

## Aspartam kontra Stevia

### Aspartam - süßes Gift

Würden sie freiwillig ein Glas Methanol oder Formalin trinken? Ich bin mir ziemlich sicher, daß sie das nicht tun werden. Warum? Blöde Frage: weil es zum sofortigen Tod führt! Trinken sie stattdessen lieber eine Coke-Light oder kauen sie ein Orbit ohne Zucker? Geben sie ihren Kindern wegen der Karies-Gefahr lieber eine Coke-Light statt einer normalen Cola? Im allgemeinen verursachen Nahrungsmittelzusätze keine Hirnschäden, Kopfschmerzen, der Multiplen Sklerose (MS) ähnliche Symptome, Epilepsie, Parkinson'sche Krankheit, Alzheimer, Stimmungswechsel, Hautwucherungen, Blindheit, Hirntumore, Umnachtung und Depressionen oder beschädigen das Kurzzeitgedächtnis oder die Intelligenz. Aspartam verursacht das und noch ca. 90 weitere, durch Langzeituntersuchungen bestätigte Symptome. Sie glauben mir nicht? Lesen sie weiter!

Aspartam, auch bekannt als Nutra-Sweet, Equal, Spoonfull, Canderel, Sanecta oder einfach E951 ist ein sogenannter Zuckerersatzstoff (E950-999). Die chemische Bezeichnung lautet «L-Aspartyl-L-Phenylalaninmethylester».

Aspartam besitzt die 200-fache Süßkraft von Zucker und hat 4 kcal/g (16,8 kJ/g). Nicht nur bei Diabetikern, sondern auch bei Körperbewußten beliebt wegen seines im Vergleich zu Saccharin oder Cyclamat sehr natürlichen «Zucker»-Geschmacks ist Aspartam in mehr als 90 Ländern (seit das Patent der Firma «Monsanto» bzw. der Tochterfirma «Kelco» ausgelaufen ist) weltweit in mehr als 9000 Produkten enthalten.

Aspartam ist ein sog. Dipeptidester der beiden Aminosäuren L-Asparaginsäure und L-Phenylalanin. Beide Aminosäuren werden mittels Mikroorganismen hergestellt; die amerikanische Firma G.D. Searle & Co., Tochterfirma des Chemiegiganten Monsanto, soll ein Verfahren entwickelt haben, um Phenylalanin durch genmanipulierte Bakterien preisgünstiger produzieren zu lassen. Auch die Hoechst AG besitzt angeblich Patente dafür (Quelle: G. Spelsberg, Essen aus dem Genlabor, Verlag Die Werkstatt, 1993).

Das Problem mit Aspartam ist nun, daß es im menschlichen Körper wieder in seine Grundsubstanzen Asparaginsäure (40%), Phenylalanin (50%) sowie Methanol (10%) zerfällt:

Phenylalanin ist für Menschen, die unter der angeborenen Stoffwechselkrankheit Phenylketonurie (PKU) leiden, sehr gefährlich. Durch einen Mangel oder Defekt an dem körpereigenen Enzym Phe-

nylalaninhydroxylase, welches Phenylalanin (das auch im Körper vorkommt) in Tyrosin umwandelt, häuft sich Phenylalanin im Körper an und wird von ihm in Phenylbrenztraubensäure umgewandelt. Die Folgen sind u.a. verkümmertes Wachstum und «Schwachsinn». Deshalb müssen Lebensmittel mit Aspartam mit dem Hinweis «enthält Phenylalanin» versehen sein. Außerdem verursacht ein erhöhter Phenylalanin Gehalt im Blut einen verringerten Serotoninspiegel im Hirn, der zu emotionellen Störungen wie z.B. Depressionen führen kann. Besonders gefährlich ist ein zu geringer Serotoninspiegel für Ungeborene und Kleinkinder. In einer eidesstattlichen Erklärung vor dem US-Kongress hat Dr. Louis J. Elsas außerdem gezeigt, daß Phenylalanin von Nagetieren (auf denen die Untersuchungen des Herstellers Monsanto beruhen) weit besser abgebaut wird als von Menschen.

