

# Vitamingaben – ein Mortalitätsrisiko?

## Ein Kommentar

Aus sicherer Quelle verlautete, dass eine grundlegende Neuorientierung in der Agrarwirtschaft bevorsteht: Bauern sollen künftig auf die Verwendung von Dünger, Mist und Gülle verzichten. Auch Gärtnereibetriebe und Baumschulen werden angehalten werden, auf angebliche Bodenverbesserer und Düngemittel zu verzichten. Sogar in den privaten Haushalten sollen Düngemittel für Blumen und Rasen tabu werden. In einer noch unveröffentlichten Erklärung des Umweltministeriums und des Verbandes der Düngemittelhersteller (VDH) werden diese Maßnahmen empfohlen, um dem Klimawandel entgegenzutreten. Wegen der zu erwartenden negativen Effekte dieser Empfehlung für die Düngemittelhersteller wird der VDH seinen Mitgliedern voraussichtlich nahe legen, die bestehenden Strukturen für Marketing, Vertrieb und Produktion auf den verstärkten Einsatz von wetterbeständigen Hintergrundbeschallungsanlagen zur Anregung des Pflanzenwachstums umzustellen. Dies sei ein respektabler, noch unbesetzter Zukunftsmarkt, der sich als Ausweichnis zur Kompensation von voraussichtlich verloren gehenden Marktanteilen anböte. Die äußerst positiven Ergebnisse der Anwendung von Hintergrundmusik zur Ertragssteigerung in der Milchwirtschaft verlangten förmlich nach Umsetzung in den Bereich der Pflanzenbewirtschaftung.

Allgemein werden nur die für Menschen lebenswichtigen Stoffe als Vitamine bezeichnet. (Wikipedia)

Scherz beiseite: Da gibt es Studien, die „nachweisen“ wollen, dass Vitamine überhaupt keinen Effekt haben, andererseits gibt es Studien über die schädlichen Wirkungen der Überdosierung von Vitaminen. Den Vogel schießt jetzt eine im amerikanischen Ärztejournal JAMA veröffentlichte Metastudie ab, die belegt, dass angeblich Vitamine das Sterblichkeitsrisiko erhöhen.

**Meines Erachtens wird in der Kritik an solchen Studien viel zu selten nachgefragt, welche Stoffe eigentlich untersucht worden sind.**

Zudem ist es eine Binsenweisheit, dass auch unbestritten lebenswichtige Stoffe wie z. B. Salz oder Wasser in einer Überdosis mit dem Leben nicht vereinbar sind, wie die Presse über einen kalifornischen Wettbewerb im Wassertrinken erst kürzlich berichtete.

Im Mittelalter wurden Todesurteile vollstreckt, indem die Delinquenten nichts anderes bekamen als gebratenes rotes Fleisch und Wein, soviel sie wollten. Obwohl sie also Eiweiß, Fett und Kohlehydrate bekamen, starben sie binnen weniger Wochen.

Da lese ich in meiner Tageszeitung, wie ein Grillstandbetreiber von seinem Alltag plaudert: „Die ersten Würste und Steaks gehen bei mir morgens zwischen acht und halb neun vom Grill. Vor allem Bauarbeiter und Leute im Schichtdienst brauchen um diese Zeit eine

anständige Mahlzeit. (...) Ein gutes Steak am Morgen mit ordentlich Zwiebeln schafft Kraft. Manche kommen mittags schon wieder an den Stand und bestellen das nächste Steak. Das ist natürlich nicht gut für die Figur. Aber das sind alles hart arbeitende Menschen. Ich esse selbst Steaks oder Würste zum Frühstück, wenn ich arbeite. (...) Samstags (...) kommen die Nachtschwärmer aus den Diskos, die durchgefeiert haben und Verpflegung brauchen. (...) Fleisch, Zwiebeln, Brötchen, das ist genau das richtige nach einer langen Nacht“ (1).

