

Die unterschätzten Gefahren von Aspartam

Tödliche Süße?

Aspartam hat viele Verstecke. Es verbirgt sich außer in Light-Limonaden und Tafelsüßstoffen auch in Fruchtsäften, zuckerfreien Halsbonbons und Kaugummis. Was viele nicht wissen: Diese künstliche Süße kann große Schäden im Gehirn anrichten und Herz-Kreislaufattacken auslösen. Besonders für Schwangere und Kinder ist sie sehr gefährlich. Piloten lassen mittlerweile ihre Finger davon, weil sie Angst haben, unter dem Einfluss des Süßungsmittels abzustürzen.



Bis zur zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts gab es so gut wie keine künstlichen Zusatzstoffe. Seit damals haben unübersehbar viele dubiose Substanzen den Weg in unsere tägliche Nahrung gefunden, wie die berühmte „E-Liste“ für Zusatzstoffe zeigt, deren Umfang mit den Jahren immer weiter gewachsen ist. Eine solche künstliche Substanz, von denen einige namhafte

Wissenschaftler behaupten, dass sie in unserer Nahrung absolut nichts zu suchen hat, ist das Süßungsmittel Aspartam.

Bei diesem Stoff, der als Zuckerersatz in Lebensmitteln massenhaft Verwendung findet (alleine in den USA 3500 Tonnen pro Jahr) handelt es sich um eine chemische Verbindung, genauer gesagt einen synthetischen Dipeptidmethylester, der zu 50 Prozent aus Phenylalanin (einer isolierten Aminosäure), zu 40 Prozent aus Asparaginsäure und zu 10 Prozent aus (dem toxischen) Methanol besteht.

Vom Kampfstoff zum Süßungsmittel

Ursprünglich wurde Aspartam bis in die siebziger Jahre des letzten Jahrhunderts im Waffenarsenal der CIA als potentieller und daher sicherlich auch recht potenter biochemischer Kampfstoff (kein Witz!) eingelagert. Dann erkannten die Chemiker von G. D. Searle and Company das lukrative Potential des Giftes (was ist ein Kampfstoff sonst?) und machten 1965, man glaubt es kaum, tatsächlich einen Süßstoff daraus - nachdem es vorher als Mittel gegen Magengeschwüre taxiert worden war. Dass es tatsächlich im Körper verheerende Auswirkungen (wie ein Kampfstoff eben) auslöst, werden wir später noch sehen. G. D. Searle and Company wurde 1985 von Monsanto übernommen, jenem US-Chemiegiganten, der aus den negativen Schlagzeilen nicht mehr herauskommt.

Die Zulassung von Aspartam unter dem Produktnamen NutraSweet durch die FDA (Food&Drug-Administration, die Arzneimittelzulassungsbehörde der Vereinigten Staaten) ist eine obskure und abenteuerliche Geschichte von toten Laborratten, die plötzlich wieder lebten, bis hin zu gefälschten Dokumenten. Wie der renommierte Neurochirurg und außerordentliche Professor am Ärztezentrum der Universität von Mississippi, Dr. Russel L. Blaylock, in seinem Buch „Excitotoxins, The taste that kills“ eindrücklich darlegt, waren hier offensichtlich Vorteilsnahme, Korruption und aggressiv gefälschte Labortests im Spiel.

Mike Wallace vom US-Fernsehsender CBS News bemerkte dazu, dass kaum jemand wisse, dass die Zulassung von Nutra-Sweet tatsächlich eins der Verfahren mit den meisten Einsprüchen in der Geschichte der FDA gewesen ist. Die Verbraucher hätten der FDA seinerzeit mehr als 7000 Gegenreaktionen mitgeteilt. Trotzdem kam einfach ein Bevollmächtigter der FDA und entschied selbstherrlich, dass Nutra-Sweet ohne Rücksicht auf die Beweislage zugelassen würde. Dieser Mann war Arthur Hull Hays, ein durch Präsident Reagan Ernannter, der wenige Monate, nachdem er Nutra-Sweet zugelassen hatte, aus der FDA ausschied und eine lukrative Beraterposition bei Monsanto (!) annahm.

