

Umweltgifte – schädlicher als angenommen

Studien zeigen, dass **SYNTHETISCHE CHEMIKALIEN** die Fruchtbarkeit verringern und Krebs begünstigen können

VON IRENE HABICH

BERLIN. Was, wenn eine der größten Bedrohungen für unsere Gesundheit und den Planeten unsichtbar ist, aber sich in unserer Luft, unserem Essen und Wasser befindet? Industrie-Chemikalien, die in die Umwelt gelangen, machen uns krank und zerstören Ökosysteme: Dabei richten sie viel mehr Schaden an, als vielen Menschen bewusst ist. Daher gelte es, dringend zu handeln: Zu diesem Schluss kommt jetzt ein neuer Report.

Das Unternehmen „Deep Science Ventures“ hatte im Auftrag der gemeinnützigen Grantham Stiftung Studien zu toxischen Substanzen in der Umwelt ausgewertet und Expertinnen und Experten interviewt. Daraus ist ein achteitiger Bericht entstanden, in dem eindringlich vor den Folgen chemischer Umweltverschmutzung gewarnt wird.

Giftige Substanzen würden oft lange unbeachtet in die Umwelt gelangen, heißt es in dem Report. So seien viele Chemikalien auf den Markt gelangt, ohne dass ausreichend Daten zu den Risiken vorlagen. Und hätten sich erst dann als toxisch herausgestellt, wenn sie seit Jahren benutzt worden und Menschen ihnen ausgesetzt gewesen seien. Oft bevorzuge die Industrie bestimmte Chemikalien gegenüber anderen, weil sie billig und einfach aus raffiniertem Erdöl herzustellen seien. Substanzen,

die sicherer, aber teurer sind, hätten es schwerer, sich auf dem Markt durchzusetzen.

Viele chemische Verunreinigungen entstehen laut Report bei der Lebensmittelproduktion: Pestizide und Düngemittel würden Wasser verschmutzen und Ökosysteme beeinträchtigen, „genauso wie die Nahrung, die wir essen“. Eines der gefährlichsten Düngemittel sei Klärschlamm aus Wasseraufbereitungsanlagen, der auf Feldern ausgebracht wird, aber viele toxische Chemikalien enthält.

Weltweit sind der Veröffentlichung zufolge bereits 3600 synthetische Chemikalien aus Lebensmittelverpackungen im menschlichen Organismus nachgewiesen worden. Der Report listet die gesundheitlichen Auswirkungen auf, die damit in Verbindung gebracht werden, etwa eine verringerte Fruchtbarkeit. „Es gibt deutliche Hinweise darauf, dass die Spermienzahl weltweit zurückgeht und synthetische Chemikalien, denen wir ausgesetzt sind, diese Zahl verringern“, heißt es dort.

Problematisch in diesem Zusammenhang seien PFAS (Polyfluorierte Alkylverbindungen) – chemische Stoffe, die in vielen Alltagsprodukten stecken und sich in der Umwelt anreichern. Die Substanzen hätten „bereits die ganze Welt kontaminiert“ und befänden sich auch im Trinkwasser. Bei Männern mit einer großen Menge bestimmter

PFAS im Blut sei die Spermienzahl halbiert.

Pestizide könnten sich ähnlich stark auf die Krebsraten auswirken wie das Rauchen – sie würden mit Leukämie, dem Non-Hodgkin’s Lymphom, Blasen-, Darm- und Leberkrebs in Verbindung gebracht, schreiben die Autorinnen und Autoren des Reports. Wenn Kinder vor ihrer Geburt Pestiziden ausgesetzt seien, steige dadurch das Risiko für Leukämie im Kindesalter und Lymphome um mehr als 50 Prozent.

Phthalate, eine weitere große Gruppe von Chemikalien und als Weichmacher bekannt, können laut Report sowohl die kindliche Entwicklung als auch die Gesundheit Erwachsener beeinträchtigen. So kann der Kontakt mit Weichmachern bei männlichen Babys die Anlage der Genitalien und die Fruchtbarkeit beeinflussen. Erwachsene, die höheren Konzentrationen des Weichmachers Bisphenol A ausgesetzt sind, haben demnach ein 49 Prozent höheres Risiko für Adipositas. Als weitere mögliche Folgen nennt der Report Demenz, Herz-Kreislauf- und Atemwegserkrankungen.

