
Informationen für Familien

Warnung vor Algenprodukten

Seit einiger Zeit wird als so genannte „alternative Therapie“ für einige chronische Erkrankungen wie auch für die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) der Verzehr von Algen angepriesen. Es gibt keine Studie, die eine Wirksamkeit dieser „Therapie“ belegen könnte. Eine günstige Wirkung ist auch rational nicht zu erwarten. Hingegen ist schon 2001 eine Warnung des Kanadischen Gesundheitsministeriums über mögliche Schädigungen veröffentlicht worden, weitere folgten rasch (siehe z.B. http://www.arznei-telegramm.de/zeit/0204_a.php3, Gilroy et al. (2001): Environ Health Perspect. 108: 435-439).

Die aus den kanadischen Seen gewonnen Algen gehören zu den Cyanobakterien, die das Toxin Mikrocystin bilden. Dieses akkumuliert in der Leber und im Nervensystem und wirkt nerven- und lebertoxisch.

Vor allem für Kinder können lebensbedrohliche Situationen entstehen. Das Mikrocystotoxin konnte anhand von Stichprobenuntersuchungen im Labor der Universität von Alberta in diversen Produkten der blaugrünen Alge in toxischer Dosis isoliert werden. Das Kanadische Gesundheitsministerium empfiehlt daher, den Nahrungszusatz Alge zu meiden. Die unerwünschten Wirkungen reichen von gastrointestinalen Symptomen (Übelkeit, Erbrechen, Diarrhöe), Gelbsucht und Mattigkeit bis hin zum Leberausfallkoma. Die neurogenen Schäden äußern sich in einer Polyneuropathie.

In ihrem Buch „Heilkraft der AFA-Algen“ schreibt Frau Simonsohn, „als Nebenwirkungen können Blähungen, Durchfall und Übelkeit auftreten. Dies ist ein Zeichen von der reinigenden Wirkung der AFA-Alge, der „Königin der Wildpflanzen“, deren Heilkraft der Muttermilch entspricht.“ Ganz offensichtlich hat die Autorin nicht begriffen, was eine Alge ist, nämlich ein Zwischenstadium zwischen prokaryontem und eukaryontem Zustand. Und sie deutet die Anzeichen einer Hepatotoxizität als eine positive reinigende Wirkung der AFA-Alge. Auch ist der Rückschluss zu Muttermilch weder vom biophysikalischen noch vom biochemischen Standpunkt her haltbar. Frau Simonsohn, die sehr aktiv für die von ihr vertriebenen AFA-Algen wirbt, bestreitet ihre Nähe zur Scientology-Organisation nicht.

Die Empfehlung des Kanadischen Gesundheitsministeriums ist unbedingt ernst zu nehmen. Nicht nur wegen ihrer Unwirksamkeit, sondern gerade auch wegen ihrer Gefährlichkeit sollte man die Algenprodukte meiden.