Asparaginsäure ist noch gefährlicher. Dr. Russel L. Blaylock von der Medizinischen Universität von Mississippi hat mit Bezug auf über 500 wissenschaftliche Referenzen festgestellt, daß drastisch hohe Mengen freier ungebundener Aminosäuren wie Aspartamsäure oder Glutaminsäure (aus der übrigens Mononatrium-Glutamat zu 90% besteht) schwere chronische neurologische Störungen und eine Vielzahl andere akute Symptome verursacht. Normalerweise verhindert die sogenannte Blut-Hirn-Barriere (BBB) einen erhöhten Aspartam- und Glutamat-Spiegel genauso wie andere hohe Konzentrationen von Giften in der Versorgung des Hirns mit Blut. Diese ist jedoch erstens im Kindesalter noch nicht voll entwickelt, zweitens schützt sie nicht alle Teile des Gehirns, drittens wird die BBB von einigen chronischen oder akuten Zuständen beschädigt und viertens wird sie durch extremen Gebrauch von Aspartam und Glutamat quasi überflutet.

Das beginnt langsam, die Neuronen zu beschädigen. Mehr als 75% der Hirnzellen werden geschädigt, bevor klinische Symptome folgender Krankheiten auftreten: MS, ALS, Gedächtnisverlust, hormonelle Probleme, Verlust der Hörvermögens, Epilepsie, Alzheimer, Parkinson, Hypoglykämie u.a.. Ich bin kein Arzt und besitze keine medizinische Bildung, aber ich wünsche niemandem auch nur ein einziges dieser furchtbaren Leiden. Der Hersteller Monsanto und die offiziellen Behörden der meisten Länder schweigen sich darüber aus oder präsentieren Forschungsergebnisse, die das genaue Gegenteil behaupten. Eigentlich kann einem da nur schlecht werden.

Methanol (auch Holzalkohol genannt, chemisch Methylalkohol) ist mindestens genauso gefährlich. Schon geringe Mengen Methanol, über einen größeren Zeitraum eingenommen, akkumulieren sich im Körper und schädigen alle Nerven, ganz besonders die sehr empfindlichen Sehnerven und die Hirnzellen. In normalen alkoholischen Getränken, die ebenfalls Methanol enthalten, wirkt der Ethylalkohol dem Methylalkohol teilweise entgegen und schwächt seine Wirkungen ab. Nicht in Aspartam!

Methanol wird aus Aspartam freigesetzt, wenn es mit dem Enzym Chymotrypsin zusammentrifft. Die Absorption von Methanol durch den Körper wird noch beschleunigt, wenn dem Körper freies ungebundenes Methanol zugeführt wird. Methanol wird aus Aspartam auch frei, wenn man es über 30°C (86°F) erhitzt. Aspartam zerfällt dann in all seine guten Bestandteile (s.o.). Also lassen sie sich die warme Coke-Light das nächste mal schmecken. Nein; im Ernst: 1993 hat die FDA (Food and Drug Administration, USA) den Gebrauch von Aspartam für Lebensmittel freigegeben, die über 30°C erhitzt werden. Unglaublich, aber wahr!

Es gibt auch Hypothesen, die das sog. Golfkriegs-Syndrom (GWI - Gulf War Illness), mit dem viele US-Soldaten nach Hause gekommen sind, auf überhitzt gelagerte Coke-Light-Dosen zurückzuführen sind, die (in extremen Mengen) den Soldaten den Aufenthalt in der Wüste erträglich machen sollten.

Methanol wird übrigens vom Körper durchaus abgebaut, nämlich zu Formaldehyd (Formalin, chemisch Methanal) und Ameisensäure (chemisch Methansäure). Formalin ist ein tödliches Nervengift und wird vom Körper angesammelt und nicht abgebaut. Aber machen sie sich keine Sorgen: die Mengen Formalin, die ihre Spanplatten-schränke und -regale abgeben, sind winzig im Vergleich zu den Mengen eines Dauerkonsums von Aspartam. Auch Ameisensäure ist für den Menschen extrem giftig, wenn es sich im Blutkreislauf befindet.

