

Ideologisch-demagogische-Propaganda

Es ist jetzt einige Wochen her, dass ich für die letzte Ausgabe von OM&Ernährung als aktuelle Reaktion auf zwei Zeitungsartikel (in der FAZ und der ZEIT ONLINE) eine Stellungnahme geschrieben habe. Die Stellungnahme erfolgte in Eile und bedarf deshalb eines „Updates“. Zudem ist, wie es scheint, das Thema wirklich unerschöpflich. Man könnte seine ganze Arbeitszeit damit verbringen, auf Fake-News hinzuweisen und sie richtig zu stellen. Das ist mir nicht möglich. Dagegen ist es mir schon ein wesentliches Anliegen, auf das „toxische“ Umfeld hinzuweisen, indem sich heute ganzheitliche-, einige nennen sie auch alternative Medizin und „Nahrungsergänzung“, wie auch bewusste Ernährung behaupten müssen. Die Welle läuft schon lange und wer ein gutes „Mittelstrecken-Gedächtnis“ hat, wird sich an Titel-Stories wie „Homöopathie – Die große Illusion“ (Der Spiegel 2010) erinnern, in der die Homöopathie nicht nur in die direkte Nähe zu Adolf Hitler gerückt wurde (ungestraft übrigens) und Bücher, wie das von Prof. Dr. med. Richard Béliveau „Krebszellen mögen keine Himbeeren“ zu Esoterik herabgewürdigt wurden, sondern auch an die Artikel des Focus (2009) „Gute Vitamine schlechte Vitamine“ oder an das fast wörtliche Remake des Spiegel (2012) „Die Vitamin Lüge“. Beides Artikel die den Tatbestand ideologisch-demagogischer-Propaganda zu 100 Prozent erfüllten. Die neueste Attacke wurde gerade gegen Heilpraktiker geritten, wieder in einer haarsträubenden Titel Story des Spiegel Online „Den gegenwärtigen Irrsinn nicht länger hinnehmen“.

Schaut man in die inzwischen in Gesetzesform gegossene „Zwangsjacke“ für Nahrungsergänzungsmittel, dann steht da zu lesen: >> Gemäß §4 Abs. 4 NemV darf ein Nahrungsergänzungsmittel ... nicht mit Darstellungen oder sonstigen Aussagen beworben werden, mit denen behauptet oder unterstellt wird, dass bei einer ausgewogenen, abwechslungsreichen Ernährung im Allgemeinen die Zufuhr angemessener Nährstoffmengen nicht möglich ist.<< Damit spätestens wird deutlich, dass es hier nicht um Fakten, medizinisch wissenschaftliche Erkenntnisse, sondern um etwas ganz anderes geht. Es geht um Wirtschaftsinteressen einer globalen Krankheitswirtschaftsindustrie (das wäre die zutreffende Bezeichnung für das, was wir „liebevoll-verklärend“ immer noch als „Gesundheitssystem“ bezeichnen.

Das neue Wort für derartige, sachlich-inhaltlich nicht gerechtfertigte Umdeutungen der Realität ist: **postfaktisch**. Das beinhaltet das Bestreben, Sachzusammenhänge durch wiederholte Falschdarstellung umzudeuten, und aus der Unwahrheit im Denken einer größeren Öffentlichkeit eine „neue“ Wahrheit zu kreieren.

Ins Zeitalter des „postfaktischen“ sind der Spiegel und Focus schon lange im Sinne von im Hintergrund bleibenden Interessengruppen tätig, jetzt aber auch die FAZ und die ZEIT ONLINE eingetreten, aber nicht nur diese! Ich möchte dies an 4 Beispielen beleuchten: Am 23. April erschien in der Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung der Artikel „Sonne statt Stoff“ von Frau Denise Peikert. Am 15. Juni 2016 in der Serie 10 nach 8 in der ZEIT ONLINE der Artikel „Glutenfrei in die Hölle“ von Frau Sabine Kray. Am 7. Mai 2017 der Artikel „Glutenverzicht kann ungesund sein“ ebenfalls in der ZEIT ONLINE. Letzterer Artikel beruft

sich auf eine im BMJ gerade erschienene wissenschaftliche Publikation von Benjamin Lebwohl et al (2017) „Long term gluten consumption in adults without celiac disease and risk of coronary heart disease: prospective cohort study“ BMJ. 2017; 357: j1892. Published online 2017 May 2. doi: 10.1136/bmj.j1892. Am 12.10.2016 erschien in den ON (OSNABRÜCKER NACHRICHTEN) der Artikel: „US-Studie: Kalziumpräparate können krank machen“ von Waltraud Messmann (stellvertretende Themenbereichsleiterin Kultur und Service). Er bezieht sich – ohne weitere Benennung der OriginalLiteratur auf John Anderson von der University of North Carolina, und ist inhaltlich so wahrheitsverzerrend, wie die anderen Beispiele. Schließlich, um Schande und Scham nicht nur über die „Public Press“ zu schütten, ein Artikel Im arznei-telegramm® 2017; Jg. 48, Nr.6 Seite 55 mit dem Titel: „Vitamin-D-Überdosierung durch Nahrungsergänzungsmittel“. Dabei nimmt das arznei-telegramm® für sich in Anspruch: „*neutrale, unabhängige und anzeigenfreie Information für Ärzte... Fakten für die rationale Therapie*“ zu liefern. Schließlich möchte ich mit einigen Anmerkungen zu dem Titel Artikel in der FAZ Sonntagszeitung von 16. Juli 2017 (Nr. 28 D) „Zu viel Zucker, Salz und Fett im Essen“ schließen.

