

NULL TODESFÄLLE DURCH VITAMINE. NULL TODESFÄLLE DURCH MINERALIEN.

Sicherheit von Nahrungsergänzungsmitteln durch Amerikas größte Datenbank bestätigt

Von Andrew W. Saul, Herausgeber

OMNS (23. Januar 2023) Der 39. Jahresbericht der American Association of Poison Control Centers (*Amerikanischer Verband der Giftnotrufzentralen*) weist **null Todesfälle durch Vitamine** aus. Bestätigende Daten finden sich in Tabelle 22B, S. 1613-1615, ganz am Ende des ausführlichen Berichts, veröffentlicht in *Clinical Toxicology (Klinische Toxikologie)*. [1] Es ist interessant, dass sie ganz hinten steht, wo sie wahrscheinlich kein Nachrichtenreporter zu Gesicht bekommt. Aber hier steht es: keine Todesfälle, überhaupt keine, durch Vitamin A, Niacin, Pyridoxin (B-6) oder irgendein anderes B-Vitamin. Es gab keine Todesfälle durch Vitamin C, Vitamin D oder Vitamin E. Es gab keine Todesfälle durch Multivitaminpräparate. Es gab **überhaupt keine Todesfälle durch irgendein Vitamin.**

Außerdem gab es keine Todesfälle durch Mineralstoffpräparate. Bei zwei Todesfällen durch "Eisen und Eisensalze" wurde eindeutig festgestellt, dass sie **nicht** auf Eisenpräparate zurückzuführen waren (S. 1607).

Keine Todesfälle durch Vitamine. Keine Todesfälle durch Mineralien. Wetten, dass dies nie in den Abendnachrichten zu sehen sein wird? Nun, haben Sie es dort gesehen? Und warum nicht? Dies ist für die Öffentlichkeit von echter Bedeutung. Immerhin nehmen mindestens zwei Drittel der US-Bevölkerung täglich Nahrungsergänzungsmittel ein. Einer Harris-Umfrage zufolge sind es bei den amerikanischen Erwachsenen 86 %. [2] Aber nehmen wir einfach mal die niedrigere Zahl. Wenn jeder dieser Menschen nur eine einzige Kapsel pro Tag einnimmt, ergibt das immer noch über 220 Millionen Einzeldosen pro Tag, also insgesamt weit über **80 Milliarden Dosen pro Jahr**. Da viele Menschen weit mehr als nur eine einzige Vitaminkapsel einnehmen, ist der tatsächliche Verbrauch wesentlich höher, und die Sicherheit von Vitaminpräparaten ist umso bemerkenswerter.

Während des gesamten Jahres gab es in den gesamten USA von Küste zu Küste nicht einen einzigen Todesfall durch ein Vitamin- oder Mineralstoffpräparat. Wenn Nahrungsergänzungsmittel angeblich so "gefährlich" sind, wie die FDA, die Medien und sogar einige Ärzte immer noch behaupten, **wo sind dann die Leichen?**