

Quelle:

<https://www.greenmedinfo.com/blog/no-deaths-vitamins-safety-confirmed-americas-largest-database>

Der 38. Jahresbericht der American Association of Poison Control Centers bestätigt **null Todesfälle durch Vitamine**. Unterstützende Daten befinden sich in Tabelle 22B, S. 1476-1478, ganz am Ende des in *Clinical Toxicology* veröffentlichten Berichts. Es ist interessant, dass es so weit hinten platziert ist, wo es kaum ein Nachrichtenreporter sehen könnte. Die AAPCC meldet null Todesfälle durch mehrere Vitamine. Und es gab keinerlei Todesfälle durch **Vitamin A, Niacin, Pyridoxin (B-6) oder** andere B-Vitamine. Es gab keine Todesfälle aufgrund von **Vitamin C, Vitamin D, Vitamin E, oder von jedem Vitamin überhaupt**.

Auf Seite 1477 wird ein einzelner Todesfall behauptet, der einem nicht näher bezeichneten, unbekannten "Verschiedenen Vitamin" zugeschrieben wird. Die offensichtliche Unsicherheit einer solchen Auflistung schmälert jeden Gültigkeitsanspruch.

Es gab keine Todesfälle durch Aminosäuren, Kreatin, Blaualgen, Glucosamin oder Chondroitin. Es gab keine Todesfälle durch homöopathische Mittel, asiatische Medizin, hispanische Medizin oder ayurvedische Medizin.

Null Todesfälle durch Vitamine. Das wird nie in den Abendnachrichten erscheinen! Oder haben Sie es gesehen oder gelesen? Und warum nicht? Immerhin nimmt über die Hälfte der US-Bevölkerung täglich Nahrungsergänzungsmittel ein. Eine Harris-Umfrage ergab, dass die Zahl für amerikanische Erwachsene 86% beträgt. Aber verwenden wir einfach die niedrige Zahl. Nimmt jeder dieser Menschen täglich nur eine einzige Tablette zu sich, sind das immer noch knapp 170.000.000 Einzeldosen pro Tag, also insgesamt weit über 60 Milliarden Dosen pro Jahr. Da viele Menschen weit mehr als nur eine einzige Vitamintablette einnehmen, ist der tatsächliche Verbrauch deutlich höher und die Sicherheit von Vitaminpräparaten umso bemerkenswerter.

Das ganze Jahr, Küste zu Küste quer durch die gesamte USA, gab es keinen einzigen Todesfall durch ein Vitamin. Wenn Vitaminpräparate angeblich so "gefährlich" sind, wie die FDA, die Nachrichtenmedien und sogar einige Ärzte immer noch behaupten, **wo sind dann die Leichen?**

Quellen:

1. Gummin DD, Mowry JB, Beuhler MC et al. Jahresbericht 2020 des National Poison Data System (NPDS) der American Association of Poison Control Centers: 38. Jahresbericht. *Klinische Toxikologie* 2021, 59:12. <https://doi.org/10.1080/15563650.2021.1989785> oder <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/15563650.2021.1989785>
2. <https://osteopathic.org/2019/01/16/poll-finds-86-of-americans-take-vitamins-or-supplements-yet-only-21-have-a-confirmed-nutritional-deficiency/>

Anmerkung: Diese Nahrungsergänzungen schaden nicht, aber nützen sie auch etwas? Das wird leider nicht beantwortet. Der Körper kann nur wenige Nahrungsergänzungen tatsächlich verwerten. Einige Inhaltsstoffe können zudem Entzündungen fördern. Unsere Klienten halten sich an das E-Book, das Sie bei der Onlineberatung erhalten haben.