Artikel wie die von Denise Peikert und Sabine Kray, aber auch die reißerischen Titel Stories von Stern, Spiegel und Focus fallen in die Kategorie: demagogisch-ideologische Propaganda. Demagogie kommt aus dem griechischen, und bedeutet Volksverführung. Sie ist im abwertenden Sinne ideologische Hetze. Unter einer Ideologie ist eine „Weltanschauung“ – religiös oder säkular – zu verstehen, deren Vertreter sich auch durch das Vorliegen besserer, im Sinne unserer modernen Medizin, Evidenz (zwingender Erkenntnis, die für sich Wahrheit in Anspruch nehmen kann) nicht überzeugen lassen. Entweder man glaubt, oder aber nicht! Propaganda schließlich, vom lateinischen propagare, ist der gezielte Versuch politische und öffentliche Meinung zu manipulieren.

Allein die Titel dieser Artikel sind Inbegriff einer demagogisch-ideologischen Propaganda. Sie sind reißerisch und unsachlich. Es wird noch nicht einmal der Versuch gemacht, die aufgeworfenen Fragen objektiv zu betrachten - ganz im Gegenteil.

In der Headline des Artikels von Frau Peikert heißt es: „Tausende Deutsche glauben (Anm. des Autors: Ideologie) an Vitamin-D-Mangel zu leiden. Deshalb machen sie Tests und kaufen Pillen. Das freut die Hersteller, kostet die Krankenkassen jede Menge Geld, ist aber sonst völlig unnötig (Anm. des Autors: Propaganda) – und manchmal sogar gefährlich (Anm. des Autors: Demagogie).“

Frau Peikert schreibt dann als Einleitung ihres Artikels: „ Das Wichtigste gleich zu Beginn. Wer an einem schweren Vitamin-D-Mangel leidet, kann auf Dauer ernsthaft krank werden.“ Später zitiert sie einen Allgemeinmediziner, Dr. Appel (bei „Peikert“ nur „Appel“): >> Der Allgemeinmediziner ist nicht der einzige, der von seinen Patienten inzwischen häufig nach Vitamin-D-Tests gefragt wird. Aktuell bezahlen die Krankenkassen nach den Zahlen des Wissenschaftlichen Instituts der AOK etwa eine Millionen Vitamin-D-Tests im Quartal. 2010 waren es noch etwa 250.000 Tests. Eine Vervierfachung also, die die Kassen im Jahr mindestens 73 Millionen Euro kostet. Rasant angestiegen sind die Zahlen nach 2012 – und zwar wegen eines Missverständnisses.<< Als „wissenschaftlichen Experten“ beruft sich Frau Peikert auf „Chefarzt Welte“: >> Chefarzt Welte von der medizinischen Hochschule Hannover gibt seinen Patienten Vitamin D nur streng nach den ärztlichen Leitlinien. Nur dann also, wenn sie bereits an Osteoporose leiden oder ein Medikament mit Cortison

einnehmen. Bei allen anderen, insbesondere zur Vorsorge gegen irgendwas bei gesunden Menschen, fehlen ihm Beweise, dass zusätzliches Vitamin D hilft. << Das ist doch richtig nett von „Chefarzt Welte“. Erst wird so lange gewartet, bis eine schwere chronische Erkrankung eingetreten ist, eine manifeste Osteoporose in diesem Fall, und dann wird nach Lei(t)linie eine Vitamin D Unterdosierung verordnet, die auf jeden Fall wirkungslos bleiben wird. Die WHO hingegen hat schon vor Jahren auf das „drängendste Problem“ der industrialisierten westlichen Länder hingewiesen: die Osteoporose. Statistisch erleidet in Deutschland alle 7 Minuten eine Frau über 50 einen Osteoporose- bedingten Wirbelkörperbruch. Ebenfalls statistisch bleiben davon ca. 90% undiagnostiziert und demzufolge auch unbehandelt. Prävention würde nicht nur viel Leid, sondern auch viel Geld sparen. Eine Beseitigung des in Deutschland epidemischen Vitamin D Mangels wäre zum Beispiel eine solche Maßnahme, und sie wäre vergleichsweise billig. Dies ist allerdings offensichtlich gar nicht erwünscht, berücksichtigt man den oben zitierten Gesetzestext, dann liegt Krankheitsprävention wohl eher nicht auf der „Leitlinie“. Ganz im Gegenteil werden offensichtlich bestehende Ernährungsdefizite, die sich aus der „Mainstream“-Ernährung unserer Bevölkerung ergeben – infolge der ihr zur Verfügung stehenden Nahrungsmittel – nicht nur geleugnet, es wurden darüber hinaus gesetzgeberische Rahmenbedingungen geschaffen, die dazu dienen sollen, darauf noch nicht einmal mehr hinweisen zu dürfen!