Wieso verkauft der Grillmeister sein Fleisch nicht ohne Zwiebeln? In der Pharmazie ist es grundsätzlich so, dass die Dosierung für eine bestimmte Wirkung mitentscheidend ist und bestimmte Modalitäten und Synergismen bei der Verabreichung zu beachten sind. Dr. Rath hat in einer Presseerklärung im April 2007 auf die grundsätzlich unseriöse Art und Weise der Erstellung der JAMA-Studie hingewiesen und die finanziellen Hintergründe der Auftraggeber benannt. Üble Nachrede gab es schon immer, deren Absicht ist, dass schon etwas in den Köpfen der Verbraucher hängen bleiben würde („Semper aliquid haeret“, hieß es im alten Rom). Es ist ein geistiges Armutszeugnis, wenn solche Konstrukte offenbar als notwendig betrachtet und anscheinend ungeprüft abgedruckt werden.

**Wenn Kollath sagte: Lasst eure Nahrung so natürlich wie möglich sein, dann gilt dieses Gebot umso mehr für die Nahrungsergänzungsmittel (NEM).**

Mittlerweile haben wir die paradoxe Situation, dass viele Menschen sich vollwertig ernähren, zusätzlich NEM einnehmen, aber trotzdem oft gravierende Vitalstoffdefizite aufweisen, weil sie Energieblockaden haben, weil synthetische NEM in geringerem Maße verstoffwechselt werden, weil Convenience-Produkte, chemische Zusätze, Überdüngung, saurer Regen, Intensivlandwirtschaft, Transport- und Verarbeitungsverluste sowie teilweise desolate Darmresorptionsverhältnisse additive Folgen zeitigen. Da entsprechend der naturwissenschaftlichen Logik in Studien nur die Gabe von einzelnen, synthetisch hergestellten Vitaminen überprüft wird, ist keine Aussage möglich, dass Vitamine grundsätzlich gesundheitsschädlich sind. Sie besagen höchstens: Die in diesen Studien verwendeten Vitamine waren unter den Versuchsbedingungen der Gesundheit der Probanden abträglich.

Für die Orthomolekularmedizin lassen sich die Erfahrungen einer an Ganzheitlichkeit ausgerichteten ökologischen Landwirtschaft wie z. B. der Permakultur nach Sepp Holzer auf die Situation beim Menschen übertragen:

Die isolierte Gabe von Wuchsstoffen führt zur Auslaugung der Böden, zu erhöhtem Ungezieferbefall und zu schlechteren Ernten – auch wenn mit Pestiziden gegen die düngemittelinduzierten Schädlinge vorgegangen wird. Die Nutzung synergistischer Effekte aus naturbessener Bodenwirtschaft, Erhaltung der Artenvielfalt statt Anlegung von Monokulturen und Duldung von scheinbarem Unkraut mit der dazugehörigen Fauna schafft stabile Wuchsverhältnisse, wenn eine natürliche Düngung (!) damit verbunden ist. (2)

Es muss daran erinnert werden, dass es keinesfalls die Pharmaindustrie war, die die Entwicklung der Orthomolekularen Medizin vorangetrieben hat. Sie ist als Trittbrettfahrer aufgesprungen, als im Zuge der Ökologiebewegung immer mehr Menschen sich den Nebenwirkungen der Chemiemedizin zu entziehen begannen. Der Fehler der Denaturierung und Raffination der täglichen Ernährung wurde in der Pharmazie wiederholt mit der Suche und Synthetisierung von isolierten Stoffen aus komplexen Wirkstoffgemischen (z. B. Salizylsäure aus Weidenrinde) und führte zu schwer dosierbaren, nebenwirkungsbehafteten Einzeldrogen für die medizinische Praxis. Diese Praxis hat auch Einzug gehalten in die Herstellung von Orthomolekularia, selbst wenn die Bedeutung von so genannten sekun-



### Dr. med. dent. Norbert Guggenbichler

ist in eigener Praxis mit den Schwerpunkten Regulationsdiagnostik, Kinesiologie, ganzheitliche Schmerztherapie, Metallsanierung und -ausleitung / metallfreier Zahnersatz, Zahnherd- und Störfeldsanierung, Homöopathie, PSE und Phytotherapie niedergelassen. Er absolvierte nach dem Studium der Zahnmedizin Ausbildungen zum Heilpraktiker sowie zum zertifizierten Energietherapeuten und ist qualifiziertes Mitglied der GZM.