Gefährliche Nebenwirkungen

Werbung und Verkäufer propagieren immer nur eine Wirkung von Aspartam, nämlich die Süßung. Daneben gibt es aber sage und schreibe fast hundert dokumentierte Nebenwirkungen. Zum Beispiel haben spektakuläre Studien von Dr. Morando Soffritti und seinem Team am Ramazzini-Institut für Krebsforschung in Bologna nachgewiesen, dass Aspartam stark gesundheitsgefährdend wirken und zu Lymphomen, Leukämien, Nierenkrebs und weiteren Tumoren führen kann. Ein Trend zu einer erhöhten Tumorrates war demnach bereits bei Dosierungen vorhanden, die unterhalb der Grenzwerte für den Verzehr beim Menschen liegen.

Aspartam ist keineswegs das harmlose Produkt, als das es von Monsanto vermarktet wird. Es ist nämlich ein höchst fragiles, biochemisches Konglomerat, welches bei etwa 30 Grad Celsius Körpertemperatur, wie sie etwa im Verdauungstrakt des menschlichen Körpers mühelos erreicht werden, ziemlich rapide in giftige Bestandteile zerfällt, die dann vom Organismus verstoffwechselt werden.

Der preiswerte Konkurrent von Aspartam (E951), das bei uns entwickelte Cyclamat (E952) wurde übrigens im US-Markt geschickt in Verruf gebracht. Es war unter den Verdacht geraten, bei Versuchstieren Blasenkrebs auszulösen. Beim Menschen konnte dies jedoch im Allgemeinen nicht bestätigt werden. Trotzdem wurde Cyclamat aufgrund dieser Experimente von der FDA diskreditiert, sodass seitdem, vor allem in den USA, quasi nur noch Aspartam verwendet wird. Auf diese Art wurde es bedauerlicher Weise zum weltweit

zweithäufigsten Süßstoff überhaupt und ist mittlerweile Bestandteil unzähliger gesüßter Lebensmittel, Diätlimonaden, Kaugummis, Bonbons, Desserts, etc.

Aufsehen erregte dann im Jahre 2004 endlich ein Brief von Russell Blaylock, der im Miami Herald vom 24.4.2004 die Versicherung der NutraSweet Company (Monsanto), Aspartam sei sicher für Frauen in der Schwangerschaft, als „den ernsthaftesten Bruch des öffentlichen Vertrauens in der Geschichte der Nation“ bezeichnete. Alleine die Tumorzinzidenz in Versuchstieren nehme um das 47-fache (!) unter Verwendung von Aspartam zu, ganz zu schweigen von den Schäden, die der Fötus erleide, und die sich lebenslang fortsetzten. Die Öffentlichkeit sei zwar betroffen von der Zunahme von Adipositas und Diabetes bei Kindern, aber nur wenige wüssten, dass eine Aufnahme von Excito-Toxinen (siehe unten), wie sie in Aspartam zu finden sind, Fettleibigkeit und Insulinresistenz hervorrufe.

Golfkriegs-Syndrom von Aspartam verursacht?

1991 kamen viele US-Soldaten mit ähnlichen Symptomen aus dem Irak nach Hause: Gelenk- und Muskelschmerzen, ungewöhnliche Müdigkeit und Erschöpfungszustände, Gedächtnisprobleme, Depressionen, Störungen der kognitiven und emotionalen Funktionen, Schwindel, Lähmungen, Sehstörungen. Man fasste dieses Phänomen unter dem Begriff des Golfkriegs-Syndroms zusammen. In erster Linie wird abgereichertes Uran hierfür verantwortlich gemacht, das in der eingesetzten Munition enthalten war. Es gibt aber auch Hypothesen, dass Cola-Light die Symptome verschuldet hat. Die Soldaten tranken nämlich riesige Mengen dieses Getränkes, das in Dosen abgepackt war, die überhitzt gelagert wurden. Durch die Wärme muss Aspartam schon in der Verpackung in seine Bestandteile zerfallen sein. Aus Methanol wurden Ameisensäure und Formalin als Hauptbestandteil. Letzteres ist ein hoch potentes, weil tödliches Nervengift, da es vom Körper nicht abgebaut werden kann.

Herzattacken bei Piloten durch Light-Getränke ?

