

# Fast Food voller Antibiotika, Hormone und Schwermetalle, aber mit wenig Nährstoffen

- [T.H.G.](#)
- [Oktober 31, 2023](#)
- [Gesundheit/Heilmethoden/Alternative Medizin/Ernährung](#)

## Die Geschichte auf einen Blick

- Die meisten Restaurantketten verwenden Rind- und Hühnerfleisch aus Kraftfutterbetrieben (CAFOs), in denen routinemäßig Tierarzneimittel eingesetzt werden. Von den 10 untersuchten Fast-Food-Mahlzeiten wurden alle bis auf zwei positiv auf Tierarzneimittel getestet
- Sechs der 10 Fast-Food-Proben (Taco Bell, Dunkin', Wendy's, Domino's, Burger King und McDonald's) enthielten das Veterinärantibiotikum Monensin, das für den menschlichen Gebrauch nicht zugelassen ist, da es schwere Schäden verursachen kann
- Von 43 getesteten Schulmahlzeiten wiesen 95 % nachweisbare Mengen an Glyphosat auf, einem krebserregenden und endokrin wirksamen Unkrautvernichtungsmittel, das mit Leberentzündungen, Stoffwechselstörungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs in Verbindung gebracht wird
- 100 % der getesteten Schulmahlzeiten enthielten Schwermetalle in einer Konzentration, die bis zu 6.293 Mal höher war als die im Trinkwasser zulässigen Höchstwerte. Die höchsten Werte wurden bei Cadmium und Blei festgestellt
- Von 21 Fast-Food-Mahlzeiten, die auf essenzielle Mineralien getestet wurden, entsprach keine dem empfohlenen Tagesbedarf an Kalzium, Kalium, Mangan, Kupfer, Zink und Eisen, und keine der 10 Fast-Food-Mahlzeiten, die auf B-Vitamine getestet wurden, enthielt nachweisbare Mengen an

B9 oder B12. Auch der Gehalt an Vitamin B3 (Niacin) war außergewöhnlich niedrig

Der hohe Gehalt an [Linolsäure \(LA\)](#) ist zwar einer der Hauptgründe, warum verarbeitete Lebensmittel und Fast Food so schlecht für die Gesundheit sind, doch sind Schadstoffe wie Tierarzneimittel, Antibiotika, Hormone und Schwermetalle – in Verbindung mit minderwertigen Mengen an essenziellen Nährstoffen – weitere wichtige Gründe, die es zu meiden gilt.

### **8 von 10 Fast-Food-Mahlzeiten enthalten Tierarzneimittel**

Im September 2023 schickte Moms Across America (MAA) Lebensmittelproben von 10 Fast-Food-Ketten an das Health Research Institute, ein gemeinnütziges Labor, das Lebensmittel auf Nährstoffgehalt, Schadstoffe und Toxine untersucht. Jede Lebensmittelprobe wurde auf das Vorhandensein von 104 der gängigsten Tierarzneimittel und Hormone untersucht. Das Analysezertifikat können Sie [hier](#) einsehen.

Zu den untersuchten Schnellrestaurants gehörten McDonald's, Starbucks, Subway, Chick-fil-A, Burger King, Taco Bell, Chipotle, Dunkin', Wendy's und Domino's. Von diesen wurden nur Chipotle und Subway negativ auf Tierarzneimittel getestet.

Das ist nicht weiter verwunderlich, wenn man bedenkt, dass die meisten Restaurantketten Rind- und Hühnerfleisch aus Kraftfutterbetrieben (CAFOs) verwenden, in denen Tierarzneimittel routinemäßig eingesetzt werden. Wie von der MAA erklärt:

*„Aufgrund der großindustriellen Bedingungen in der Massentierhaltung, die eine extrem enge Unterbringung, unhygienische Räume und ein hohes Krankheitsaufkommen umfassen, stammt der größte Teil des nicht biologischen Fleisches in Amerika von Tieren, die stark mit Antibiotika, Wachstumshormonen und einem Antiparasitikum behandelt werden, das auch ein bekanntes Verhütungsmittel für Vögel ist.“*

### **6 von 10 enthalten potenziell riskante Antibiotika**

Sechs der zehn Fast-Food-Proben (Taco Bell, Dunkin', Wendy's, Domino's, Burger King und McDonald's) enthielten ein veterinärmedizinisches Antibiotikum namens Monensin, das für den menschlichen Gebrauch nicht zugelassen ist, da es schwere Schäden verursachen kann. Die Probe mit der höchsten Konzentration (Taco Bell) enthielt 0,64 Mikrogramm (mcg). Die „zulässige“ Tagesdosis beträgt 12,5 mcg/kg Körpergewicht pro Tag.

