

Das sollten Sie sich gut überlegen, ob Sie Fisch und Meerestiere in Zukunft noch essen möchten.

Diese Tiere aus Gewässern aller Art sind bereichert nicht nur mit Schwermetallen, sondern auch mit Medikamenten Von Antibiotika bis den Inhaltsstoffen von Krebstherapien Zytostatika. Und natürlich mit Drogen wie Kokain, Pestiziden, Nanopartikel aus Mikroplastik.

Sind Fische und Meerestiere weniger oder gar nicht belastet. Nein. Auch diese sind voller Gift. Wachstumshormone, Antibiotika, Impfstoffe, Ruhigsteller usw.

Und wer immer noch Fisch wegen den gesunden Omega-3-Fettsäuren isst läuft einem Irrtum nach. Omega-3-Fettsäuren sind nicht unbedingt so gesund und bringen fürs Herz und die Blutgefäße nichts.

Quelle:

[BusinessInsider.com](https://www.businessinsider.com)

[NIH.gov](https://www.nih.gov)

[Omega-3-Ergänzungen in Fischöl schützen nicht gegen Herzkrankheiten](https://www.nih.gov/health-topics/omega-3-fatty-acids)