Aber es kommt noch viel schlimmer: Am 8.9.1994 stürzte der US-Air-Flug 427, eine Boeing 737-300, bei einem Landemanöver im internationalen Airport in Pittsburgh ab. Alle 132 Menschen an Bord kamen ums Leben. Die Nachrichtenagentur Associated Press (AP) berichtete seinerzeit, dass Captain Peter Germano zehn Minuten vor dem Absturz eine Aspartam-haltige Diät-Sprite konsumierte. Dabei handelte es sich übrigens keineswegs um einen Zufall, denn auch andere Piloten berichteten signifikant oft nach dem Konsum von Diätprodukten von massiven Beschwerden, bis hin zu Ohnmacht, Kollaps oder Black-out. So zum Beispiel der australische Pilot Harold Wilson. Wilson ist fest davon überzeugt, dass seine gefährliche zehnminütige Herz-Kreislauf-Attacke (mit vorausgegangenen „Geruchs-Auren“ - abnormen, meist unangenehmen Geruchswahrnehmungen) am 13.8.1987, die nur dank eines

beherzten Passagiers glimpflich ausging, die Folge des vorherigen Konsums von Aspartam war. Er wurde dann anschließend schnell auf eine Piloten-Hotline aufmerksam, die sich mit derartigen Vorfällen beschäftigt, die dezidiert in Relation mit Aspartam stehen. Alarmiert setzte er den Süßstoff umgehend für sechs Monate ab und prompt hörten die Geruchs-Auren auf. Als er, weil er es wissen wollte, aus Neugier dann wieder damit anfang, kamen alle Symptome auf der Stelle zurück, was für ihn der endgültige Beweis war. Es gibt noch zahlreiche andere Exempel, bei denen mit Aspartam gesüßte Getränke in Verbindung mit Missgeschicken von Piloten zu stehen scheinen - viel zu viele, um sie sorglos abzutun, denn hier geht es schließlich um höchste Verantwortung für viele Menschenleben!

Ein US-Mediziner äußerte sich ebenfalls dahingehend, dass Aspartam in der Tat der zweithäufigste (!) Grund sei, warum Piloten ihre Fluglizenz verlieren. Selbst der damalige Kopf der luftfahrtmedizinischen Abteilung der FAA (US-Luftfahrtbehörde) gab zu, sie wüssten zwar, dass Aspartam ein großes Problem sei, aber ihnen seien die Hände gebunden. Die FDA sage, dass es sicher sei, deswegen könnten sie keinen Brief an die Flieger ausgeben, dass sie den Süßstoff nicht benutzen sollten. Ein Skandal! In dem schon erwähnten Buch „Deadly Deception...“ bemerkt der respektierte Kinderarzt Dr. Lendon Smith, dass Aspartam für einen ganzen Hexenkessel voller Leiden verantwortlich ist, darunter fünf Todesarten und mindestens 92 verschiedene Symptome.

Nervengift

Das „Medicine Journal of Neurology“, eine berühmte internationale Forschungspublikation, veröffentlichte eine Studie über den Zusammenhang von Aspartam und Herz-Kreislauf-Attacken, die an der Kinderklinik im kanadischen Halifax/Nova Scotia durchgeführt wurde. Die Wissenschaftler verzeichneten eine signifikante Zunahme von etwa 40 Prozent jener attackenartigen EEG-Gehirnwellen, wenn die Kinder Aspartam zu sich nahmen. Ebendies führt exakt zu denjenigen gefährlichen Abwesenheitsattacken, wie sie schon die besagten Piloten am eigenen Leibe erfahren mussten. Auch Russel Blaylock führt in seinem Buch „Excitotoxins...“ eine Vielzahl von Studien auf, die ausdrücklich die Neurotoxizität von Aspartam aufzeigen (500 Fußnotenreferenzen). Die einzige Studie übrigens, die keinen Zusammenhang sieht zwischen Attacken und Aspartam, wurde vom Nutra-Sweet-Hersteller finanziert!