Monensin hat auch eine Reihe von Nebenwirkungen bei Tieren, darunter Anorexie, Durchfall, Depression, Ataxie, Degeneration von Herz- und Skelettmuskeln, Nekrose und Tod.

Das antibiotische Ionophor Narasin, das bei Tieren die gleichen Nebenwirkungen wie Monensin hat, wurde in 4 der 10 Proben gefunden (Wendy's, Dunkin', Domino's und Starbucks). Die höchste Konzentration, 1,53 mcg, wurde in einem Cheeseburger von Wendy's gefunden. Die drei anderen enthielten nur Spurenkonzentrationen. Die „akzeptable“ tägliche Aufnahmemenge beträgt 5 mcg/kg pro Tag.

Sowohl Monensin als auch Narasin sind für Hunde und Pferde giftig und können bei extrem niedrigen Konzentrationen Lähmungen der Hinterbeine verursachen. Außerdem können sie bei Rindern und Milchkühen eine akute Degeneration und Nekrose der Rhabdomyozyten des Herzens verursachen. Sie werden bei Rindern eingesetzt, weil sie die Gewichtszunahme fördern. Die MAA kommentierte diese Ergebnisse:

*„Moms Across America ist ernsthaft besorgt darüber, dass unsere Bevölkerung, insbesondere Kinder, unwissentlich nicht verschriebene Antibiotika-Ionophore in der Tierhaltung verzehren, selbst in geringen Mengen, und zwar ständig wegen der möglichen Schädigung des Mikrobioms und des Risikos des Wachstums antibiotikaresistenter Bakterien.*

*Wir fragen uns, ob die Nebenwirkungen dieser Ionophore bei Hunden und Pferden, die zu Funktionsstörungen an den Hinterbeinen führen, mit den Millionen von Amerikanern zusammenhängen könnten, die unter dem Syndrom der unruhigen Beine und Neuropathie leiden, Erkrankungen, die den meisten Menschen noch vor ein oder zwei*

*Generationen unbekannt waren ... Solange die Unbedenklichkeit nicht erwiesen ist, fordern wir unsere Aufsichtsbehörden wie die USDA und die FDA auf, den Einsatz dieser Medikamente bei unseren Nutztieren zu verbieten.“*

### **„Verhütungsmittel für Geflügel“ in Chick-fil-A-Sandwich entdeckt**

Im Chick-fil-A-Hähnchensandwich wurde Nicarbazin nachgewiesen, ein Antiparasitikum und Verhütungsmittel für Geflügel, das bei bestimmten Geflügelarten wie Tauben und Gänsen Unfruchtbarkeit verursacht. Tatsächlich wird es zur Kontrolle von Gänse- und Taubenpopulationen eingesetzt.

Bei Hühnern wird es eingesetzt, um bestimmte Infektionen zu bekämpfen und sie zu mästen. Zu den Nebenwirkungen des Medikaments gehören eine erhöhte Empfindlichkeit gegenüber Hitzestress, degenerative Prozesse in Leber und Nieren sowie der Tod.

Im Jahr 2009 versuchte die British Soil Association, Nicarbazin in Großbritannien verbieten zu lassen, da es keine Beweise dafür gab, dass das Mittel keine genetischen Schäden, Mutationen, Missbildungen oder Fehlbildungen verursacht. Infolgedessen war ein europäisches Prüfungsgremium nicht in der Lage, eine sichere Rückstandsmenge in Hühnern und Eiern zu ermitteln.

Trotz der offenen Fragen erlaubten die Europäische Kommission und die britische Veterinärmedizinische Direktion weiterhin die routinemäßige Verwendung des Mittels in der Geflügelindustrie, indem sie eine Gesetzeslücke nutzten. In den USA ist Nicarbazin seit 1955 ein zugelassenes Tierarzneimittel zur Verwendung als Antikoccidienmittel bei Masthühnern.