Die Autorinnen und Autoren des Reports fordern eine stärkere globale Kontrolle der chemischen Substanzen, die in die Umwelt gelangen können, und die Anwendung modernerer Testverfahren, ehe diese zugelassen werden. Ein Versagen bei der Regulierung werde zu „irreversiblen Konsequenzen für die menschliche Gesundheit und das empfindliche Gleichgewicht des Ökosystems unseres Planeten führen.“

Die Umwelt- und Verbraucherschutzorganisation Chem-



Industrie-Chemikalien, die in die Umwelt gelangen, machen uns krank und zerstören Ökosysteme
Symbolfoto: Talha Hassan / Unsplash

schwerwiegenderen industriellen Chemieunfällen führen. So seien nach dem Hurrikan Ida, der im August 2021 den US-Bundesstaat Louisiana verwüstete, mehr als 350 Öl- und Chemieunfälle gemeldet worden, die den Golf von Mexiko und den Mississippi verunreinigten. Und durch die Zunahme von Waldbränden gelangen mehr Löschchemikalien in die Umwelt.

Umgekehrt trage auch die Chemieindustrie „in erheblichem Maße direkt zur Klimakrise bei“. Sie nutzt laut Chemtrust von allen Industrien die meisten fossilen Brennstoffe und stößt von allen Industrien die drittgrößte Menge an Kohlendioxid aus.

Um „die Krisen zu lösen, mit denen der Planet und die Menschheit derzeit konfrontiert werden“, brauche es „Maßnahmen in allen Bereichen“, schreibt Chemtrust. Der Chemiesektor spiele dabei eine wichtige Rolle und müsse „sowohl seine eigenen Treibhausgasemissionen reduzieren als auch umwelt- und gesundheits-schädliche Chemikalien“. Regulierungsbehörden müssten „ebenfalls dringend sicherstellen, dass die gefährlichsten Chemikalien schrittweise aus dem Verkehr gezogen werden“. Andernfalls bestehe die Gefahr, „dass sich die Auswirkungen des Klimawandels auf Menschen, Tiere und Pflanzen weiter verschärfen“.

trust betont, dass Klimakrise und Chemikalienbelastung der Umwelt zusammenhängen, sich gegenseitig verschlimmern und gemeinsam zum Verlust der Artenvielfalt führen. „Die Forschung zeigt, dass der Klimawandel Tiere, Pflanzen und Ökosysteme anfälliger gegenüber der Umweltverschmutzung durch Chemikalien machen kann.“

Für Lebewesen, die schon jetzt stark vom Klimawandel betroffen seien, wie die in den Polarregionen, sei der Kontakt mit giftigen Chemikalien ein weiterer, kritischer Stressfaktor, der ihre Überlebenschancen beeinflusse, heißt es bei Chemtrust. Ein Beispiel dafür sei der Eisbär: Durch den Rückgang des Eises finden Eisbären weniger Nah-

rung. Bei durch Hunger geschwächten Tieren lagern sich mehr chemische Schadstoffe im Fettgewebe ab – und beeinträchtigen ihren Stoffwechsel. Auch in den Ozeanen zeigt sich ein ungünstiges Zusammenspiel: Durch den Anstieg von Salzgehalt und Meerestemperatur als Folge des Klimawandels kann sich die schädliche Wirkung von Chemikalien verstärken. So waren bestimmte Pestizide bei einem erhöhten Salzgehalt im Wasser 30-mal tödlicher für Silberlachse als bei niedrigem Salzgehalt.

In Gletschern und im Polareis sind laut Chemtrust die gefährlichsten chemischen Schadstoffe des vergangenen Jahrhunderts gespeichert. „PFAS strömen aus den schmelzenden

Gletschern des tibetanischen Plateaus und verunreinigen flussabwärts gelegene Seen und Bäche, Quecksilber entkommt aus den tauenden Permafrostböden“, warnen die Umweltschützer.

Einige Modelle sähen aufgrund der Eisschmelze durch den Klimawandel einen bis zu vierfachen Anstieg verbotener persistenter organischer Schadstoffe („persistent organic pollutants“ auf Englisch, kurz POPs) in arktischen Gewässern voraus. Höhere Temperaturen und geringere Niederschlagsmengen würden zudem die Verflüchtigung von POPs und Pestiziden in die Atmosphäre verstärken, mit einer erhöhten Luftverschmutzung als Folge. Zudem würden häufigere, intensivere Stürme zu

Spröde Fingernägel: Was wirklich hilft!



Ihre Nägel sind spröde, weich oder reißen ein? Wir haben uns angesehen, was dahintersteckt und was man dagegen tun kann.