Im Folgenden möchte ich, auf Russel Blaylocks Forschungsergebnisse zurückgreifend, die wichtigsten Aspekte von Aspartam zusammenfassen: Aspartam enthält mit Asparaginsäure, Phenylalanin und Methanol drei Neurotoxine. Methanol ist ein gefährliches potentes Neurotoxin. Die amerikanische Umweltbehörde EPA (Environment Pollution Agency) kontrolliert Methanol-Vorkommen sehr streng. Nur sehr geringe Spuren davon dürfen überhaupt in Lebensmitteln oder die Umwelt gelangen. Interessanter Weise ist der erlaubte Level in Aspartam nun siebenmal höher als von der EPA irgendwo sonst im Lande erlaubt! Methanol kann zu vielfältigen Vergiftungssymptomen

führen, vermag Sehnerven und Gehirnzellen irreversibel zu schädigen und sämtliche Symptome der Multiplen Sklerose exakt zu imitieren. Methanol wird vom Körper abgebaut zu Formaldehyd (Formalin, chemisch Methanol) und Ameisensäure (chemisch Methansäure). Formalin ist ein tödliches Nervengift und wird vom Körper angesammelt und nicht abgebaut. Auch Ameisensäure ist für den Menschen extrem giftig, wenn es sich im Blutkreislauf befindet.

Gehirnschädigungen bei Neugeborenen

Aber auch die beiden anderen Bestandteile von Aspartam sind nicht ungefährlich: Asparaginsäure kann zelluläre Erschöpfung, Zelltod im Gehirn und Gehirnentwicklungsstörungen bei Neugeborenen verursachen. Auch Phenylalanin gilt als neurotoxisch. Studien zeigen, dass sich diese Substanzen in sehr hoher Wirkstoffkonzentration im menschlichen Gehirn anhäufen. Sie lagern sich in der medulla oblongata an („verlängertes Rückenmark“, hinterster Teil des Gehirnes), am corpus striatum („Streifenkörper“, Teil des Großhirnes), der mit dem Parkinsonschen Leiden im Zusammenhang gesehen wird. Auch der Hypothalamus wird dadurch beeinträchtigt und infolgedessen das endokrine System, das autonome Nervensystem, Herzfrequenz, Schlaf/Wach-Zyklus, Appetit, emotionales System.

Zelltod durch übererregendes Excitotoxin

Zu den prominentesten Excitotoxinen zählen Aspartam und MSG (Mono-Natrium/Sodium-Glutamat). Der Begriff kommt von dem lateinischen „excito“, übersetzt „aufschrecken“, „erregen“, „anfachen“. Wenn Excitotoxine auf Neuronen (Gehirnzellen) wirken, führen sie bei diesen zu einer Hyper-Erregung. Die Neuronen feuern dann ihre Impulse so schnell und so lange ab, bis die Zelle so erschöpft wird, dass sie abstirbt. Aspartate und Glutamate sind Neurotransmitter-Substanzen des Körpers, die dafür sorgen, dass die Zellen miteinander kommunizieren können. Jedoch sind diese Substanzen im Organismus nur in sehr niedrigen Konzentrationen vorhanden, da sie toxisch sind. Alles, was diesen gut regulierten Prozess nun durcheinander bringt, kann Gehirnzellen schädigen und zerstören (Neurodegeneration).

Aspartam beinhaltet auch einen hohen Anteil isolierter Aminosäuren, die den Blutspiegel von potentiell gefährlichen (isolierten) Proteinsubstanzen enorm in die Höhe treiben können. Komplexe, natürliche Aminosäureverbindungen wären dazu nie in der Lage. Dramatische Konsequenzen dieses Anstieges können die Anreicherung der isolierten Proteinsubstanzen im menschlichen Gehirn sein und die Zerstörung einzelner Gruppen von Hirnzellen. Hieraus können viele Leiden, letztlich sogar Hirntumor, Hirnschlag oder Tod resultieren.

