 1612-0728