Wer zu spröden oder rissigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch, ungepflegt zu wirken und suchen nach schneller Hilfe. Doch selbst detaillierte Pflegeroutinen etwa aus dem Internet oder zunächst vielversprechende Tipps aus dem Bekanntenkreis bringen oft keine Verbesserung. Was viele nicht wissen: Hinter brüchigen Nägeln steckt meist mehr als

bloß mangelnde Pflege – ein genauer Blick auf mögliche Ursachen lohnt sich.

URSACHEN FÜR SPRÖDE NÄGEL

Der Erhalt schöner Nägel kann oftmals zur Herausforderung werden. Speziell dann, wenn äußere Umstände wie häufiges Händewaschen oder der Kontakt mit Desinfektions- und Putzmitteln dazu beitragen, dass die Nägel austrocknen und in weiterer Folge einreißen. Häufig steckt aber ein Ungleichgewicht im Vitamin- und Mineralstoffhaushalt dahinter und der Nagel ist von vornherein bereits geschwächt und spröde. Konkret geht es dabei um folgende Nährstoffe:

• **Silizium** findet sich in Kieselrde und Goldhirse wieder. Besonders letztere war bereits im Mittelalter als „**Schönheitskorn**“ bekannt.

• **Zink** und **Selen** zum Erhalt normaler Nägel.

• **MSM** (Schwefel) als wichtiger Strukturbaustein.

OPTIMALE NÄHRSTOFF-VERSORGUNG

Sollte man also das Essverhalten überdenken und vermehrt Lebensmittel wie Hülsenfrüchte, Nüsse, und Hirse konsumieren, die die oben genannten Nährstoffe enthalten? So einfach ist es leider nicht. Denn erstens fehlt den

TIPP
Nägel wachsen im Durchschnitt 0,5 bis 1,2 mm pro Woche. Für sichtbare Ergebnisse empfiehlt sich eine 3-Monats-Kur.

meisten schlichtweg die Zeit, täglich frisch und ausgewogen zu kochen. Und zweitens weisen die heutigen Lebensmittel aufgrund ausgelaugter Böden lange nicht mehr den

Nährstoffgehalt auf, den sie früher hatten. Sind die Nägel also tatsächlich bereits in Mitleidenschaft gezogen, ist ein zusätzlicher Ausgleich mit Nahrungsergänzungsmitteln ratsam, um die Nagelwurzeln wieder ideal zu versorgen.

RICHTIGE WAHL

Die Wahl des optimalen Produktes für eine sinnvolle und vor allem wirksame Nahrungsergänzung ist für Konsumenten nicht immer einfach. Schließlich ist die Auswahl riesig und nur die Wenigsten können sagen, ob die enthaltenen Inhaltsstoffe tatsächlich den gewünschten Effekt herbeiführen können.

Umso vertrauenswürdiger ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen: Besonders häufig wird hier Dr. Böhm® Haut Haare Nägel genannt, das seit Jahren meistverkaufte Präparat für feste Nägel.* Das Qualitätsprodukt aus Österreich enthält neben wichtigen Spurenelementen vor allem Silizium, hochreines MSM (natürlicher Schwefel) und Selen in sinnvoller Dosierung und wird nach höchsten Arzneimittelstandards produziert. Die Tabletten sind auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende Anwender mit spür- und sichtbaren Ergebnissen.

UNSER TIPP: GEDULD ZAHLT SICH AUS

Da Nägel nur zwischen 0,5 und 1,2 mm pro Woche wachsen, braucht es einige Monate Zeit, um den größtmöglichen Erfolg zu erzielen. Deshalb sollte die Anwendung mindestens 8 bis 16 Wochen konsequent durchgeführt werden.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 06/2025

„Seit ich Haut Haare Nägel von Dr. Böhm® nehme, sind meine Nägel viel widerstandsfähiger geworden und reißen nicht so schnell ein – ein wahrer Zugewinn für meinen Alltag!“

Barbara Feldmann., 42

APOTHEKEN-TIPP bei spröden Nägeln

NR.1 MEISTGEKAUFT*

Nahrungsergänzungsmittel

Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Zink und Selen für den Erhalt normaler Nägel
- ✓ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Ergänzt durch natürlichen Schwefel (MSM) und weitere wichtige Spurenelemente

Dr. Böhm Haut Haare Nägel ist auch als 3-monatige Schönheitskur (180 Stk.) zum Vorteilspreis erhältlich. Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach.

Für Ihre Apotheke
PZN: 19485477, 180 Stk. UVP 49,90 €
PZN: 15390975, 60 Stk. UVP 19,90 €