Aspartam kann Multiple Sklerose verstärken

Bezüglich der Verbindung von Aspartam und Multipler Sklerose (MS) ist zu sagen, dass bei dieser Erkrankung die Blut-Hirn-Schranke ihrer Aufgabe tendenziell nicht mehr gut gerecht werden kann. Beim gesunden Menschen sind die Wände der Blutgefäße im Gehirn so aufgebaut, dass viele kritische Substanzen nicht aus dem Blut in das Hirngewebe eindringen können. Ist dieser Schutz nicht mehr gewährleistet, können Phenylalanin, Asparaginsäure oder Methanol aus dem Blut in diese empfindlichen Bereiche sickern. Die MS-Symptome können sich dadurch extrem verschlimmern. Wenn eine Person subklinische MS hat und zum Beispiel gar nicht weiß, dass sie von dieser Krankheit betroffen ist, und dann Aspartam zu sich nimmt, ist es möglich, dass sie sofort sämtliche Symptome einer voll ausgebildeten MS entwickelt und tödlich krank wird!

Mangelnde Aussagekraft der Studien

Viele Studien wurden mit Ratten und Mäusen durchgeführt, und beide Tiergattungen verstoffwechseln Aspartam ganz anders als der Mensch. Mäuse beispielsweise benötigen siebenmal mehr Aspartam, um einen vergleichbaren Anstieg von Phenylalanin im Blutplasma aufzuweisen. Außerdem verwenden viele Menschen Aspartam oft mehrmals am Tag, während viele der Experimente mit nur einer einzigen Dosis oder zweien durchgeführt worden sind. Somit ist die Situation im menschlichen Organismus erheblich differenzierter. Außerdem konsumieren Menschen im Allgemeinen weitere Excitotoxine in anderer Form, wie etwa Glutamat oder hydrolysiertes Pflanzenprotein, wodurch sich die Belastungen summieren. Zudem wurde in vielen Experimenten tatsächlich eingekapseltes Aspartam verwendet, welches um bis zu 50 Prozent weniger absorbiert wird. Also sind viele der Experimente nicht auf den Menschen übertragbar.

Kombination von Diät und Aspartam



Jeder, der eine Diät durchführt und sich währenddessen Light-Produkte zuführt, muss sich darüber im Klaren sein, dass er damit seine Gesundheit gefährdet. Wenn man auf einer niederkalorischen Diät ist, die den Blutzuckerspiegel senkt, dann erhöht dies die Risiken für Herz-Kreislaufattacken, kardiale Probleme oder neurodegenerative Veränderungen im Gehirn. Das ist sehr gefährlich. Ein Radiomanager erwähnte, er habe eine Menge Gedächtnisprobleme, mit Desorientierung und Konfusion. Er machte eine Diät,

während der er Light-Getränke zu sich nahm. Als Dr. Blaylock ihm diese wegnahm, verbesserte sich seine Kondition.

Vorsicht auch bei Kindern und Schwangeren: Dr. Keith Connors, der das Buch „Feeding the Brain: How Food Affects Children“ verfasst hat, beschrieb einen Fall, bei dem ein vierjähriges Kind zum Berserker wurde, nachdem es ein Aspartam-gesüßtes Getränk konsumiert hatte. Das Kind war hyperaktiv, gewalttätig und beschwerte sich über Kopfschmerzen. Ein Arzt stoppte den Konsum des Getränkes. Daraufhin kehrte es zu einer gefälligen, völlig normalen mentalen Konstitution zurück; keine Kopfschmerzen mehr. Die Mutter war so skeptisch, dass sie es das Kind erneut probieren ließ. Prompt passierte dasselbe noch mal!

Kriminelle Handhabung

Schwangere müssen ganz besonders aufpassen, denn hier können entsprechende Light-Produkte schwerste Schäden bewirken! In einer israelischen Studie durch Brina Frieder und Veronika Grimm von 1984 wurden trächtige Mäuse Excitotoxinen ausgesetzt. Es stellte sich heraus, dass der Nachwuchs ernsthafte Probleme mit komplexerem Lernen hatte. Als die Forscherinnen daraufhin dessen Gehirnzellen studierten, fanden sie den Neurotransmitter Acetylcholin um 80 Prozent reduziert. Dieses Defizit blieb während der ganzen Adoleszenz in diesem Ausmaß erhalten. Eine andere Studie mit schwangeren Frauen ergab, dass die Aufnahme von Glutamat und Excitotoxinen während der Schwangerschaft bei den Kindern zu einer dramatischen Zunahme von freien Radikalen führte, welche ebenfalls während der ganzen Adoleszenz anhielt. Die freien Radikale nahmen um 56 Prozent zu. Ein Übergewicht freier Radikale kann verschiedensten Krankheiten Tür und Tor öffnen. Wie Jean Carper in „Wundernahrung fürs Gehirn“ herausstellt, sind „Gehirnzellen wegen ihrer hohen energetischen Aktivität besonders anfällig für Attacken von Freien Radikalen.“