Das Chick-fil-A-Sandwich enthielt 0,36 mcg Nicarbazin, und der „akzeptable“ Wert liegt bei 200 mcg/kg pro Tag. Die scheinbar große Sicherheitsspanne bedeutet jedoch nicht, dass es keinen Grund zur Sorge gibt. Wie der Geschäftsführer der MAA, Zen Honeycutt, feststellte:

*„Die Auswirkungen des täglichen Konsums eines bekannten tierischen Verhütungsmittels durch Millionen von Amerikanern, insbesondere*

*Kinder und junge Erwachsene, sind besorgniserregend. Da Unfruchtbarkeitsprobleme zunehmen, steht die reproduktive Gesundheit dieser Generation angesichts dieser Ergebnisse für uns im Vordergrund.*

*Es handelt sich um Tierarzneimittel und Hormone ... die einzigen Studien, die ich gefunden habe und die Sie finden werden, beziehen sich also auf Tiere. [Sie sind nicht für Menschen zugelassen, und doch werden sie [in der Lebensmittelversorgung] zugelassen.] Manche Menschen nehmen diese Lebensmittel täglich zu sich, so dass wir nicht wissen, wie viel sie in ihrem Körper anreichern.“*

John Fagan, leitender Wissenschaftler am Health Research Institute, merkte ebenfalls an, dass die von der FDA festgelegten Grenzwerte nur dann sinnvoll sind, wenn es um akute Vergiftungen geht. Im Falle von Fast Food, das manche Menschen dreimal täglich essen, geht es um chronische Vergiftungen durch die Anhäufung von Giftstoffen im Laufe der Zeit.

### **Mit Pestiziden belastete Schulmahlzeiten**

Im September 2022 untersuchte die MAA außerdem 43 Schulmahlzeiten nicht nur auf Hormone und Tierarzneimittel, sondern auch auf Pestizide, Schwermetalle und den Nährstoffgehalt. Die Ergebnisse waren sogar noch beunruhigender.

Fünfundneunzig Prozent der Schulspeisungen wiesen nachweisbare Mengen an Glyphosat auf, einem krebserregenden und endokrin wirksamen Unkrautvernichter, der routinemäßig bei GVO-Getreide eingesetzt wird und mit Leberentzündungen, Stoffwechselstörungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs, einschließlich Leberkrebs und Non-Hodgkin-Lymphom, in Verbindung gebracht wird.

Die höchsten Glyphosatwerte wurden in Rindfleisch-Tacos mit Weichweizentortilla (286,77 Nanogramm pro Gramm) und Pizza (156,14 ng/g) gefunden. Wie die MAA feststellt, sind diese Werte höchst besorgniserregend:

*„Bei regelmäßigem Verzehr könnten Ergebnisse mit einem effektiven Gesamt-Glyphosatgehalt von über 25 ng/g schädliche Auswirkungen*

*haben. Dies sind Werte, die, wenn sie routinemäßig an Ratten verfüttert werden, dazu führen, dass diese Symptome der nichtalkoholischen Fettlebererkrankung (NAFLD) zeigen.*

*NAFLD ist lebensbedrohlich und stellt eine Epidemie in den USA dar. Es ist davon auszugehen, dass diese Glyphosatmengen in Schulmahlzeiten ähnliche Auswirkungen auf Kinder haben.*

*Es ist davon auszugehen, dass Werte unter 25 ng/g zu NAFLD und anderen Krankheiten beitragen, da ein Kind im Laufe des Tages mehr als eine glyphosathaltige Mahlzeit zu sich nimmt und die Glyphosatwerte kumulativ sind.“*

Andere giftige Pestizide, die in den Schulmahlzeiten gefunden wurden, sind unter anderem:

- **Thiabendazol**, das immununterdrückende Wirkungen hat, wurde in 27,9 % der Proben gefunden.
- **Piperonalbutoxid**, das in 18 der 43 Proben (41 %) vorhanden war, ist ein Entwicklungstoxin, das Geburtsfehler und Störungen der Neuroentwicklung verursacht.
- **Pyrimethanil**, das mit 595,04 ppb auf einem Apfel nachgewiesen wurde, verursacht bei Tieren nachweislich Schilddrüsentumore.

### **Schulspeisung: Drogen, Schwermetalle, aber nur wenige Nährstoffe**

Neun der 43 Schulmahlzeiten enthielten auch vier Arten von Tierarzneimitteln und Hormonen, und schockierende 100 % der Mahlzeiten enthielten Schwermetalle in Mengen, die bis zu 6 293 Mal höher waren als die im Trinkwasser zulässigen Höchstwerte. Die Werte reichten von 0,5 ppb bis 94,4 mcg/kg.

