

Frisch, roh und belastet

Von Udo Pollmer

Für viele gesundheitsbewusste Verbraucher bedeutet „frisch“ so viel wie „roh“. Rohkost verheißt maximale Frische. Noch gesünder ernährt sich, so das Credo der aktuellen Aufklärungskampagnen, wer dabei Obst, Gemüse und Sprossen bevorzugt. So vermeidet der Beratene ganz nebenbei Salmonellen auf Hähnchen, Listerien im Rohmilchkäse und BSE im blutigen Steak – glaubt er jedenfalls. Da die Medien regelmäßig mit neuen Horrormeldungen aufwarten, gilt seine Sympathie dem handgestreichelten Biogemüse, das ohne chemischen Kunstdünger gedeihen darf.

In der Tat greift der Öko-Bauer statt zum Nitrophoska Blau zum Naturprodukt: Laut Bio-Verordnung beispielsweise zu „Exkrementen von Insekten“ oder „Guano“, also Vogelschiet, der aus Chile nach Deutschland verschifft wird. Und dann gibt's noch den ganz normalen Mist aus dem Allerwertesten eines Nutztviehs. Der enthält natürlich auch all die unerwünschten Bazillen, die vorher den Tierarzt auf den Plan riefen. Die logische Folge: Man findet die Erreger später auch auf dem Gemüse. Wird es roh genossen oder gar gekeimt, erfreuen wir uns wahrhaft lebendiger Nahrung. Beispielsweise werden EHEC-Bakterien von der Pflanze aus dem Dung aufgenommen und ins Gewebe eingelagert. Inzwischen hat sich unter Hygienikern die Erkenntnis durchgesetzt, dass pflanzliche Rohkost genauso viele Lebensmittelinfektionen hervorruft wie tierische Produkte, die bisher ihre ungeteilte Aufmerksamkeit gefunden hatten.

Resistent dank Frischkost

Dummerweise haben auch die pflanzlichen Erreger ihre Tücken. Warum? Weil erkrankte Tiere mit Antibiotika behandelt werden. Sobald die Mittel ihr segensreiches Werk vollendet haben, werden sie ausgeschieden und gelangen zum größten Teil in die Gülle. Das Tier ist mittlerweile frei davon. In der Gülle aber werden viele Medikamente von den reichlich vorhandenen Mikroorganismen wieder in ihre aktive Form umgewandelt. Damit herrschen optimale Bedingungen für die Entwicklung resistenter Keime. Wenn die Mixtur auf den Acker kommt, sorgen die Antibiotika dafür, dass sich die pflanzliche Keimflora für die schützenden Resistenzgene interessiert. Dies ist wohl der Grund dafür, warum Personen, die viel Frischkost zu sich nehmen, mehr resistente Keime in ihrem Darm beherbergen als solche, die zu Fertiggerichten greifen.

Schwerpunkt Zoonosen

Ruhe vor dem Sturm	3
Morbus Crohn durch Mykobakterien	16

Facts und Artefacts 21

Übergewicht: falsch gewichtet	
Auch Kranksein ist gesund	
Schwere Erblast	
Alkoholsucht: Endorphine oder Alkaloide?	
Neurodermitis: Diäten überbewertet	
Sushi: getrübte Gaumenfreuden	
Käse: die Fliege macht's	

In aller Kürze 27

Die besondere Erkenntnis 28

Wenn wir allerdings die Risiken bewerten wollen, die von blinden Passagieren auf unserer Nahrung ausgehen, dann macht ein anderes typisches und ebenso frisches Gesundheitsprodukt den gekeimten Sojasprossen oder der leckeren Muschel den ersten Platz unter den hygienisch riskantesten Speisen streitig. Es ist der Shooting-Star unter den rohen Genüssen: Sushi. Denn der meiste Fisch stammt immer noch aus freier Wildbahn und kann von den unterschiedlichsten Parasiten befallen sein. Allein in Japan werden durch rohen Fisch jährlich bis zu 2000 Fälle von Heringswurmkrankheit diagnostiziert. Dazu kommt eine nicht unerhebliche Dunkelziffer anderer Parasitosen.

Frische um jeden Preis?

Über die Anzahl der Betroffenen in Europa darf spekuliert werden. Denn Parasiten aus dem Meer sind den Medizinern nicht einmal dem Namen nach bekannt. Diagnostische Möglichkeiten fehlen vielfach, ebenso wirksame Medikamente. Gewöhnlich heißt die (Fehl-)Diagnose Darmkrebs oder Blinddarmentzündung. Die Stunde der Wahrheit schlägt meist erst dann, wenn der Chirurg bei der Operation nichts findet und aus Neugier so lange sucht, bis er es irgendwo zucken sieht oder ein verwurmtes Organ sichtet. Die Entfernung des befallenen Gewebes ist vielfach lebensrettend.