Ironischer Weise konzentriert sich Aspartam im Blutspiegel Ungeborener sogar noch zweifach, wenn die Mutter den Süßstoff zu sich nimmt. Der Pädiatrie-Professor Louis J. Elsas fand auf einem Hearing des US-Senates 1987, bei dem Gesundheits- und Sicherheitsaspekte von NutraSweet behandelt wurden, klare Worte. Es sei bekannt, dass Aspartam ein Nervengift ist, welches Geburtsdefekte auslöst, und es gebe trotzdem keine Kennzeichnungspflicht, keinerlei Warnhinweis. Dies sei kriminell. So viele Mütter hätten sich beschwert, weil sie erst zu spät erfahren hätten, wie gefährlich Aspartam ist. Sieben Babies hätten deshalb schon sterben müssen.

Süße Lightprodukte: Finger weg

Schwangere und Eltern sollten derartige Produkte ihrem Nachwuchs und ihrem eigenen Organismus zuliebe möglichst völlig meiden. Sofern sie selbst bislang

unter irgendwelchen der aufgeführten Symptome leiden, sollten Sie zunächst einmal sämtliche Getränke und Lebensmittel, die Aspartam enthalten, umgehend aus ihrer Nahrung verbannen. Verräterisch: Sämtliche Produkte, die den gefährlichen Stoff enthalten, müssen aus rechtlichen Gründen den folgenden Warnhinweis tragen: „Enthält eine Phenylalaninquelle.“ (Wegen der seltenen Erbkrankheit Phenylketonurie, für die Aspartam potentiell tödlich ist). Lassen dann die Symptome deutlich nach, haben Sie die Ursache schon gefunden.

Viele Erkrankungen, deren Ursachen unbekannt sind und die im letzten Jahrzehnt zugenommen haben, könnten durchaus mit Aspartam in Zusammenhang stehen. Aspartam wird jetzt seit über 30 Jahren verwendet und mittlerweile von mehr als 200 Millionen Menschen tagtäglich in durchweg recht hohen Dosen eingenommen. Kann Monsanto die Produkthaftung für Millionen Geschädigte jemals übernehmen?

Der Artikel wurde zuerst in der Dezember-Ausgabe 2008 der Zeitschrift raum&zeit veröffentlicht.

Nebenwirkungen von Aspartam (veröffentlicht von der amerikanischen Zulassungsbehörde für Lebensmittel und Medikamente)

Angstzustände, Arthritis, Asthma, Asthmatische Reaktionen, Unterleibsschmerzen, Probleme der Blutzuckerkontrolle (Hypoglykämie und Hyperglykämie), Gehirnkrebs, Atembeschwerden, Brennen der Augen und des Rachens, Schmerzen beim Urinieren, Hüftschmerzen, Chronischer Husten, Chronische Müdigkeit, Depressionen, Durchfall, Gedächtnisverlust, Müdigkeit, extremer Durst oder Hunger, Durchblutungsstörungen, Haarausfall, Herzrhythmusstörungen, Hoher Blutdruck, Impotenz und Sexualprobleme, Konzentrationsschwierigkeiten, Infektionskrankheiten, Kehlkopfentzündung, Schlafstörungen, Juckreiz und Hautbeschwerden, Schwellungen, Muskelkrämpfe, Schwindelanfälle, Zittern, Nervöse Beschwerden, Gelenkschmerzen, Übelkeit und Erbrechen, Atembeschwerden, Hörbeschwerden, Tinnitus, Menstruationsbeschwerden und Zyklusveränderungen, Gliederschmerzen und -beschwerden, Allergische Reaktionen, Panikzustände, Phobien, Sprachstörungen, Persönlichkeitsveränderungen, Schluckbeschwerden, Sehbeschwerden, Gewichtszunahme.