Das ein solcher Mangel besteht, ist unter Fachleuten (ob „Chefarzt Welte“ wohl dazu gehört?) unbestritten. Um das nur mit einem Beispiel zu beleuchten, verweise ich auf den Artikel von Hintzpetter B. et al. (2008) „Higher prevalence of vitamin D deficiency is associated with immigrant background among children and adolescents in Germany“. J Nutr. Aug;138(8): 1482-90 PMID: 18641195. Dieser Artikel – international hochrangig publiziert – von Wissenschaftlern des Robert Koch Instituts - zeigt nicht nur einen gravierenden Vitamin D Mangel bei deutschen Kindern und Jugendlichen (ohne und mit Migranten-Hintergrund) auf, er kann auch exemplarisch als Beleg für einen epidemischen, flächendeckenden Vitamin D Mangel in anderen Altersgruppen der deutschen Bevölkerung genommen werden. Es ist unmöglich – die deutsche „abwechslungsreiche Ernährung“ zu Grunde legend - diesen Vitamin Mangel zu vermeiden oder gar auszugleichen. Interessant ist, dass sich das Robert Koch Institut zu diesem Problem in deutscher Sprache und in Deutschland nicht geäußert hat und nicht äußert. Warum?

Frau Peikert polemisiert über ein ernstes Thema, Vitamin D3 Mangel in Deutschland, unter Berufung auf die Internet Seite eines Herrn Frenk, und tut dabei so, als wenn diese Internetseite dafür herangezogen werden kann, ob und wie in Deutschland ein Vitamin D Mangel festgestellt wird. Dass Herr Frenk und sein Internet-Auftritt nicht seriös sein mag (ich habe dies nicht nachgeprüft) ist ein Problem. Aber dann ginge es doch wohl eher darum, zu ergründen, warum sich derart unseriöse Personen / Internet Seiten Gehör verschaffen können, und welche Rolle hierbei die „offizielle“ Medizin und ihre Institutionen spielt? Dann geht es darum – zumindest für eine seriöse Journalistin – die Frage aufzuwerfen, ob und in wie weit die offizielle Medizin im Bereich der orthomolekularen Medizin versagt, und warum das so ist.

Unsachlich polemisiert Frau Peikert selber: >> Vitamin D wird ein positiver Einfluss auf viele Krankheiten nachgesagt, darunter Depressionen, Krebs und Erkältungen. Es gibt Studien, die das jeweils andeuten – allerdings halten sie genaueren oder auch nur wiederholten Überprüfungen nie stand. << Auch das ist Propaganda, und Frau Peikert ist wohl kaum dazu qualifiziert, eine solche Aussage zu machen. Das Wörtchen „NIE“ Frau Peikert, das habe ich einmal gelernt, sollte man „NIE“ verwenden, außer in diesem Satz, zumindest wenn man für

sich Seriosität – wissenschaftliche Seriosität – in Anspruch nehmen will. Ende März 2017 wies die Datenbank PubMed des NIH über 72000 wissenschaftliche Publikationen zum Stichwort „Vitamin D“ auf, darunter 4376 klinische Studien. Wenn es so wäre, wie Frau Peikert die Leserschaft der FAZ glauben machen will, dann gäbe es nicht eine derart große medizinisch-wissenschaftliche Datenbasis, und dann wäre das Gebiet Vitamin D nicht weiterhin eines, mit dem sich derart viele klinische- und Grundlagen-Wissenschaftler nach wie vor beschäftigten.

Frau Peikert hätte sich natürlich die Mühe machen können, wirkliche Vitamin D Experten zu der Frage der Sinnhaftigkeit einer Vitamin D Substitution zu befragen. Zum Beispiel den führenden deutschen Experten Professor Dr. med. Armin Zittermann. Der hat schon 2010 international einen Artikel mit dem Titel: “The estimated benefits of vitamin D for Germany.” Zittermann A (2010) Mol Nutr Food Res. 54(8):1164-1171 publiziert, in dem er zu dem Ergebnis kommt, dass der Vitamin D Mangel in Deutschland Krankheitskosten von circa 37,5 Milliarden Euro jährlich verursacht. Das sind – ebenfalls circa - 514 mal 73 Millionen Euro, die – laut Peikert – die AOK gegenwärtig für Vitamin D Tests ausgibt. Was für ein Missverhältnis! Oder Sie hätte Frau Professor Heike A. Bischof-Ferrari interviewen können, welche am Universitätsspital Basel arbeitet und ebenfalls eine international renommierte Vitamin D Expertin ist ... Aber warum wirkliche „Experten“ zum Thema befragen? Da ist das Risiko differenzierte Antworten zu erhalten, die nicht ins vorgefertigte ideologisch-demagogische Konzept passen, doch viel zu groß! Und schließlich bleibt Frau Peikert auch noch die einfachen Antworten auf die Fragen schuldig, die sie in ihrem Machwerk selber aufruft: Wie – bitte schön – stelle ich (oder „Chefarzt Welte“ oder „Appel“) denn nun fest, ob ein Mensch einen „schweren Vitamin-D-Mangel“ hat? Benutzen diese Herren dafür eine Kristall-Kugel? Oder ein Pendel? Oder messen sie vielleicht auch den Serum-Vitamin D-Spiegel? Der Vitamin D Serum - Spiegel, möchte man Frau Peikert zurufen, ist nun einmal keine „Glaubensfrage“, sondern lässt sich exakt ermitteln. Der Rest dieses infamen Artikels ist genauso gestrickt. Es geht um „Meinungsmache“, um „Verunsicherung“ der Leserschaft, und um Diffamierung aller, die sich entweder auf der Therapeutenseite ernsthaft mit dem Thema „Vitamin D Mangel in Deutschland“ auseinandersetzen, oder derer, die sich – bis jetzt im allgemeinen auf ihre eigene Kosten - diesem Mangel nicht „hingeben“ wollen. Und dies scheint auch noch zu funktionieren, obwohl die Leserschaft ja eigentlich schon zur intellektuell gehobenen Klasse der Deutschen gehört, denn wer liest sonst die FAZ?

