

# Lebensmittelqualität und deren Messbarkeit

Von Prof. Dr. Manfred Hoffmann, Weidenbach, Deutschland

Erwin Schrödinger, Physiker und Nobelpreisträger schreibt:

- „*Der Kunstgriff, mittels dessen ein Organismus sich stationär auf einer hohen Ordnungsstufe erhält, besteht in Wirklichkeit aus einem fortwährenden Aufsaugen von Ordnung aus seiner Umwelt...*“,
- „*Nahrungsmittel sind die Ordnungs- und Strukturelemente unseres Körpers.*“

Ordnung in unserem Körper bedeutet Gesundheit, Unordnung verursacht Krankheit. Lebensmittel sind die natürlichen täglichen Lieferanten von Ordnung.

Heute weiß man, dass die Qualität der Lebensmittel nicht nur von ihren essentiellen (wesentlichen) Stoffen wie Eiweiß, Kohlenhydraten, Fetten, Vitaminen, Mineralstoffen, Wasser und „Ballaststoffen“ abhängt, sondern ebenso von den zahlreichen **bioaktiven Substanzen**. Dazu zählen Polyphenole, Sulfide, Glucosinolate, Saponine und vielen andere. Sie sind in besonderer Weise **Elektronenlieferanten** und damit „Ordnungshersteller“ im Körper. Wie ist das zu verstehen?

Leben besteht nicht nur aus chemischen, sondern auch aus elektrochemisch darstellbaren Prozessen. Kein Herzschlag, keine Gedanke, kein Atemzug ist ohne elektrischen Impuls, ohne elektrischen Strom, möglich! Damit aber die lebensnotwendigen elektrischen Ströme entstehen, müssen Elektronen „fließen“ können. Unsere „Lebensbatterie“ muss ständig gut geladen bleiben, ausreichend mit Elektronen versorgt werden, um leistungsfähig bleiben zu können.

## Lebensmittel als Elektronenlieferanten

Diese Elektronen bezieht sie aus unserer täglichen Nahrung, aus den Lebensmitteln. Und was geschieht mit diesem Elektronenangebot aus unseren Lebensmitteln? Es dient zum Auffüllen der „Elektronenlöcher“, die beim täglichen Stoffwechsel oder beim Kontakt mit Umweltgiften entstehen. Es gilt nämlich ständig, die sogenannten **Radikale** zu neutralisieren, also jene aggressiven chemischen Verbindungen, denen ein oder zwei Elektronen zu ihrer elektrischen Neutralität fehlen, mit Elektronen abzusättigen. Werden sie nämlich nicht schnell mit Elektronen versorgt, reißen sie gesundheitlich wichtigen Verbindungen deren Elektronen und schaffen so die Grundlage für gesundheitliche Schäden, es entstehen die sogenannten „**Radikalen-Krankheiten**“ wie Grauer Star, Alzheimer, Parkinson, Allergien, Darmkrebs, vorzeitiges Altern und viele andere mehr. Sollen also diese Krankheiten verhindert werden, ist ein rasch ver-

fügbares Überangebot von „Lebensmittel-Elektronen“ ständig erforderlich, um einen dominoartigen „Elektronenraub“ im Körper möglichst schon im Keim zu ersticken. Der elektrochemisch vorgezeigte Weg zur Vermeidung von „Radiakeln-Krankheiten“ geht also über zwei Vorbestufen:

- **möglichst häufige Verabreichung von „Elektronenduschen“ über elektronenreiche Lebensmittel, dazu zählen all jene, die einen hohen Anteil von bioaktiven Substanzen besitzen, wie vor allem Obst und Gemüse,**
- **Vermeidung von unnötiger Radikalenbildung durch Stressabbau (übertriebener Sport, Schlafentzug, Mangelernährung) und Meiden von Umweltgiften aller Art.**

Elektronen aus der Nahrung sind also die „Ordnungs- und Strukturelemente“, die der Körper fortwährend aus seiner Umgebung „aufsaugt“, wie sich der Physiker Schrödinger ausdrückt, um uns auf einer „hohen Ordnungsstufe“ (sprich gesund) zu erhalten. Eine Anhäufung von Radikalen im Körper bedeutet Unordnung. Unordnung im Körper bedeutet Erkrankung. Die schnelle Neutralisation von Radikalen durch Elektronen stellt somit die wirksamste Gesundheitsvorsorge dar und die **tägliche Nahrung ist das natürlichste und wichtigste Mittel, mit dem der Mensch Ordnung aus seiner Umwelt aufnimmt.**

## Die Messbarkeit von Lebensmittelqualität

Die Menge des jeweiligen Elektronenangebotes in einem Lebensmittel kann man elektrochemisch über das **Redoxpotential** bestimmen. Viele Messergebnisse weisen eindeutig einen großen Einfluss der **Produktions- und Küchentechnik** auf das nutzbare Elektronenangebot über unsere tägliche Nahrung aus. Aufgrund einer Vielzahl von Messungen kann heute gesagt werden:

- **je stressärmer, d. h. artgerechter ein Lebensmittel erzeugt wurde,**
- **je kürzer es zwischengelagert und**
- **je sauerstofffreier es industriell oder küchentechnisch aufbereitet wurde**

umso wertvoller ist es elektrochemisch für den Körper.

Damit eröffnen sich elektrochemisch gesehen für den **Ökolandbau** und die **Direktvermarktung** regional erzeugter Produkte völlig neue messtechnisch feststellbare naturwissenschaftlich nachvollziehbare und ernährungsmedizinisch kontrollierbare Chancen für eine zukunftssträchtige regionale handwerklich orientierte landwirtschaftliche und gartenbauliche Produktion.