

Maran

Van: <info.service@rath.nl>
Aan: <maran.verhoeven@freeler.nl>
Verzonden: donderdag 12 februari 2004 10:06
Onderwerp: Tekorten in de Nederlandse voeding

Hieronder volgt een samenvatting van het rapport '\Tekorten in de Nederlandse voeding', dat op 10 april 1995 werd toegezonden aan de minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, mevr. dr. E. Borst-Eilers.

In dit rapport, dat werd opgesteld door S.O.E.-directeur Ruud A. Nieuwenhuis, wordt aangetoond dat de Nederlandse bevolking zich inadequaat voedt.

Zelfs bij het gebruik van een zogenoemd evenwichtige voeding, waarvan de verantwoordelijke overheidsinstanties steeds opnieuw beweren dat zij volledig in alle behoeften voorziet, treden ernstige tekorten op van zeer belangrijke micro-voedingsstoffen (vitaminen, mineralen, spoorelementen).

U kunt het rapport bestellen via de online boekwinkel van de S.O.E. (www.soe.nl).

Zeer verontrustende uitkomsten

De uitkomsten van de door de Stichting Orthomoleculaire Educatie uitgevoerde voedingsberekeningen tonen onweerlegbaar het volgende aan:

a) zelfs een zgn. EVENWICHTIGE voeding bevat ONVOLDOENDE vitamines, mineralen en spoorelementen: vitamine A, selenium en koper komen als tekort bij de gehele bevolking voor. Bij diverse bevolkingsgroepen, waaronder de twee kwantitatief grootste groepen (mannen en vrouwen van 22-50 jaar) komen verder nog tekorten voor aan vitamine D, calcium, ijzer, zink en magnesium. Voorts brengt de berekeningsuitkomst marginale inname van de vitamines B1 en B2 aan het licht;

b) er zijn aanwijzingen dat het aantal mensen dat daadwerkelijk eet volgens de richtlijnen van de Voedingwijzers van het Voorlichtingsbureau voor de Voeding (VoVo), derhalve daadwerkelijk '\evenwichtig' eet, uiterst klein is.

Dus met de inname van micro-voedingsstoffen door praktisch de gehele bevolking is het aanzienlijk slechter gesteld dan bij gebruik van de '\evenwichtige' voeding.

Het is dan ook niet voor bestrijding vatbaar dat bij praktisch de gehele bevolking multiple deficiënties aan micro-voedingsstoffen bestaan;

c) bij de vaststelling van de voedingsnormen is ten onrechte geen rekening gehouden met allerlei omstandigheden die de behoefte aan noodzakelijke micro-voedingsstoffen bij de bevolking verhogen.

Indien ook deze negatieve factor wordt meegenomen, kan slechts worden geconcludeerd tot het bestaan van ernstige, multiple tekorten op micro-niveau bij de gehele bevolking.

Recent onderzoek toont overtuigend aan dat reeds de onder a) gesignaleerde tekorten leiden tot verhoogde kansen op het ontstaan van hart- en vaatziekten, kanker en andere ernstige, op grote schaal voorkomende ziektebeelden, alsmede tot massaal verlies van conditie in de brede zin des woords.

Dit rapport geeft globale voorstellen om deze trieste prognose het hoofd te bieden.

Uit de berekeningen en aanvullend materiaal in het rapport kunnen de volgende conclusies worden getrokken:

Eindconclusie 1:

De gemiddelde Nederlander gebruikt geen evenwichtige voeding. Maar zelfs als hij dat wel zou doen

(eten volgens de Voedingswijzer van VoVo), dan nog krijgt hij lang niet de aanbevolen hoeveelheid van vele essentiële voedingsstoffen binnen.

Vrijwel de gehele Nederlandse bevolking kampt met kleine of grotere tekorten in de voeding aan essentiële vitaminen, mineralen en sporelementen. Deze tekorten zullen onvermijdelijk leiden tot (ernstige) gezondheidsproblemen.

Andere invloeden op de voedingsstatus en voedingsbehoefte

De gevonden berekeningsuitkomsten van de gehalten voedingsstoffen die dagelijks worden geconsumeerd, zijn getoetst aan de Nederlandse voedingsnormen, de zgn. Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheden (ADH's).

Deze conservatieve normen (meerdere wetenschappers pleiten al langere tijd voor verhoging van vele ADH's) houden echter geen rekening met de volgende, onmiskenbare invloeden op het gehalte aan nutriënten in voedingsmiddelen en in humaan weefsel:

a) de verarming van onze landbouw- en veeteeltgronden als gevolg van monocultures, onvolkomen kunstmest-samenstelling, gebruik van verdelgingsmiddelen, zgn. veredeling van zaden e.d., eenzijdige veevoeding, hormoon-stimulantia, enz.;

b) de vervuiling in voeding en milieu: lichaamsvreemde toevoegingen aan voedsel, kunstvoedingsproducten van de industrie (waarin schadelijke stoffen zoals transvetten, en samengesteld met verkeerde voedingsbalansen), straling, uitlaatgassen van het gemotoriseerde verkeer, gifuitstoot van de industrie, enz.;

c) de in wezen onnatuurlijke bereiding van ons voedsel (bakken, braden, frituren, enz.).

Het menselijk lichaam beschikt over vele routes om binnengeslopen vervuiling uit voeding en milieu te elimineren, maar heeft daarvoor met name anti-oxidanten die zich voor een belangrijk deel in voeding bevinden.

Aangezien in het voorgaande is aangetoond dat aan deze stoffen in onze voeding juist een tekort bestaat, zal de ontgiftingscapaciteit van ons lichaam niet voldoende actief kunnen worden. De gevolgen hiervan zijn uiteraard zeer schadelijk voor de gezondheid.

Ter neutralisering van dit negatieve effect moet een compensatie worden gegeven voor de grotere behoefte aan micro-nutriënten, vooral anti-oxidanten. Het moge duidelijk zijn dat deze compensatie alleen mogelijk is in de vorm van suppletie met de ontbrekende anti-oxidanten.

Eindconclusie 2:

Indien ook de uit hoofde van milieu- en voedingsvervuiling noodzakelijke extra behoefte aan voedingsstoffen wordt ingecalculeerd, kan de conclusie niet anders zijn dan dat de gehele Nederlandse bevolking met middelgrote tot grote tekorten aan vele vitaminen, mineralen en sporelementen kampt.

=====

MR Publishing B.V. info.service@rath.nl
 Postbus 859 FON: +31 546 533 100
 NL-7600 AK Almelo FAX: +31 546 533 111
<http://www.dr-rath.com>