Genauso ist auch der Artikel von Frau Kray „gestrickt“. Es wird versucht, das berechtigte Interesse von immer mehr Menschen in Deutschland, sich gesund zu ernähren, lächerlich zu machen. Fragen zur Nahrungsmittelqualität, zur Schadstoffbelastung von Nahrungsmitteln, zur Veränderung der Nahrungsmittelzusammensetzung als Folge von gentechnischen und anderen Züchtungsveränderungen, die in den letzten Jahrzehnten allein von den Gewinninteressen der Nahrungsmittelkonzerne und industrialisierten Großbäckereien diktiert wurden, werden natürlich nicht diskutiert. Dass zum Beispiel in deutschen Industrie-Backwaren inzwischen 80 Zusatzstoffe (maximal 20 davon gleichzeitig) zugelassen sind, und dass auf diese Weise aus „Brot“ Chemiebomben geworden sind, mit erheblichen Auswirkungen auf die Gesundheit einer wachsenden Zahl von Menschen, darauf wird natürlich nicht eingegangen. Dafür werden – ideologisch-demagogisch korrekt – Bücher, wie zum Beispiel das des amerikanischen Arztes Dr. med. William Davis „The wheat belly“, deutsch: Die Weizenwampe, durch den Deck gezogen. Frau Kray behauptet, dass nur 1% der Deutschen an einer Gluten Unverträglichkeit leiden. Das ist falsch! Und es ist – zumindest wenn man Frau Kray nicht eine juvenile Form der Demenz unterstellen will - davon

auszugehen, dass Sie das auch weiß. Etwa 1% der Bevölkerung leidet an Zöliakie. Das ist eine genetisch bedingte Gluten Unverträglichkeit. Ein Mensch mit dieser genetischen Erkrankung, der Gluten isst, wird keine 20 Jahre alt, er stirbt vorher daran, dass er lutenhaltige Nahrungsmittel verzehrt. Das hat nichts damit zu tun, wie viele Menschen in Deutschland inzwischen an einer erworbenen Gluten Unverträglichkeit leiden. Das sind mittlerweile deutlich mehr als 20% der Bevölkerung! Weil das so ist (und nicht nur in Deutschland) hat dies eine neue Industrie hervorgebracht, die Menschen, die davon betroffen sind, mit glutenfreien Produkten *versorgt*. Diese Industrie hätte keine Chance gehabt, wenn es nur ein paar „Spinner“ gäbe, die sich „orthorektisch“ (also „richtig“) ernähren wollen. Frau Kray ist eine infame Lügnerin und betätigt sich (von wem auch immer dafür bezahlt) als ideologisch-demagogische-Propagandistin!