Noch mal zum nachrechnen: Der ADI (Acceptable Daily Intake - Tägliche akzeptable Dosis) von Methanol ist 7,8 mg/Tag. Ein Liter mit Aspartam gesüßtes Getränk

## Stevia, eine gesunde Alternative zu Zucker

Aber aus der Pflanzenwelt gibt es Hilfe, die sogenannte Stevia-Pflanze. Dies ist eine südamerikanische Pflanze, die ebenso süß wie gesund ist. Die Indios in Südamerika kennen sie seit über 1500 Jahren und benutzen sie zum Süßen. Sie ist 300 mal süßer als Rohrzucker, beinhaltet keine Kalorien, schadet den Zähnen nicht und schmeckt ähnlich wie Süßholz, nur ohne den holzigen Nebengeschmack. Wissenschaftliche Untersuchungen in den USA haben gezeigt, dass Stevia hilft, sowohl zu hohem, als auch zu niedrigem Blutzucker zu regulieren. Es erhöht die energetische und mentale Aufmerksamkeit, senkt Bluthochdruck und hemmt das Wachstum einiger Bakterien und Infektionen, so zum Beispiel auch jener Bakterien, die Zahn- und Zahnfleischverfall bewirken. Einige Daueranwender von Stevia meinen gar, dass es die Haut glättet und Falten abschwächt.

Stevia gibt es als flüssigen Kräuterextrakt, von dem man mit 3 Tropfen jede Tasse Tee schon hoffnungslos über-

enthält ca. 56 mg Methanol. «Vieltrinker» kommen so auf eine Tagesdosis von 250 mg. Das ist die 32-fache Menge des empfohlenen Grenzwertes!

Symptome einer Methanol-Vergiftung sind: Kopfschmerzen, Ohrensausen, Übelkeit, Beschwerden des Verdauungstraktes, Müdigkeit, Vertigo, Gedächtnislücken, Taubheit und reißende Schmerzen in den Extremitäten, Verhaltensstörungen und Neuritis. Die bekanntesten Symptome sind aber verschwommenes Sehen, fortgeschrittene Einengung des Gesichtsfeldes, Zerstörung der Netzhaut und Blindheit. Formaldehyd ist krebserregend und verursacht Zerstörung der Netzhaut, Störungen bei der DNA-Replikation und Geburtsfehler. Durch ein Fehlen von verschiedenen Schlüsselenzymen ist die Wirkung bei Menschen wesentlich stärker als bei anderen Säugetieren. Was wiederum die Tauglichkeit von Tierexperimenten in Frage stellt, die vom Konzern angestellt wurden.

Diketeropiperazin (DKP) ist ein Beiprodukt, das bei der Erhitzung und dem Abbau von Aspartam entsteht und in Verbindung gebracht wird mit Hirntumor.

Kein Kommentar. Jetzt taucht bei ihnen natürlich die Frage auf, warum das nicht allgemein bekannt ist! Dafür gibt es sicherlich zwei Gründe: erstens tauchen solche Meldungen nicht in der Tagespresse auf wie zum Beispiel Flugzeugabstürze und zweitens verbinden die meisten Menschen ihre Beschwerden nicht mit ihrem langandauernden Aspartam-Konsum. Die Freigabe von Aspartam als Nahrungsmittelzusatz und Zuckersersatz durch die FDA (Food and Drug Administration, USA) ist ein Beispiel für die Verbindung von Großkonzernen wie Monsanto und den Regierungsbehörden sowie der Überflutung der wissenschaftlichen Gemeinde mit gewollt falschen Informationen und Desinformationen. Es liegen Beweise vor, die bestätigen, daß Labortests gefälscht worden sind, Tumore von Versuchstieren entfernt worden sind und offizielle Behörden bewußt falsch informiert wurden.

P.S: Aspartam stand bis Mitte der 70er Jahre auf einer CIA-Liste als potentielles Mittel zu biochemischen Kriegführung.

süßt hat. Oder als Pulver, das aber noch konzentrierter ist. Eine ganz kleine Messerspitze genügt für eine ganze Kanne Tee. Warum wird sie hierzulande nicht angeboten? Wegen der Aspartam-Industrie, die sich die mühsam erarbeiteten Pfründe nicht nehmen lassen will. Sie hat bei der EU durchbekommen, dass Präparate aus Stevia hierzulande nicht als Lebensmittel verkauft werden dürfen. Da das Produkt aber auch als «Blütenfrisch» bei einigen ausgewählten Bioversandhäusern zu haben ist, können Sie es sich trotzdem beschaffen. In der Schweiz und in Österreich sind Stevia-Produkte zum Teil in Reformhäusern erhältlich. Außerdem können die Pflanzen ganz einfach auch hierzulande angepflanzt werden. Das Verbreiten solcher Informationen und Produkte beispielsweise in Kindergärten und Schulen ist etwas, was der Gesundheit der Zähne und der «ganzen» Kinder gut tun würde. In Japan soll Stevia bereits 50% des gesamten Süßmittelmärktes einnehmen.