

Schädliche Wirkungen tierischer Produkte

<p>Fleisch</p> <p>Wurst Geflügel Kalb Lamm Organfleisch Rind Schwein Wildfleisch</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Verarbeitetes Fleisch wie Wurst Karzinogen Klasse 1 nach WHO ■ Unverarbeitetes Fleisch Karzinogen Klasse 2 nach WHO ■ Endotoxine von Bakterien im Fleisch fördern Entzündungen (Bakterientoxine können durch Erhitzen nicht inaktiviert werden) ■ Steroidhormone in jedem tierischen Gewebe (v.a. Östrogen^{***}) ■ Wachstumsfaktoren (z.B. IGF-1) fördern Krebswachstum, Diabetes, Entzündungen und verfrühte Pubertät etc. ■ Reich an Cholesterin, gesättigten Fetten, Transfettsäuren* ■ Reich an Arachidonsäure (fördert sämtliche Entzündungen) ■ Entstehung von TMAO^{****} im Darm (Arteriosklerose!) ■ Aufnahme von 90% aller Umweltgifte^{**} über tierische Produkte
<p>Fisch</p> <p>Alle Fische und Meeresfrüchte</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Fisch aus Aquakulturen ist immer mit Antibiotika kontaminiert, auch aus Bio-Aquakulturen ■ Meeresfisch und -früchte besonders hohe Schwermetallbelastung ■ Fischkonsum erhöht Depressions-, Psychose- und Selbstmordrate, wahrscheinlich wegen der Schwermetallbelastung ■ Reich an Cholesterin, gesättigten Fetten, Transfettsäuren* ■ Reich an Arachidonsäure (fördert sämtliche Entzündungen) ■ Entstehung von TMAO^{****} im Darm (Arteriosklerose!) ■ Aufnahme von 90% aller Umweltgifte^{**} über tierische Produkte
<p>Eier</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Bestes Medium, um sämtliche Erreger im Körper zu züchten! ■ Besonders hohe Korrelation mit Brust-, Prostatakrebs u.a. Krebs ■ Steroidhormone (v.a. Östrogen^{***}) ■ Reich an Cholesterin, gesättigten Fetten, Transfettsäuren* ■ Reich an Arachidonsäure (fördert sämtliche Entzündungen) ■ Entstehung von TMAO^{****} im Darm (Arteriosklerose!) ■ Aufnahme von 90% aller Umweltgifte^{**} über tierische Produkte
<p>Milchprodukte</p> <p>Kuhmilchprodukte (Käse, Sahne, Schmand, Joghurt, Butter, Quark, Molkenpulver etc.) Schafsmilchprodukte Ziegenmilchprodukte</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Milchfett vor allem aus gesättigten Fettsäuren* ■ Milchproteine Casein u. Molke fördern Krebs, Autoimmunerkrankungen und Bildung von Insulin und IGF-1 → Akne und Insulinresistenz, Diabetes ■ Milchzucker (75% laktoseintolerant → Darmflorastörungen) ■ Hormone (besonders viel Östrogen^{***} von schwangeren Kühen) ■ Wachstumsfaktoren (z.B. IGF-1) fördern Krebswachstum, Diabetes, Entzündungen und verfrühte Pubertät ■ Fördern die Gefahr von Typ-1-Diabetes wg. Autoimmunreaktion ■ Hemmen die Eisenaufnahme im Darm (Eisenmangel!) ■ Fördern neurologische Erkrankungen, besonders hoher Gehalt an fettlöslichen neurotoxischen Giftstoffen! ■ Fördern Hauterkrankungen (Akne, Neurodermitis, Ekzeme) ■ Starkes Allergen, fördert sämtliche anderen Allergien (auch Heuschnupfen!) ■ Nach Eiern bestes Medium, um Erreger im Körper zu züchten! ■ Verursachen Asthma, Migräne, Immunschwäche ■ Entstehung von TMAO^{****} im Darm (Arteriosklerose!) ■ Aufnahme von 90% aller Umweltgifte^{**} über tierische Produkte

* Cholesterin, gesättigten Fetten, Transfettsäuren fördern die Entstehung von Arteriosklerose, Herzinfarkten, Schlaganfällen, erektiler Dysfunktion, vaskulärer Demenz, Diabetes, Krebs, Adipositas.

** 90% aller Umweltgifte (Schwermetalle, PCPs, PCBs, Dioxin, Glyphosat und andere Pestizide, Fungizide, Mikroplastik etc.) nehmen wir über tierische Produkte auf wegen der Fettlöslichkeit der meisten Gifte und Anreicherung in der Nahrungskette.

*** Hormone aus tierischen Produkten fördern Akne, verfrühte Pubertät, Prostatakrebs, Brustkrebs, Eierstockkrebs, Gebärmutterhalskrebs, männliche Reproduktionsstörungen.

**** Trimethylaminoxid (TMAO) erhöht das Risiko für Arteriosklerose und damit für Herzinfarkte und Schlaganfälle noch stärker als Cholesterin. TMAO entsteht bei der Verdauung von Cholin, Lecithin u. Carnitin durch körpereigene Darmbakterien (Fäulnisbakterien), die bei tierische Produkte konsumierenden Menschen vorkommen. Cholin, Lecithin u. Carnitin kommen gehäuft in tierischen Produkten vor. Menschen, die rein pflanzlich essen, haben diese Fäulnisbakterien nicht und bilden aus Cholin, Lecithin u. Carnitin kein TMAO.