Bei rohem Fisch ließe sich die Parasitengefahr durch einmaliges Tiefgefrieren weitgehend bannen. Aber dann entspräche er nicht mehr dem Frische-Ideal unserer Zeit. Denn wer isst schon gerne rohen Fisch, der eigentlich aus dem Tiefkühlfach kommt?


Dadurch dass die Welt zusammenrückt, dass andere Länder nur noch wenige Flugstunden entfernt sind, dass die Menschen mobiler werden und der internationale Warenaustausch zunimmt, haben es auch Krankheitserreger und Parasiten leichter, innerhalb von Stunden andere Kontinente und damit neue Lebensräume zu erreichen. Der Hang zum frischen und damit zum rohen Produkt, das vermeintlich „besser“ ist, wird sich als Türöffner für zahlreiche neue Krankheiten erweisen. Gewiss, unser Immunsystem braucht Training und die ständige Auseinandersetzung mit Keimen, um fit zu bleiben. Das aber ist kein Grund, um Vorsichtsmaßnahmen zu ignorieren, die das Einschleppen und die Verbreitung von Seuchen verhindern könnten.

IMPRESSUM

IMPRESSUM

IMPRESSUM

Herausgeber: Europäisches Institut für Lebensmittel- und Ernährungswissenschaften (EU.L.E.) e.V.
Treffauerstr. 30, D-81373 München
Internet: <http://www.das-eule.de>
Vorstand und V.i.S.d.P.: Josef Dobler, München

Wissenschaftlicher Beirat: Prof. Dr. Herman Adlercreutz, Helsinki
Prof. Dr. Michael Böttger, Hamburg
Dr. Hans F. Hübner, MD, Berlin
Prof. Dr. Heinrich P. Koch, Wien
Prof. Dr. Egon P. Köster, Dijon
Prof. Dr. Bernfried Leiber , Frankfurt/Main
Prof. Dr. Karl Pirlet, Garmisch-Partenkirchen

Spenden: EU.L.E. e.V. ist als gemeinnützig und besonders förderungswürdig anerkannt.
Spenden sind steuerabzugsfähig.
Konto 111 128 906, BLZ 701 500 00,
Stadtparkasse München

Kontakt: Schloßberg 2, 69117 Heidelberg
Fon: ++49/(0)6221/40810-0, Fax: -1
E-Mail: frank@health.de

Redaktion: Dipl. oec. troph. Tamás Nagy (Chefredaktion)
E-Mail: nagy.t@gmx.de
Dr. med. Gunter Frank
Dipl. agr. biol. Anna Lam
Dipl. oec. troph. Jutta Muth
Dipl. oec. troph. Brigitte Neumann
Lebensmittelchemiker Udo Pollmer
Dipl.-Lebensmitteltechnologin Ingrid Schilsky
Dipl. oec. troph. Sonja Schreiber
Dr. med. vet. Manfred Stein
Dr. med. Dipl. Ing. Peter Porz (Internist)
Dipl.-Biol. Susanne Warmuth

Bezug: Die Fördermitgliedschaft kostet 92.- Euro für Privatpersonen und 499.- Euro für Firmen.
Info unter E-Mail: j.u.m.muth@gmx.de

Ruhe vor dem Sturm

Von Anna Lam

Heutzutage sind wir uns der Gefahren durch Seuchen kaum noch bewusst. Doch die Ruhe ist trügerisch, denn angesichts einer sich ständig wandelnden Welt und der enormen Anpassungsfähigkeit von Krankheitserregern ist der Kampf gegen Keime und Parasiten niemals gewonnen. So begünstigte etwa die Agrarwende das Wiederaufflackern verschwunden geglaubter Tierseuchen. Dazu kommen die Risiken durch Tourismus, globale Handelsströme und exotische Lebensmittel. Nur manchmal wird die Öffentlichkeit wachgerüttelt – wie im Falle von BSE oder SARS.

