

Aluminium – Gefahr im Alltag

Liebe Patientinnen und Patienten, liebe Freunde und Freundinnen,

mit dieser Rundmail möchte ich Sie auf eine Gefahr für Ihre Gesundheit aufmerksam machen, die sich in unseren Alltag, in Medikamente und Naturheilmittel eingeschlichen hat.

Die Rede ist von Aluminium.

Aluminium ist für unseren Körper und unser Gehirn sehr schädlich und verursacht eine schleichende Vergiftung. Am Ende kann Brustkrebs, Lymphknoten-Krebs, Alzheimer und vieles mehr stehen ... also wirklich sehr gefährlich !!!

Wie kommt Aluminium eigentlich in unseren Körper?

Zum einen nehmen Lebensmittel Aluminium z. B. über Aluschalen, Grill-Unterlagen etc. auf.



Dabei gilt: Je fetter und wärmer das Lebensmittel, umso mehr erfolgt die Aufnahme.

D. h., kein Grillen auf Aluschalen, keinen Leberkäse und keinen Fisch in Aluschalen backen und natürlich auch nichts in Alufolie garen.

Leider ist Aluminium auch in etlichen Medikamenten, z. B. Magensäureblockern und Halstabletten, enthalten.

Trinkwasser darf in der EU einen **Aluminiumgehalt von höchstens 0,2 Milligramm pro Liter Wasser** aufweisen - und das zu recht. Wird dieser Wert überschritten, gilt das Wasser als "gesundheitsgefährdend" und darf nicht ausgeliefert werden. Bei Medikamenten gelten diese Bedenken offenbar leider nicht.

Zahlreiche Lutschtabletten gegen Halsschmerzen enthalten als Wirkstoff Alaun bzw. Aluminiumkaliumsulfat. Alaun verbindet sich mit den Zellen der Haut und übt eine adstringierende (zusammenziehende) Wirkung aus. Man bekommt in der Folge ein "taubes Gefühl" im Hals, was als schmerzlindernd empfunden wird.

In einer Tablette sind - **je nach Präparat - ein bis zwei Milligramm dieser toxischen Metallverbindungen**. Diese Medikamente sind meist rezeptfrei in der Apotheke, in Drogerien oder auch über Internet erhältlich. Die Gebrauchsanweisungen enthalten keinerlei Warnhinweise. Dies nur als ein Beispiel.

Leider macht das Thema vor der Naturheilkunde nicht Halt.

Die oft empfohlene Heilerde ist, wenn man sich genauer interessiert, eine Aluminiumerde. Auch Zeolith, das zur Zeit oft empfohlen wird, enthält Aluminiumverbindungen. In beiden Fällen wird dies auf den Verpackungen nicht angegeben (Wikipedia: Heilerde und Wikipedia: Zeolith. Hier finden sich jeweils chemische Analysen.)

Eine weitere Aluminiumquelle sind Deos. Hier hat sich glücklicherweise durch Veränderung des Verbraucherwissens und -verhaltens einiges geändert. Aluminiumverbindungen wurden

aus vielen Deos entfernt. Trotzdem Achtung ! Es ist festzustellen, dass das Wissen um die Gefahr durch Deos nicht bei allen mehr präsent ist.

Auch hier gibt es von „Bio“-Seite eine Gefahr. Es werden sogenannte „Kristalle“ als Deos in Kosmetikabteilungen von Naturkostläden verkauft. Bei näherer Betrachtung versteckt sich hinter der Packungsangabe „Alaunstein“ eine natürliche Aluminiumverbindung (Wikipedia: Alaunstein – chemische Analyse).

Am besten Beipackzettel lesen, nach allen Seiten wachsam sein und alle Aluminium-Verbindungen möglichst komplett vermeiden !

Demnächst mehr darüber.

Passen Sie gut auf sich auf !

Ihre Ute Wöhlert

Buchtipps:

Bert Ehgartner: Gesund ohne Aluminium – Alu-Fallen erkennen – Schwere Krankheiten vermeiden. Ennsthaler Verlag 2. korr. Auflage 2014

<http://www.al-ex.org>

<http://www.al-ex.org/al-ex-news/65-aluminiumkur-gegen-halsschmerzen.html>

<http://www.al-ex.org/al-ex-news/64-aluminium-und-brustkrebs-verdacht-erhaertet.html>

<http://www.al-ex.org/al-ex-news/63-enorme-aluminium-belastung-im-kantinen-essen.html>

<http://www.al-ex.org/al-ex-news/62-aluminium-im-alzheimer-hirn.html>