Die höchsten Schwermetallwerte wurden bei Cadmium und Blei mit bis zu 46,8 mcg/kg (Cadmium) und 94,4 mcg/kg (Blei) festgestellt. Gleichzeitig wiesen die meisten Mahlzeiten einen „abgrundtiefen Mangel“ an essenziellen Nährstoffen auf. Wie von der MAA berichtet:

-

*„Ein Berater hat den Beitrag berechnet, den das Beispiel-Lebensmittel zum Nährstoffbedarf einer Person leisten würde, wobei er davon ausging, dass diese eine Portion von 4 Unzen verzehrt (die üblicherweise in der Nährwertanalyse verwendet wird) und davon ausgeht, dass dieses Lebensmittel ¼ ihres Nährstoffbedarfs für den Tag deckt.*

*Die Lebensmittel weisen durchweg einen hohen Kupfermangel auf und sind auch durchweg mangelhaft (aber in geringerem Maße) an Kalzium, Kalium und Phosphor. Magnesium, Zink und Mangan sind in vielen Proben unzureichend, etwa zu 50 %. Der einzige Mineralstoff, der die Anforderungen durchweg erfüllt oder übertrifft, ist Eisen. Das ist gut, aber es reicht nicht aus! ...*

*Ohne die richtigen Nährstoffe funktionieren die Gehirne unserer Kinder nicht richtig, und ihre Körper entwickeln sich nicht wie erforderlich. Kinder mit Lern- und Verhaltensproblemen haben oft nur einen Mangel an einem oder zwei Mineralien oder Vitaminen; wenn diese Nährstoffe in ihre Ernährung aufgenommen werden, klingen ihre geistigen, körperlichen und Verhaltensprobleme ab. Sogar gewalttätiges Verhalten wird unterbunden. Unsere Kinder brauchen eine richtige, nährstoffreiche Ernährung“.*

### **Fast Food kann Sie nicht ernähren**

Nach Abschluss der Tierarzneimittelanalyse von 10 Fast-Food-Mahlzeiten untersuchte MAA 21 Fast-Food-Marken auf wichtige Mineralien und die 10 wichtigsten Marken auf B-Vitamine.

*„Die Tests wurden aus Sorge um Amerikas explodierende psychische und physische Gesundheitskrise durchgeführt,“* schreibt Honeycutt in ihrem Bericht vom 18. Oktober 2023.

*„Fünfundachtzig Millionen Amerikaner essen jeden Tag Fast Food. Fast-Food-Unternehmen liefern oft einen erheblichen Teil der 30 Millionen Schulmahlzeiten, die unseren Kindern täglich serviert werden.*

*Die Qualität der Lebensmittel, einschließlich der Verunreinigung durch Agrochemikalien und des Nährstoffmangels aufgrund giftiger chemischer Zusätze, trägt zu unseren psychischen und physischen*

*Gesundheitsproblemen bei. Einer von fünf Amerikanern leidet an einer psychischen Erkrankung, und 54 % unserer Kinder haben ein chronisches Gesundheitsproblem.*

*Für viele verarmte Kinder ist das Schulessen die einzige Nahrung, die sie täglich zu sich nehmen. Zahlreiche Studien haben Giftstoffe in der Nahrung und mangelnde Ernährung mit Krankheiten wie Autismus, Depression, Aggression, Selbstmord und Mord in Verbindung gebracht. Dieser Bericht wird ... den Mineralstoff-, Vitamin B- und Kaloriengehalt in den 20 größten Fastfood-Restaurants/Schulspeiseliieferanten offenlegen.“*

Anhand der Mikronährstofftests, die im Jahr 2022 an Schulmahlzeiten durchgeführt wurden (siehe oben), können Sie wahrscheinlich erahnen, was diese Nährstofftests ergeben haben. Der Mineralstoffgehalt des getesteten Fast Foods entsprach nicht dem empfohlenen Tagesbedarf an Kalzium, Kalium, Mangan, Kupfer, Zink und Eisen.

Der empfohlene Tagesbedarf (RDA) an Kupfer beträgt beispielsweise 900 mcg pro Tag, und die Chicken Nuggets von Chick-fil-A enthalten nur 1,4 mcg Kupfer pro Gramm. Um die RDA zu erreichen, müsste ein Erwachsener fast neun Portionen Nuggets verzehren.

Zu den Anzeichen von Kupfermangel gehören Müdigkeit, Konzentrationsschwäche und schlechte Laune. Auch „Kinder mit Autismus und gewalttätigem Verhalten haben oft ein Ungleichgewicht an Kupfer“, schreibt Honeycutt.

