

Es gibt einen Bereich von Tierversuchen, über den wenig gesprochen wird, der jedoch sehr weitreichend ist: Die Ernährung. Die derzeitigen Praktiken im Hinblick auf die menschliche Ernährung, basieren im hohen Masse auf Tierversuchen. An Mäusen, Ratten und anderen Tieren überprüft man die Auswirkungen einzelner Nährstoffe, Diäten und Nahrungsmittel im Hinblick auf die Bedarfsdeckung und der Auswirkung auf Gesundheit und Sicherheit. Doch im Gegensatz zu chemischen Substanzen, die obligatorisch am Menschen getestet werden müssen, bevor sie vermarktet werden, besteht die Gefahr, dass ernährungswissenschaftlichen Kenntnisse, die direkt auf den Menschen übertragen werden, **sich als potenziell schädlich erweisen, das man aber erst viel später erkennt.**

Ein Beispiel für alle: Das letzte Jahrhundert erzeugte ein Mythos über die sogenannten "hochwertigen Proteine", ein Begriff, mit dem unzeitgemässe Ernährungsberater Proteine darlegen, die in einigen tierischen Produkten enthalten sind, wie Milch, Eier und Fleisch.

Woher stammt diese Überzeugung? Aus Studien, die im Jahr 1919 an heranwachsenden Ratten durchgeführt wurden. In diesen Studien, haben die Forscher einen Indikator, namens PER (Protein Efficiency Ratio) ermittelt, der die Gewichtszunahme durch die Einnahme einer bestimmten Proteinart in der Zeiteinheit mass. Diese Methode, die seitens der wissenschaftlichen Gemeinschaft stark kritisiert wurde, weist mindestens drei Mängel auf:

Als Bezugspunkt fungierte ein Tier (eine Ratte), das anders ist als ein Mensch. Die Studie fand mit heranwachsenden Ratten statt (mit der Schwierigkeit die Datenauf erwachsene Menschen zu übertragen. Individuen in der Wachstumsphase haben einen anderen Stoffwechsel und auch eine andere Bedarfsdeckung. Es wird zudem auch nicht berücksichtigt, dass heranwachsende Ratten, einen grösseren Bedarf an schwefelhaltigen Aminosäuren haben, als Menschen. Es stellt sich so heraus, dass Eier einen PER von 3.1. haben, Soja ist weitaus niedriger: nämlich 2.0. Dies reicht aus, um Eier als ideale Proteine zu identifizieren. Diese Überzeugung hat die Orientierung von Ernährungsberatern für fast ein ganzes Jahrhundert begleitet, und ist heutzutage immer noch schwer

klein-zukriegen, obwohl 1993, die FAO/WHO darauf hingewiesen hat, dass es einen anderen Indikator gibt.

Nämlich der PDCAAS, den man zur Bestimmung der Proteinqualität bevorzugen sollte. Es handelt sich hierbei, um eine Methode, die auf den Proteinbedürfnissen eines erwachsenen Menschen basiert, und nicht auf heranwachsenden Ratten, wie der Indikator PER. Mit dieser Methode, haben sowohl Eier, wie auch isolierte Sojaproteine einen Wert von 1.0, entsprechend auch Rindfleisch und Sojabohnen mit 0.92 und 0.91. Auch eine andere Messungsmethode der biologischen Wertigkeit (BW) zeigt, dass der Anteil von Eiern und Sojaproteinen ungefähr gleich ist (94 und 96%).

Für diese Entdeckungen wurde natürlich nicht die Werbetrommel gerührt: **Es ist allgemein bekannt, dass enorme kommerzielle Interessen in Verbindung mit der Tierproduktion und der Vivisektion stehen.**

Generationen von Ärzten und Ernährungsberater geben somit seit Jahrzehnten falsche Informationen weiter. (Nicht in unserer Beratung. Wir haben uns bereits früh korrekt informiert!)

Mit welchen Konsequenzen? Denken wir an ein Medikament, das sich bei Tierversuchen nützlich und sicher erwiesen hat, aber beim Menschen schädliche Auswirkungen zeigte: Auch wenn die Bevölkerung, der es verabreicht wurde, gross ist, handelt es sich immer noch um eine limitierte Anzahl von Menschen.

Ernährungsratschläge und Diäten sind wie Medikamente, und werden allen Menschen verabreicht, dabei entsteht eine gemeinsame Kultur. **Infolgedessen führt schon ein geringer Risikoanstieg zu einer Vielzahl kranker und toter Menschen.**

Jüngste Studien haben sich darauf konzentriert, wie gefährlich es ist Eier zu konsumieren. **Beispielsweise wirken Eier diabetogen, und erhöhen das Risiko für Prostatakrebs und Herzinfarkt (beim Menschen, jedoch bei Labortieren häufig nicht).**

Doch wie vielen Menschen wurde in den letzten hundert Jahren geraten, Eier als ausgezeichnete Proteinquelle zu konsumieren? Wie viele Menschen hätten stattdessen Hülsenfrüchte oder andere pflanzliche Lebensmittel verzehren können, ohne dabei einen Proteinmangel zu riskieren? Wie viele Menschen hätten Beschwerden verhindern können, an denen sie später erkrankten? Nicht zuletzt sollten wir darüber nachdenken, wie viele Tiere unnötig in Forschungslaboren qualvoll gelitten haben, um schädliche Resultate für den Menschen zu liefern.

FRAU DR. ELENA VENCO. ÄRZTIN FÜR ALLGEMEINMEDIZIN, MASTER IN ERNÄHRUNGSKUNDE. orizzonti Nr. 162. Text 1 zu 1 übernommen.

Eier sind zudem Tierqualprodukte

Hühner, die heute sogar XXL-Eier legen müssen, haben nie einen schönen Tag. Haben täglich Schmerzen. Sie leben zusammengepfercht auf kleinstem Raum. Bekommen täglich Antibiotika und haben deshalb täglich Durchfall. Federn fallen aus. Psychisch und körperlich leiden Sie extremst.

Stellen Sie sich vor, Sie als Mensch müssen mit 10'000 - 20'000 anderen Menschen in einer dunklen Halle leben. Nur mit Kunstlicht. Ihnen steht ein Platz von einem Quadratmeter zur Verfügung. Täglich sterben um Sie Menschen, die liegenblieben. Sie schlagen sich gegenseitig. Der Lärm ist gigantisch. Der Kot häuft sich immer höher.

Natürlich betrifft das nur Frauen. Männer werden nach der Geburt zu fast 100 % vergast oder landem im Shredder, wie die männlichen Küken.

Wollen Sie das für ein bisschen Genuss, der ungesund ist, tatsächlich weiterhin unterstützen?

Eier, nein Danke. Ich unterstütze keine Tierqual!