#### Kontakt:

Louisenstr. 19, D-61348 Bad Homburg  
dr.guggenbichler@dr-guggenbichler.de  
www.dr-guggenbichler.de

dären Pflanzeninhaltsstoffen mittlerweile wesentlich differenzierter gesehen wird.

Die Orthomolekularmedizin ist trotz aller dokumentierten Studien und Erfolge noch bei weitem davon entfernt, im Kanon der Schulmedizin vollständig akzeptiert und integriert zu sein, sondern gilt als „Parawissenschaft“, als Zweig der Alternativmedizin, dem Vertreter eines dogmatisch naturwissenschaftlichen Weltbildes die Wissenschaftlichkeit abzuspüren versuchen. Die Gabe von Vitaminen wird oft als überflüssig belächelt und wegen der bestehenden offiziellen Aufnahmeempfehlungen in dem Bereich der Irrationalität angesiedelt, auf eine Stufe gestellt mit anderen so genannten „Pseudowissenschaften“ wie „Astrologie, ‚Wissenschaft‘ des Paranormalen“ und „offensichtlicher Dummheit / Aberglauben“, wie Prof. Gerald Holton von der Harvard University / Cambridge aufzählte (3).

Der Standpunkt Holtons ist in diesem Zusammenhang ein wichtiges Indiz für den politischen Hintergrund der JAMA-Studie: Holton sieht nämlich keinen Raum für „Kompromisse zwischen rivalisierenden Gedankengebäuden“. Es bestände ein „alter, weltweiter Kampf zur gegenseitigen Delegitimierung von Rivalen“. Er schlägt „drei Arten der Intervention“ als sinnvoll vor:

- Die „Vermittlung eines modernen Weltbildes, das der Anziehungskraft des Gegenweltbildes entgegenwirkt, von frühester Jugend an“,
- Öffentlichkeitsmaßnahmen, „um direkt die inneren Widersprüche im alternativen Weltbild ans Licht [zu] bringen“,
- „gut erkennbare Darstellung des Scheiterns der Behauptungen der Parawissenschaften und konsequente Arbeit, um ihre formale Aufnahme in die Schulsysteme zu verhindern“ (4).

Als grundsätzliche und langfristig angelegte Gegenmaßnahmen empfiehlt Holton mit ausgeprägtem Blick auf pragmatische Lösungen Interventionen pädagogischer und massenmedialer Art, um als „Parawissenschaft“ eingestufte Inhalte unglaubwürdig zu machen und in ihrer gesellschaftlichen Verankerung zu

schwächen. Holton zitiert zwar Albert Einsteins Wissenschaftsauffassung: „Wissenschaft (...) ist eine Tätigkeit von Menschen, die in der Lage sind, logische Rationalität mit Intuition zu kombinieren (im Gegensatz zur Spengler'schen Annahme ihrer Unvereinbarkeit), die das Talent haben, sowohl mit Beweisen als auch mit Glauben voranzukommen, manchmal sogar mit ästhetischen Argumenten. (...) In der Wissenschaft wird das gesamte Spektrum unserer Talente und Seinschichten mobilisiert“ (5).

