

„Kontraproduktive Wirkungsweise kann brandgefährlich sein“

Im Interview mit Georg-Kurt Malchar, Vertriebsexperte für Naturprodukte

Georg-Kurt Malchar ist Entwickler, Hersteller und Vertreiber eines „All in One“-Nahrungsergänzungsproduktes und beschäftigt sich in enger Zusammenarbeit mit Ärzten und Wissenschaftlern sehr intensiv mit Nahrungsergänzung, die ausschließlich aus der Natur kommt. Network-Karriere-Herausgeber Bernd Seitz hat sich mit Georg-Kurt Malchar über die SWR-TV-Sendung „Die Vitaminfalle“ unterhalten.

Network-Karriere: Herr Malchar, Sie haben diese Sendung gesehen, was sagen Sie zu dieser allgemeinen Schelte für Vitaminpräparate, Antioxidantien und Nahrungsergänzungsmittel?

Malchar: Zuerst einmal war ich über die Verallgemeinerung einer ganzen, äußerst erfolgreichen Produktgattung geschockt. Schließlich nehmen weltweit wohl Millionen Menschen regelmäßig Nahrungsergänzungsmittel zu sich und fühlen sich dabei gut, sonst würden sie dafür kein Geld ausgeben.

Dann habe ich diesen Bericht noch einmal, ja sogar mehrmals angeschaut. Erst dann entdeckte ich den eigentlichen Kern der Botschaft: Gewarnt wird aus meiner Sicht nicht generell vor natürlichen Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln, sondern vor deren Missbrauch. Der Missbrauch ist immer dann gegeben, wenn wir, was auch immer, in wesentlich erhöhten, ja unsinnigen Dosierungen zu uns nehmen.



„Wir benötigen heutzutage viel mehr Vitalstoffe als früher“, erklärt Malchar.

NK: Ihre Betonung lag eben bei natürlichen Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln und bei der richtigen Dosierung. Könnten Sie das bitte konkretisieren?

Malchar: Deutschland, Europa, ja die ganze Welt wird mit einer Vielzahl von sogenannten Wundervitaminen und als Nahrungsergänzungsmittel deklarierte Panschereien überschwemmt, von denen oft nicht einmal der Hersteller die genauen Zusammensetzungen und deren mögliche kontraproduktiven Wirkungsweisen sagen kann, geschweige denn auf die Verpackung schreibt. Das ist für die Verbraucher brandgefährlich und ich bin voll auf der Schiene der Fernsehleute, wenn sie vor solch dubiosen Produkten warnen.

Vielleicht hätte man für die nicht im Thema befindlichen Zuschauer die Unterscheidung zwischen ungeprüft eingeschleusten Produkten und den Produkten, die vielfache Kontrollen durch unterschiedliche Behördeninstanzen durchlaufen, etwas näher erläutern sollen. Produkte, die nicht aus dem Chemielabor, sondern „direkt aus der Natur“ kommen, wie man so schön sagt, und vielfach auf ihre Wirksam- und Verträglichkeit getestet wurden, sind von ungeprüft eingeschleusten natürlich zu unterscheiden. Die Natur macht nichts falsch.

NK: Es ist wohl richtig, dass die Natur grundsätzlich nichts falsch macht, kann man ein Produkt, das ausschließlich Stoffe aus der Natur enthält, dennoch überdosieren?

Malchar: Grundsätzlich kann man alles überdosieren. Ein Viertel Wein soll dem Körper bekanntlich gut tun, was man von sechs Vierteln nicht sagen kann. So gibt es unzählige Beispiele. Neulich habe ich gelesen, dass Jugendliche ein „Wettsaufen mit purem Leitungswasser“ veranstaltet haben, mit der Folge, dass ein Mädchen durch eine Störung der Gehirnfunktion starb. Allzu viel ist also in den meisten Fällen ➤

ungesund. Das gilt wohl für alle Bereiche des Lebens gleichermaßen. Im Übrigen sollte man dem Verbraucher schon soviel Mündigkeit zutrauen, dass er die Verzehranleitungen lesen kann und sich auch daran hält.

NK: Man kann ja davon ausgehen, dass wir uns in unseren Breiten-graden schon einigermaßen gut und gesund ernähren. Schließlich haben wir doch an Lebensmitteln alles, was das Herz und der Körper begehrt. Warum brauchen wir dann noch zusätzlich Vitaminpräparate und Nahrungsergänzungsmittel?



Georg-Kurt Malchar

Malchar: Nun, unsere Obst- und Gemüseregale sind sicherlich übertoll und die Menschen versuchen auch, sich gesund und ausgewogen zu ernähren. Doch weit über die Hälfte von uns erreicht zum Beispiel nach einer Untersuchung des Robert-Koch-Instituts nicht die erforderlichen Referenzwerte der Vitamine Folsäure, D und E.

Zudem benötigen wir heute viel mehr Vitalstoffe als früher. Nikotin, Stress, Umweltgifte, Alkohol und Medikamente entpuppen sich als Vitalstoff-Räuber. Wir konsumieren zu viele industriell verarbeitete Lebensmittel, die zwar reich an Fetten, Eiweiß, Kohlenhydraten, Salz und Zucker sind, jedoch arm an Vitalstoffen. Viele unserer Lebensmittel enthalten heutzutage durch geänderte Anbauweisen, frühe Ernten und lange Transportwege nicht mehr so viele Vitalstoffe wie früher.

Da ist es eigentlich unabdingbar, den Körper mit allen zur Verfügung stehenden natürlichen Hilfstruppen zu unterstützen.

NK: Herr Malchar, wir kommen zum Schluss, Sie haben das letzte Wort:

Malchar: Wir alle können es uns nicht leisten, ganz gleich in welchem Alter, unseren Körper und unseren Geist zu vernachlässigen. Über den Wert und die Sinnhaftigkeit zusätzlicher natürlicher Vitamine und Nahrungsergänzung braucht man also nicht zu diskutieren. Nahrungsergänzung nimmt immer mehr an Bedeutung zu und wird schon in naher Zukunft so wichtig sein wie das tägliche Brot. ☺