### **Fast Food enthält fast keine B-Vitamine**

Noch schlimmer ist, dass in den 10 besten Fast-Food-Proben keinerlei Vitamin B9 oder B12 nachgewiesen wurde. Ein Mangel an diesen B-Vitaminen kann zu Müdigkeit, Verdauungsproblemen, Herzproblemen, Störungen des Nervensystems und unberechenbarem Verhalten führen. Vitamin B12 (Cobalamin) ist auch als „Energievitamin“ bekannt. Ihr Körper benötigt es für die Energieproduktion.



Es spielt auch eine wichtige Rolle für die neurologische Funktion, und ein Mangel kann sich in einer Reihe von psychischen Symptomen äußern, von Reizbarkeit und Depression bis hin zu Demenz und sogar Psychosen. In diesem [Artikel vom 6. November 2022](#) erfahren Sie mehr über die Rolle von Vitamin B12 für die geistige Gesundheit.

Zu den Warnzeichen eines B12-Mangels gehören Gehirnnebel, Gedächtnislücken, Stimmungsschwankungen, Apathie, Müdigkeit, Muskelschwäche und Kribbeln in den Extremitäten. Leider kann sich ein B12-Mangel erst nach mehreren Jahren bemerkbar machen, so dass Sie zu dem Zeitpunkt, an dem Sie die Symptome bemerken, bereits einen erheblichen Mangel haben können.

Die Tatsache, dass KEINES der 10 wichtigsten Fastfood-Produkte B12 enthielt, ist ziemlich bemerkenswert, wenn man bedenkt, dass zu den B12-reichen Lebensmitteln Rindfleisch, Meeresfrüchte, Huhn und Eier gehören. Rind- und Hühnerfleisch gehören zu den Grundnahrungsmitteln in Fast Food, doch Fast Food-Rind- und -Hühnerfleisch enthält überhaupt kein B12! Wenn Sie das nicht davon überzeugt, dass Fast-Food-Fleisch nicht annähernd dasselbe ist wie mit Gras gefüttertes Bio-Fleisch, dann weiß ich nicht, was Sie überzeugen könnte.

***„Eine Frau müsste 333 Portionen Chick-fil-A Hähnchensandwiches verzehren und ein Mann 380 Portionen, um die RDA für Niacin zu erreichen.“***

Auch die Werte von B3 (Niacin) waren miserabel. Die RDA für Frauen liegt bei 14 mg pro Tag und für Männer bei 16 mg. Um diese RDA zu erreichen, müsste eine Frau 333 Portionen Chick-fil-A Hähnchensandwiches (bei einer Portionsgröße von 210 Gramm) und ein Mann 380 Portionen verzehren.

Die Carnitas-Bowl mit allem von Chipotle, die den höchsten B3-Gehalt aufweist, erfordert bei Frauen immer noch acht Portionen und bei Männern neun Portionen, um die RDA für Niacin zu erreichen. Wie von MAA berichtet:

***„Im Durchschnitt müssten Erwachsene zwischen 64 und 73 Portionen der 10 wichtigsten Fast Foods verzehren, um eine angemessene***

*Vitamin-B3-Versorgung pro Tag zu erreichen. Alternativ dazu würde eine Portion Leber (idealerweise aus Weidehaltung) oder eine Dose Thunfisch (SafeCatch) genug Vitamin B3 oder Niacin für eine angemessene Ernährung für einen Tag liefern. Es ist klar, dass billiges Fast Food nicht so billig ist, wie es scheint, wenn man den Wert der Nährstoffe berücksichtigt, die man mit dem Kauf erhält.“*

[Artikel als PDF](#)

Quellen:

- 1, 3 Health Research Institute Certificate of Analysis
- 2, 4 Moms Across America October 9, 2023
- 5, 7 EPA Nicarbazin
- 6 The Poultry Site March 9, 2009
- 8 Science Direct, Nicarbazine, Detecting and Controlling Veterinary Drug Residues in Poultry
- 9 Zero Hedge October 13, 2023
- 10, 13 Moms Across America September 28, 2022
- 11 Berkeley Public Health March 1, 2023
- 12 Patient Power Non-Hodgkin's Lymphoma February 13, 2023
- 14, 15 Moms Across America October 18, 2023

**QUELLE: FAST FOOD LOADED WITH ANTIBIOTICS, HORMONES, HEAVY METALS, BUT FEW NUTRIENTS**