Holtons Empfehlungen sind letztlich aber als Kriegserklärung zu verstehen, mit der ein einseitiges Wissenschaftsverständnis (das die Menschheit innerhalb von 300 Jahren an den Rand der Selbstzerstörung geführt hat) versucht, weiterhin im politischen Machtpoker, im wirtschaftlichen Produktionskreislauf und als Fortschrittsideologie zu dominieren. Ich bin sicher, dass sogar die Begründer des von Holton vertretenen Weltbildes, Isaac Newton und Francis Bacon, entsetzt wären, wenn sie jetzt erleben könnten, wie das mechanistische Modell, das sie inauguriert haben, mit der Wirklichkeit gleichgesetzt wird und in einen atheistischen, nihilistischen Materialismus von inquisitorischem Charakter umgeschlagen ist.

#### Hoffentlich hat die Entwicklung in der Psychologie Modellcharakter für die gesamte Medizin:

Das Denken der Psychologie war traditionsgemäß holistisch. Erst ab der Mitte des 19. Jahrhunderts wurde sie ein Zweig der reduktionistischen Naturwissenschaft. Beide Ansätze existieren bis heute nebeneinander. Sie sind zwar innerhalb eines einzigen Paradigmas unvereinbar, deshalb haben sich unterschiedliche psychologische Schulen herausgebildet. „Die Gestaltpsychologie brachte insofern etwas Neues (...), als es ihr unter Beibehaltung der traditionellen holistischen Einstellung zu den Phänomenen gelang, die Phänomene mit Hilfe der reduktionistischen Untersuchungsmethoden der Naturwissenschaften nachzuweisen und zu erklären“ (6).

Durch gesetzgeberische Maßnahmen ist in Deutschland das Angebot an naturheilkundlichen Mitteln schon deutlich reduziert worden. In den letzten Jahren verging kaum ein Quartal, in dem nicht in der Presse mittels unsachlicher Information vor einem bestimmten naturheilkundlichen Mittel oder Verfahren gewarnt worden wäre. Erinnerung sind sicher die lang dauernden Polemiken gegen Kava-Kava, die Homöopathiestudie von Prof. M. Egger, die Kritik von E. Ernst an der Misteltherapie, die Fehlinterpretation der Norwich-Studie zum Effekt von Omega-3-Fettsäuren durch den „Spiegel“, um nur einige zu nennen.

#### Es ist absurd, wenn wissenschaftliche Freiheit nur als Freiheit zur Desinformation verstanden wird.

Unsere Gesundheit ist wie unser Planet insgesamt durch Herausforderungen bedroht, die heute immer dringender erfordern (um aus Holtons Buch zu zitieren): „Wissenschaft zu betreiben verlangt Analyse, aber auch Synthese“ (7).

In diesem Sinne schließe ich mich Ruediger Dahlkes Plädoyer an: „Wir brauchen keine Alternativmedizin, sondern eine Synthese in der Medizin, die es schafft, auf dem Boden einer gemeinsamen Philosophie von Krankheit und Gesundheit die verschiedenen Methoden zu kombinieren, soweit das in der jeweiligen Situation sinnvoll ist. Die künstlich aufgeworfenen Gräben zwischen Schulmedizin und Naturheilkunde halten einer rationalen Prüfung so wieso in keiner Weise stand. (...) Der Abbau ohnehin sinnloser Fronten würde der ganzen Medizin dienen und einer Synthese den Weg bahnen (8).



#### Literaturhinweise

- (1) Frankfurter Rundschau, 5.5.2007, Magazin, S. 2
- (2) Sepp Holzer, Konrad Liebchen: Der Agrar-Rebell, Graz 2002
- (3) Gerald Holton: Das Antiwissenschafts-Phänomen; In: G. Holton (Hrsg.): Wissenschaft und Anti-Wissenschaft, Wien 2000, S. 167-217
- (4) ebd. S. 206f
- (5) ebd. S. 159
- (6) László MÉRÖ: Die Grenzen der Vernunft – Kognition, Intuition und komplexes Denken, Reinbek 2002, S. 147
- (7) wie 4., S. 159
- (8) Ruediger Dahlke: Krankheit als Symbol, München 2000, S. 33f.