Und wenn man dann schaut, warum ZEIT ONLINE den Artikel von Frau Kray jetzt wieder aufgewärmt hat, mit dem Bezug auf den wissenschaftlichen (?) Artikel von Benjamin Lebwohl et al (2017), dann könnte man wirklich völlig die Fassung verlieren. Da wird basierend auf einer retrospektiven Analyse von Daten aus der Nurses' Health Study von 64714 Frauen und aus der Health Professionals Follow-up Study von 45303 Männern aufgrund von „semiquantitative food frequency questionnaire(s)“ – also halbquantitativen Nahrungsmittelverzehr- Fragebögen aus den Jahren 1986 – 2010, mit der Fragestellung ausgewertet, ob der Glutengehalt in der Ernährung einen epidemiologischen Zusammenhang mit dem Auftreten tödlicher oder nicht tödlicher Herzinfarkte hat. [Die Epidemiologie (von griech. *epi* „auf, über“, *demos* „Volk“, *lógos* „Lehre“) ist jene wissenschaftliche Disziplin, die sich mit der Verbreitung sowie den Ursachen und Folgen von gesundheitsbezogenen Zuständen und Ereignissen in Bevölkerungen oder Populationen beschäftigt.] Bei epidemiologische Untersuchungen kann ein kausaler Zusammenhang nicht bewiesen werden. Es können allenfalls mögliche Ursachen-Wirkungsbeziehungen wahrscheinlich gemacht werden. (Wenn es nicht so traurig wäre, könnte man über einen solchen „wissenschaftlichen“ Artikel lachen. Es ist doch für jeden, Wissenschaftler oder nicht, offensichtlich, dass dieser „kausale“ (also ursächliche) Zusammenhang zwischen Gluten und Herzinfarkt NICHT auf der Hand liegt, und das dies auch keine schon lange drängende wissenschaftliche Frage ist, die der dringenden Beantwortung harrt. Es ist also NICHT verwunderlich, dass es auch keinen ursächlichen Zusammenhang gibt – zwischen Glutengehalt der Ernährung und Herzinfarkt. Dabei wollen wir gar nicht so genau hin schauen, wie solide denn die zu Rate gezogenen Daten wirklich sind. Sie sind ja – immerhin – semiquantitativ! Also – kurz und gut – sie sind es nicht! Diese „wissenschaftliche“ Studie ist eine von vielen, wo nachträglich – zweckentfremdet die Nurses Health Studie (und in diesen Fall auch noch die Health Professionals Follow-up Study), die für ganz andere Fragestellungen konzipiert wurden, als Datenquelle herangezogen werden, um „mal wieder“ eine weitere Publikation zu fabrizieren. Auch die Wissenschaft ist über die Jahre käuflich geworden. Die „Wissenschaftler“ brauchen Drittmittel. Diese werden unter anderen nach Kriterien wie Publikationshäufigkeit vergeben.

Dann machten mich verunsicherte Patienten kürzlich auf den 2016 in den OSNABRÜCKER NACHRICHTEN erschienen Artikel von Frau Waltraud Messmann: „US-Studie: Kalziumpräparate können krank machen“ aufmerksam. Beide waren ziemlich verunsichert, weil sie Kalzium und Magnesium substituierten, und in dem Artikel heißt es: >> Osnabrück. Kalzium galt lange Zeit als völlig ungefährlich und gut für unsere Gesundheit. Jetzt enthüllt eine US-Studie, dass eine kalziumreiche Ernährung zwar eine positive Wirkung auf Knochen, Gefäße und Herz hat. In Form von Nahrungsergänzungsmitteln könne Kalzium aber gesundheitsschädlich sein, das Risiko für Arteriosklerose sogar deutlich erhöhen.<< (Den

Artikel finden Sie unter: <https://www.noz.de/deutschland-welt/gut-zu-wissen/artikel/788967/us-studie-kalziumpraeparate-koennen-krank-machen>) Es wird die Behauptung aufgestellt, dass „natürliches“ Kalzium die Herzinfarktrate um 22% senkt, aber „künstliches“ Kalzium aus Nahrungsergänzungsmitteln die Herzinfarktrate um 27% erhöht. Erstaunlich... Verwiesen wird auf eine Studie von John Anderson. In dem Zeitungsausschnitt, den meine Patienten mir mitbrachten, waren keine weiteren Details zur Quelle dieser erstaunlichen Aussage zu finden. In der Online-Version des Artikels der OSNABRÜCKER NACHRICHTEN, die immer noch verfügbar ist, wird ein Link auf den Namen John Anderson angegeben. Klickt man auf den Link, findet man eine Seite von/mit dem Emeritus Professor (für nutritional health) John Anderson, der einen freundlich anlächelt, und in der headline steht:

October 26, 2012 “Boosting calcium intake, especially from supplements, won’t improve bone mass, according to a study published online Oct. 15 in *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism* (PDF)”. Da ist man dann doch schon das erste Mal irritiert! „Jetzt enthüllt eine US-Studie ...“ Jetzt??? Ist die Verzögerung der Wahrnehmung bei der OSNABRÜCKER NACHRICHTEN (oder Frau Messmann) wirklich so groß ... 4 Jahre??? Klickt man auf den PDF-Link auf der Internet Seite der UNC Gillings School of Public Global Health, wird man zu einem Artikel der im *Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism* am 1. Dezember 2012 publiziert wurde, weitergeleitet: Calcium Intakes and Femoral and Lumbar Bone Density of Elderly U.S. Men and Women: “National Health and Nutrition Examination Survey 2005–2006 Analysis” J. J. B. Anderson, K. J. Roggenkamp and C. M. Suchindran. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, Volume 97, Issue 12, 1 December 2012, Pages 4531–4539, <https://doi.org/10.1210/jc.2012-1407>.

