

MEIDEN SIE DIESE STOFFE IN NAHRUNGS- + GENUSSMITTELN

Glutaminsäure (Mononatriumglutamat) E 620, Hefeextrakt

in Sossen, Wurst, Chips...

Veräppelt das Gehirn, setzt Sättigungshormon Leptin herab, man isst immer weiter.
Kopfweg Übelkeit Erbrechen Augenprobleme möglich.

Im Tierversuch Gehirnschäden bewiesen: Risikofaktor für Alzheimer, Parkinson, Multiple Sklerose

Aspartam (Acesulfamsalz Phenylalaninquelle) E 951

in Torten Keksen Konserven Knabbereien Desserts Proteinpulvern Puddings Sportgetränken...

Signalisiert dem Gehirn Energie, liefert aber nur leere Kalorien. Folge: Heisshungerattacken

Risikofaktor für Gehirnschäden und Alzheimer, Parkinson, Multiple Sklerose

Bei der Aufspaltung von Aspartam entsteht u.a. Formaldehyd, dies ist nachweislich krebserregend.

Fruchtzucker Fructose Glucosesirup Fruchtsüßen

Das Sättigungshormon Leptin wird zwar auf Zucker ausgeschüttet, nicht aber auf Fruchtzucker.

Man isst immer weiter. Risikofaktor für Übergewicht, Diabetes, Bluthochdruck

Zitronensäuren E330

in Ketchup, Limos, Eistees, Süßigkeiten, Gummibärchen, Marmeladen....

Schleust Schwermetalle in den Körper und fördert deren Aufnahme und diese gelangen durch die Blut-Hirn-Schranke. Dort verstoffwechselt sich zwar die Zitronensäure, nicht aber die Schwermetalle.

Nervenzellen sterben ab. Risikofaktor für ADHS*, Parkinson, Alzheimer, Multiple Sklerose

Phosphorsäure, Orthophosphorsäure, Phosphat E 338

in Cola, Sportgetränken, Sahne, Milchdrinks, Kaffeeweisser...

Stört den Calciumstoffwechsel. Risikofaktor für Osteoporose, greift Zahnschmelze an

Cyclamat, Sulfonaminsäure E 952

in Drinks, Desserts, Gelees, Marmelade

Gefahr der Insulinüberproduktion und übermäßiger Fettspeicherung.

Risikofaktor Übergewicht, Sucht nach Süßem – Stoff in einigen Ländern verboten

Warum tun wir uns das an ?

Greifen Sie lieber zu frischem Obst, Trockenobst, Nüssen, getrockneten Beeren, ungeschwefeltem Studentenfutter, und wenn Schokolade, dann dunkle mit einem Kakaoanteil von >70%.

Prüfen Sie bei Proteinshake-Pulvern genau die Zutatenliste auf Zuckeraustauschstoffe, machen Sie Ihre Shakes lieber selber mit Bioquark, mixen Sie Ihre Getränke selbst aus Wasser und frischen Zutaten

**AufmerksamkeitDefizitHyperaktivitätsSyndrom bei Kindern und Erwachsenen*