„Sie glaubten sich frei, und keiner wird je frei sein, solange es Geißeln der Menschheit gibt.“ Dieses Zitat stammt aus dem 1947 erschienenen Roman *Die Pest* von Albert Camus. Die Pest ist die Zoonose, die in der Vergangenheit am spektakulärsten in die europäische Geschichte eingegriffen hat und der ein Großteil der mittelalterlichen Bevölkerung zum Opfer fiel. Trotz des Ausmaßes der Seuche blieb ihre Ursache lange unklar. Heute wissen wir, dass das im Blut von Ratten und anderen Nagern lebende Bakterium *Yersinia pestis* von Flöhen auf den Menschen übertragen wird und die gefürchtete Erkrankung auslöst. Für uns ist die Pest nur noch eine historische Erinnerung, aber Ausbrüche in anderen Teilen der Welt, wie 1994 in der westindischen Stadt Surat, zeigen, dass diese Geißel der Menschheit noch lange nicht besiegt ist.

Seit dem Erscheinen von Camus' Roman ist mehr als ein halbes Jahrhundert verstrichen und Infektionskrankheiten stellen nach Ansicht der Weltgesundheitsorganisation (WHO) – weltweit gesehen – immer noch mit Abstand die häufigste Todesursache dar. Ähnlich wie William H. Stewart, der ehemalige Vorsitzende des amerikanischen Ärzteverbandes, haben sich viele Wissenschaftler geirrt: 1967 hatte Stewart enthusiastisch verkündet, es sei nun an der Zeit, das Buch der Infektionskrankheiten zu schließen. Heute schreiben wir das Jahr 2003. Mehr als 30 Jahre nach Stewarts optimistischer Einschätzung müssen wir feststellen, dass im Buch der Infektionskrankheiten seitdem neue Kapitel geschrieben und alte überarbeitet werden mussten. Und noch immer ist kein Ende abzusehen.

Undokumentiert und fehlgedeutet

Das Artenspektrum der Erreger von Zoonosen, also Krankheiten, die vom Tier direkt oder indirekt auf den Menschen übertragen werden, reicht von Prionen über Viren, Bakterien, parasitischen Einzellern und Pilzen bis hin zum mehr als zehn Meter langen Bandwurm. Nach Schätzungen der WHO erkrankten Jahr für Jahr bis zu 30 Prozent der Bevölkerung industrialisierter Staaten an Zoonosen, die durch Lebensmittel übertra-

gen werden. Allein in Deutschland belaufen sich die Behandlungskosten für diese Erkrankungen auf 125-250 Millionen Euro jährlich. Eine Spitzenstellung nehmen durch Bakterien verursachte Magen-Darm-Erkrankungen ein. An erster Stelle standen auch im Jahre 2002 erneut die Salmonellosen mit über 72 000 gemeldeten Fällen, gefolgt von ungefähr 56 000 *Campylobacter*-Infektionen.

Bei diesen Zahlen muss man sich jedoch vor Augen halten, dass die dokumentierten Fälle nur einen Bruchteil der Erkrankungen aufzeigen. Die Mehrzahl der Infizierten sucht keinen Arzt auf und behandelt sich selbst. Außerdem gibt es Fälle, die weder von den Betroffenen noch vom medizinischen Personal als Zoonose erkannt werden, da eine akute Erkrankung ausbleibt oder ihre Spätfolgen nicht im Zusammenhang mit einer Lebensmittelinfektion gesehen werden. So kann sich nach einer von *Campylobacter*-Arten verursachten Diarrhö das so genannte Guillain-Barré-Syndrom entwickeln, bei dem es durch Myelinabbau an den peripheren Nerven zu einer schlaffen Lähmung der Gliedmaßen kommt. Nach überstandener Salmonellose hingegen ist das Auftreten von chronischen Arthritiden mit Gelenkschmerzen selbst nach mehreren Wochen oder sogar Jahren möglich. Wenn der Arzt dann die Diagnose „Arthritis“ stellt, wird oft nicht an daran gedacht, dass die Ursache für die Symptome in einer überstandenen Salmonellose liegen könnte.

Nipah, Hendra und BSE

Das Ausmerzen der früher weit verbreiteten Tuberkulose gilt als größter Triumph im Kampf gegen die Zoonosen. Während sich die Menschen vor 50 Jahren noch direkt über die Kuhmilch infizierten, geht die Erkrankung heutzutage in aller Regel vom Landwirt aus: Durch den Kontakt mit dem Tier kann er den Erreger übertragen und damit für die Rückkehr der Tuberkulose auf dem landwirtschaftlichen Betrieb sorgen.

Gegenwärtig stellen uns Epidemien wie BSE in Großbritannien und die möglicherweise damit verbundenen neuartigen Creutzfeldt-Jakob-Fälle vor neue