Jetzt ist man das nächste Mal irritiert. Der Artikel, auf den sich die OSNABRÜCKER NACHRICHTEN beruft, beschäftigt sich gar nicht mit Herzinfarkt, sondern mit Osteoporose in älteren (> 70 Jahre) Amerikanerinnen und Amerikanern. Zudem stimmt die von der Zeitung angegebene Zahl der untersuchten Personen (2742 Männer und Frauen ab 45 Jahre) nicht mit den Zahlen im Artikel von Professor John Anderson überein („For 1384 women and men aged 50–70 and 71+ yr ...). Schaut man sich den Artikel genauer an – wer den ganzen Artikel lesen will, kann diesen im Internet bekommen – so findet man in der Einleitung den Satz: >> Scientific support of increased risk of cardiovascular diseases as a result of calcium supplementation has been provided by researchers in Auckland, New Zealand (1, 12, 19), and Kuopio, Finland (20), whereas other investigators in Australia (21) and others state that high intakes of calcium are of no concern for arterial calcification. << Dies macht deutlich, dass es hier einen wissenschaftlichen Streit darüber gibt, ob oder ob nicht Kalzium in höheren Mengen das Arteriosklerose Risiko erhöht, und dass dieser Streit bisher nicht beigelegt ist. Hinzu kommt, dass jeder, der sich mit dieser Thematik beschäftigt, weiß, dass die Publikationen der neuseeländischen Gruppe aus vielen Gründen hoch umstritten sind. Schließlich, was ist hier eine „hohe“ Kalzium Substitution? Eine größer als 2000 mg/d bei Männern und größer 2500 mg/d bei Frauen! Also überhaupt nicht vergleichbar mit

deutschen Verhältnissen. Da die Publikation im Link der OSNABRÜCKER NACHRICHTEN mit dem Artikel der OSNABRÜCKER NACHRICHTEN nicht übereinstimmte, habe ich einen erweiterten Literatur Search gemacht, und wirklich einen Artikel von John Anderson und Philipp Klemmer gefunden: „Risk of High Dietary Calcium for Arterial Calcification in Older Adults (2013) *Nutrients* 5:3964 – 3974; doi:10.3390/nu5103964. In diesem Artikel findet man in der Einleitung den Satz: „Extremely high intakes of calcium, i.e., >2500mg of calcium per day, may result in hypercalcemia and the calcium-alkali syndrome (13). Whether calcium consumption of less than 2500 mg/day contributes to arterial calcification and cardiovascular diseases (CVDs) in the general adult population is not established. ... Recent cross-sectional data from a multiethnic population of older Americans ingesting a broad daily range of calcium failed to show a relationship between high calcium intakes (about 1400mg/day) and coronary artery calcification (6). [Und wen zitiert Herr Professor Anderson hier in Nr. 6? Sich selber! “Unpublished results!"] ... Two recent reports have provided data which failed to support the hypothesis that high calcium intakes increase arterial calcification in two different US populations of older adults (18,19). [und schliesslich in den Schlussfolgerungen] Calcium intakes that consistently exceed the RDA (das sind in den USA inzwischen 1200 mg/d für Männer und 1400 mg/d für Frauen; DGE 1000 mg/d, EU 700 mg/d) of older adults, especially when a substantial amount of the calcium is derived from bolus intakes of calcium supplements, **may** accelerate arterial calcification and raise the risk of cardiovascular events. This risk is much greater in patients with CKD [CKD ist eine chronische Nierenerkrankung] because of their likelihood of calcifying arteries even in the absence of calcium loading. ...”

Ich habe diesem Artikel der OSNABRÜCKER NACHRICHTEN bewusst etwas mehr Raum eingeräumt. Was da, oberflächlich betrachtet, seriös daher zu kommen scheint, ist Fake und ideologisch-demagogische-Propaganda der übelsten Sorte. Es hat nur ein Ziel: zu verunsichern und Schaden zu stiften! Dabei sehen wir einmal davon ab, dass eine tägliche Substitution mit 2500 mg Kalzium so abstrus und extrem ist, dass so etwas vielleicht in den USA einer Diskussion in wissenschaftlichen Artikel würdig ist (für Amerikaner) aber mit der Deutschen Realität eine Schnittmenge von Null hat.

Last not least, die „neutrale“ und „werbefreie“ Information des arznei-telegramm unter dem Titel: „Vitamin-D-Überdosierung durch Nahrungsergänzungsmittel“. Aus dem Artikel: >> Anlässlich des Gesundheitscheck-up 35+ wird bei einer gesunden 60-jährigen Frau der Vitamin-D-Spiegel bestimmt. Der 25-hydroxy-Vitamin-D-Serumwert liegt mit 88ng/ml in einem Bereich (> 50 ng/ml), in dem das Risiko einer Überversorgung und damit gesundheitlicher Schäden besteht (1,2). << Dann wird gegen Vitamin D-haltige Nahrungsergänzungsmittel gehetzt. Der Artikel schließt mit dem Satz (in Bold): >> Wir halten Vitamin-D-haltige Nahrungsergänzungsmittel für überflüssig. Gerade bei hochdosierten Vitamin-D-Tropfen besteht zudem die Gefahr von Überdosierungen. << Es bleibt unklar, wer „Wir“ ist, der Autor dieses Machwerks bleibt sinnvollerweise anonym, dafür ist allerdings klar, dass der Autor wenig, um nicht zu sagen keine Ahnung von dem hat, worüber er

