**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
**Herausgeber:** A. Vogel
**Band:** 48 (1991)
**Heft:** 9

**Artikel:** Wirkliche Frischkost erträgt keine Bestrahlung
**Autor:** [s.n.]
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-969816

**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 08.08.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Wirkliche Frischkost erträgt keine Bestrahlung

**In den Ländern der Europäischen Gemeinschaft (EG) nimmt seit einigen Jahren die Tendenz stark zu, die Lebensmittel mit radioaktiven Strahlen zu konservieren. Diese Art der Haltbarmachung wird bereits in rund 35 Ländern angewendet. Bestrahlt werden zum Beispiel Kartoffeln und Zwiebeln (um das Keimen zu verhindern), Fleisch und Geflügel (um die Salmonellen abzutöten), Gemüse und Obst (um den Reifungsprozess abzutöten) sowie auch viele Gewürze (um tropische Krankheiten abzutöten). Nach den bisherigen Erfahrungen nehmen solcherart bestrahlte Lebensmittel eine Strahlendosis auf, die bis heute von der Weltgesundheitsorganisation noch als «unbedenklich» angesehen wird. Doch wird in einigen Studien bereits davon gesprochen, dass gewisse Schädigungen durch bestrahlte Nahrung nicht ausgeschlossen werden können. Zumindest kann man davon ausgehen, dass die wirklichen Folgen weitgehend unerforscht sind, obwohl die Lebensmittel selbst kaum radioaktiv werden.**

Die auf die Lebensmittel einwirkenden Gamma-Strahlen töten nur einen Teil der Bakterien und Keime. Andere können überleben und sich – mangels vorhandener «Gegenspieler» – leichter vermehren. Die Bestrahlung kann bewirken, dass die üblichen Zersetzungsmerkmale in Geruch und Aussehen fehlen – und wir beispielsweise frisch aussehende Erdbeeren verzehren, die eigentlich auf den Kompost gehören! Oft wird die Bestrahlung kombiniert mit anderen Konservierungsmethoden, wie Chemikalien, Vakuum oder Hitzeeinwirkung. Die Bestrahlung kann sogar bewirken, dass Fleisch mit zu hoher Keimzahl wieder «geniessbar» wird. Man weiss überdies, dass Weintrauben zuweilen vor dem Bestrahlen in ein heisses Fungizidbad eingetaucht werden.

Als grössten Nachteil sehen wir, dass der Konsument solcher Ware nicht mehr *Lebens*mittel geniesst, sondern nur frisch aussehende, in Tat und Wahrheit tote *Nahrungs*mittel einnimmt. Denn bei der Bestrahlung sterben auch die lebenden Zellen ab, die für unsere Gesundheit von höchster Bedeutung sind. So werden Vitalstoffe wie Vitamin B1, B2 und C zu über einem Drittel reduziert. Das kann, ähnlich wie beim übermässigen Kochen, langfristig zu Mangelerscheinungen führen. Eine Garantie, wirkliche Frischkost, die auch noch *lebendig* ist, zu kaufen, bietet uns nur der kontrollierte biologische Anbau.

**Hier kann der Konsument ein Zeichen setzen: Wenn er sich weigert, bestrahlte Nahrung zu kaufen, dann muss auch der Produzent umdenken – zum Wohl unserer Natur und von uns natürlich denkenden und handelnden Menschen.** (BN)

# Unser Selbsthilfeforum: «Leser helfen Lesern»

**Auch in dieser Nummer der «Gesundheits-Nachrichten» wollen wir Sie über die eingegangenen Ratschläge informieren. Vielleicht befindet sich darunter ein Gesundheitstip, den Sie möglicherweise schon lange suchen – und jetzt anwenden können!**

Sie kennen sicher das Problem der «*Wechseljahre*». Die meisten Frauen stehen allein da mit ihren körperlichen und seelischen Schwierigkeiten. «Ich kann es nicht einsehen, dass nur Östrogenpräparate helfen sollen», schrieb uns Frau J. K. und wandte sich an unsere Leser um Hilfe. Einige dieser guten Ratschläge wollen wir Ihnen, liebe Leserinnen, mitteilen, denn vielleicht sind Sie selbst in ähnlicher Situation wie Frau K. und brauchen dringend Hilfeleistung.