

Paar voorbeelden van nadelen/bijwerkingen/gevaren van E-nummers:

E 950 Acesulfaam-K syntethische zoetstof:

- geen, sluitende, goed omschreven en correct uitgevoerde studies omtrent kankerverwekkend vermogen voor handen.
- het afbraakproduct acetamide leidt tot schildklierfunctiestoornissen en schildkliertumoren bij proefdieren (triest dat dieren het moeten ontgelden voor dit soort bewijzen)

E 951 Aspartaam syntetische zoetstof het zoete vergif noem ik het:

- toxiciteit van methanol, gevormd na de splitsing van aspartaam in de darm en toxiciteit van formaldehyde (wordt trouwens ook toegevoegd in witte suiker) en mierzuur, afbraakproduct weer van methanol: vooral op netvlies, zenuwstelsel, GI-stelsel,
- neurotoxiciteit: piekwaarden van asparagine en fenylalanine t.o.v. andere aminozuren leiden tot verstoringen van neurotransmitters in de hersenen: duizeligheid, migraine, depressiviteit, hyperactiviteit, uitlokken van epi-aanvallen,
- verband met baarmoederpoliepen, verhoogd cholesterol en hersentumoren: door DKP of diketopiperazine gevormd bij verhitting of langdurige bewaring,
- zenuw- en hersenbeschadiging door overmaat fenylalanine voor mensen met fenylketonurie, toxiciteit voor dragers van het gen van fenylketonurie, mensen met nierziekten.
- kans op hersenafwijking van de ongeboren foetus,
- verder verantwoordelijk van talrijke klachten en verergert tal van ziektebeelden.

E 952 Cyclamaat syntetische zoetstof:

- mogelijke overgevoeligheid: chronische urticaria (netelroos),
- toxiciteit door het mogelijks vrijstellen van cyclohexylamine in het lichaam,
- bij ratten: hormonale veranderingen, o.a. verschrompelen van teelballen,
- bij muizen: bevordert het ontstaan van blaaskanker,

E 953 Saccharine syntetische zoetstof:

- kans op overgevoeligheidsreacties,
- lokt bij ratten blaastumoren uit.

(Bron: Suikers en zoetstoffen geschreven door Dr. Geert Verhelst, arts)