schreibt! Zum Beispiel weiß er offensichtlich nicht, dass bei einer Mehrzahl deutscher Labore der Referenzbereich für 25-hydroxy-Vitamin-D3 30 – 100 ng/ml Serum beträgt. Die genannte Patientin befindet sich also mit einem Serum Wert von 88 ng/ml im oberen Referenzbereich. Auch kennt der anonyme Autor offensichtlich nicht die immer noch wegweisende Arbeit von JN Hathcock, A Shao, R Vieth und R Heaney „Risk assessment for VitaminD“ (2007) Am J Clin Nutr 85:6-18. Ich zitiere aus dem Abstract: „Collectively, the absence of toxicity in trials conducted in healthy adults that used vitamin D dose \geq 250 μ g/g (10000 IU vitamin D3) supports the confident selection of this value as the UL.“ (UL = tolerable upper intake level; der Autor) Im Detail ergibt die Literatur Auswertung der Autoren in diesem Artikel einen NOAEL (no observed adverse effect level) von 30000 IU Vitamin D3 pro Tag und eine obere Serum 25-hydroxy-Vitamin-D Konzentration von 200 ng/ml! Das sind harte wissenschaftliche Daten die in dem arznei-telegramm Artikel fehlen! Warum? Zusammenfassend drängt sich der Eindruck auf, dass der anonyme Autor keinen blassen Schimmer hat, worüber er schreibt (und das ist, in dubio pro reo, eine freundliche Annahme), und „wir“ gibt ein Glaubensbekenntnis ab („Wir halten...“). Glauben ist grundsätzlich in einem pluralistischen demokratischen Staat frei. In diesem Kontext allerdings ist „Glauben“ nichts anderes als Ideologie. Somit ist auch dieser Artikel nichts anderes als ideologisch-demagogische-Propaganda.

Angesichts derartiger Artikel, und Fernsehsendungen in ARD und ZDF und so weiter, bei denen zum Beispiel in den Sendungen des „Wissenschafts-Magazins Nano“ Kinder einen Monat lang mit Teigwaren und Süßigkeiten gefüttert werden, aber immerhin noch einen Apfel pro Woche zum Essen bekommen, nur damit der Wissenschaftsmagazin-Moderator dann der staunenden Öffentlichkeit erzählt, dass mit dieser Ernährung die Vitamin- und Mineralstoffbedürfnisse eines Kindes vollständig genüge getan wird, oder Fernsehsendungen des „beliebtesten Fernsehartztes Deutschlands“ Herrn von Hirschhausen, der sich – bar jeder Ahnung – dafür aber völlig skrupellos, entblöndend, und öffentlich gegen z.B. die PSA-Bestimmung polemisiert, stellen sich gleich mehrere Fragen:

1. Wem nützen solche Sendungen und Artikel?
2. Wer gibt sie in Auftrag und bezahlt dafür wahrscheinlich erhebliche Summen?
3. Wo bleibt die Aufsichtspflicht öffentlich rechtlicher Medien, und der journalistische Anstand von ehemals ernst zu nehmenden Zeitungen wie der FAZ, der Zeit, von Stern, Spiegel und Focus, die doch von sich behaupten, sie hätten eine Wissenschaftsredaktion?
4. Warum geben sich Wissenschaftler für derart schwachsinnige „Studien“ her?

Nun, zumindest eine mögliche Antwort auf diese Fragen ist die, dass in unseren postfaktischen, neo-kapitalistischen, globalisierten Zeiten Gesundheit eben leider keine einträgliche „Handelsware“ mehr ist, chronische Erkrankung dagegen schon. Immerhin ist alleine in Deutschland unsere Krankheitsindustrie mit einem Umsatz von jetzt ca. 320 Milliarden Euro pro Jahr nicht nur unsere größte Industrie, sondern auch unser größter Arbeitgeber. Jeder 7. Arbeitsplatz wird hier zur Verfügung gestellt. Unter diesem Gesichtspunkt sind natürlich Zeitungsartikel wie die hier besprochenen und Fernsehsendungen zur besten Sendezeit, wie auch äußerst fragwürdige „wissenschaftliche“ Publikationen nicht nur erwünscht, sondern geradezu eine „konditio sine qua non“.

Zum Abschluss, sozusagen kurz vor der Bundestagswahl, noch einige Anmerkungen zu dem FAZ Sonntagszeitung Artikel vom 16. Juli 2017 mit dem Titel: „Zu viel Zucker, Salz und Fett im

Essen“ (Untertitel: Aber was tun? Die Union setzt auf freiwillige Lösungen der Hersteller. Die SPD und Grüne wollen mit einer Ampel Druck machen) Zuerst einmal möchte ich sagen, dass ich mich über diesen Artikel gefreut habe. Er hat grundsätzlich auf ein riesiges Problem in unserer Gesellschaft hingewiesen: >> Jeder vierte Deutsche ist fettleibig, mit einem Body-Mass-Index über 30 und damit anfälliger für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs und für Typ-2-Diabetes. Schon jeder zehnte Deutsche ist Diabetiker. Jährlich kommen eine halbe Million Neuerkrankungen (das hätte Neudiagnosen heißen müssen!) dazu, darunter immer mehr Kinder. Deshalb will die Bundesregierung kommende Woche eine „nationale Strategie“ zur Verminderung von Zucker, Fetten und Salz in Fertigprodukten beschließen. << Ob die Bundesregierung etwas getan hat, entzieht sich meiner Kenntnis. Ich bezweifle das auch. Denn es heißt weiter: >> Verpflichten will der verantwortliche Ernährungsminister Christian Schmidt aber niemanden: „Es muss sich über den Markt und den Geschmack entwickeln“, sagt der CSU-Politiker. „Es helfen die gesündesten Brötchen nichts, wenn sie nicht gekauft werden.“ << Um NICHTS tun zu müssen, hat das Gesundheitsministerium eine neue Diabetes-Studie in Auftrag gegeben. Warum? Was soll dabei noch Neues herauskommen? Aber ... solange muss natürlich nichts getan werden. Um Dickmacher kenntlich zu machen, setzen SPD, Grüne und Linke auf die Lebensmittelampel. Das ist doch mal etwas. Die Lebensmittelampel ist bisher von der Industrie mit einem Aufwand von immerhin 1 Milliarde € verhindert worden. Daten und Fakten dazu lassen sich einfach aus dem Netz ziehen. Es ist nicht weiter verwunderlich, dass die Union von der Lebensmittelampel nichts hält. Die stellvertretende Fraktionsvorsitzende Gitta Connemann sagt: „Mit der Ampel wird dem Verbraucher etwas suggeriert, was dieses Instrument nicht halten kann.“ Die Politik solle die Bürger nicht unterschätzen, so Connemann. „Sie wollen nicht bevormundet werden. Die, die sich ungesund ernähren wollen, werden das auch mit der Ampel tun.“

Bravo Frau Connemann! Gut gebrüllt! Warum haben wir jetzt eigentlich diese hässlichen Bilder von Krebs und absterbenden Gliedmaßen auf Zigarettenpackungen Frau Connemann? Könnte es sein, Frau Connemann, dass die Zigarettenindustrie Sie nicht in gleicher Weise oder gleich nachdrücklich davon „überzeugt“ hat, gegen die Interessen Ihrer Wähler und der deutschen Bevölkerung im Allgemeinen, Ihre politische Macht zu missbrauchen wie die Nahrungsmittelindustrie? Zahlen die mehr, Frau Connemann? Kann es sein, dass Ihnen, Frau Connemann, entgangen ist, dass die Aufdrucke auf Zigarettenpackungen merkbare Erfolge zeigen? Wohl eher nicht. Sie gehören zum großen Heer der politischen „Steigbügelhalter“ von mächtigen Industrieinteressen, die sich – verantwortungs- und skrupellos – einen Dreck um die Gesundheit der Bevölkerung scheren, und im Umkehrschluss die sich aus diesem Verhalten resultierenden exorbitanten Kosten (Krankheitskosten) wieder dieser Gesellschaft überlassen.

Am 2. und 3. September findet in Berlin die 2. Paleo Convention statt. Die Paleo-Bewegung geht wahrscheinlich auf einen wegweisenden Übersichtsartikel des kanadischen Ernährungswissenschaftlers Lorain Cordain zurück: „Origins and evolution of the Western diet: health implications for the 21st century.“ [Cordain L](#), [Eaton SB](#), [Sebastian A](#), [Mann N](#), [Lindeberg S](#), [Watkins BA](#), [O'Keefe JH](#), [Brand-Miller J](#) (2005) [Am J Clin Nutr.](#) 2005 Feb;81(2):341-54. Der Übersichtsartikel von Cordain und Kollegen machte 2005 erstmals in sehr eloquenter Weise auf die in unserer gegenwärtigen westlichen Main Stream Ernährung inhärenten Gesundheitsprobleme aufmerksam. Man kann sicherlich über einiges in der „Paleo Bewegung“ diskutieren, nicht aber über deren grundsätzlichen Sinn, und die ebenso grundsätzliche Notwendigkeit eines radikalen Umsteuerns in der Ernährungspolitik

westlicher Industrieländer. Einen Besuch der Paleo Convention in Berlin kann ich nur allen, die die Zeit dazu haben, empfehlen.

Allen, die meinen kleinen Aufsatz lesen, wünsche ich keinen allzu hohen Blutdruck, aber dafür den Mut, endlich selber Initiative zu ergreifen. Zu hoffen, dass sich die Dinge positiv (von oben) verändern werden ist müßig und unangebracht. Positiv- im Sinne einer Verbesserung präventiver Medizin und eines gesünderen Nahrungsmittel Angebots - wird sich nur etwas verändern, wenn Druck von „unten“ kommt, also von den Bürgern, die gleichzeitig Wähler, Steuerzahler, und Krankenversicherungszahler sind.

Von mir werden in Kürze zwei Artikel zur Vitamin B1, B2, und B6 Versorgung erscheinen, der eine bei OM&Ernährung, der andere – zum gleichen Thema – in der Zeitschrift des NEM Verbandes, des größten europäischen Verbands von Unternehmen der Nahrungsergänzungsmittel Industrie. Ich darf so viel verraten, dass die Daten von 309 Patienten eine dramatische Mangelversorgung aufzeigen.

Ich verbleibe mit freundlichen Grüßen,

Ihr

Dr.med. Dipl. Biol. Bernd-Michael Löffler