Gesundheit HEUTE

Ihr kostenloses Magazin zum Mitnehmen

Wissen Sie, was Sie da essen?

Warum aus beliebten Fischspezialitäten
ein Risiko für Ihre Gesundheit wird.

„Auf diese Fischspezialitäten sollten Sie bewusst verzichten!“

Keine Schillerlocken,
kein Seeaal,
kein Dornfisch,
kein Steinaal,
und kein Königsaal!*

* Handelsnamen für Dornhaie

Speisegifte mit Umweltsiegel? Leider ja.

„Schillerlocke" ist der geräucherte Bauchlappen des Dornhais. In Deutschland ist die Schadstoffbelastung von Fischen wie dem Dornhai kaum bekannt. **Durch aktuelle Ergebnisse eines staatlich anerkannten Labors ist jedoch deutlich geworden, dass die Richtwerte der Qualitätsgrenzen durchschnittlich um über das 200fache überschritten werden.** Auch die gesetzlichen Höchstwerte werden im Einzelfall nicht eingehalten. Dabei kann die Belastung einzelner Tiere sehr stark voneinander abweichen: beim gleichen Händler kann eine im Verhältnis wenig belastete direkt neben einer extrem hoch belasteten Schillerlocke liegen. Der Konsument begibt sich in ein unkalkulierbares Gesundheitsrisiko. Die **Folgen können von Gehirnschäden bis hin zum Tod reichen**.

➡ Aber wie kann das sein?

Die Gesetzgebung in Deutschland weist eklatante Lücken auf, was den Schutz des Verbrauchers vor Methylquecksilber und anderen hochgiftigen Schwermetallen anbetrifft.
Wildfänge aus dem Meer werden nur stichprobenartig und nicht flächendeckend getestet. Zwar werden auffällige Chargen ausgemustert und kommen nicht in den Handel, aber ohne flächendeckende Prüfung ist die Genauigkeit der Prüfungen zu grob. Stichprobenprüfungen mögen bei Zuchtbetrieben mit einheitlichen und durchgängigen Bedingungen (Haltung, Futter, Herkunft) ausreichen, nicht aber bei Wildfischen aus dem Meer.

Daher kann es vorkommen, dass ein hochgradig giftiger Hai im Handel direkt neben einem mit niedrigem Wert liegt. Dies ist auch nicht zu ändern; die Topräuber der Meere sind Kosmopoliten und wandern in den Meeren weite Strecken. Niemand kann nachvollziehen, wo Haie und andere große Räuber den Großteil Ihres Lebens bis zum Fang verbracht haben.

➡ Wer nun meint, dass die bisher am Markt anzutreffenden Gütesiegel eine Garantie für gute und gesunde Fischqualität bieten, der irrt.

Das wohl bekannteste Fischerei-Gütesiegel des MSC (Marine Stewardship Council) bestätigt dies selbst auf der deutschsprachigen Internetseite .[1]
Dort heißt es: „Die Bewertung nach MSC-Standard bezieht sich auf die Bestandssituation, die Auswirkung der Fischerei auf das marine Ökosystem und das Management der Fischerei. Sie umfasst keine Kriterien zur Qualität des Fisches oder zur gesundheitlichen Verträglichkeit, wie etwa den Gehalt an Umweltkontaminanten."

Die Kühltheken des deutschen Handels weisen den größten Teil des wild gefangenen Fisches als MSC-zertifiziert aus – auch Schillerlocken, Königsaal, Dornfisch, Steinaal, Karbonadenfisch, Forellenstör und Seeaal.*

[1] https://www.msc.org/de/presse/stellungnahmen/hinter-grundinformationen-zu-msc-zertifiziertem-dornhai

Ihr Beitrag für die Natur und Ihre Gesundheit? Verzicht.

Was kann ich tun?

➡ Zeigen Sie, dass Sie sich bewusst und aktiv für Nachhaltigkeit und Umwelt- und Tierschutz einsetzen, in dem Sie diese Produkte nicht mehr kaufen.

☹

➡ Wenn Sie Fischhändler sind: Zeigen Sie, dass Sie sich für den Verbraucherschutz und für das Wohl Ihrer Kunden einsetzen.

☺

➡ Durch das Verkaufsangebot und die Konsumentennachfrage kann ein hoher Einfluss auf den Umweltschutz im Markt genommen werden. Sprechen Sie darüber!

☹

➡ Händler, die verantwortungsbewusst sind, heben sich von anderen Fischständen und Fischhändlern positiv ab. Fragen Sie nach! Informieren Sie sich vor Ort.

☺

Das Wichtigste auf einen Blick.

Dornhai ist hochgradig mit Methylquecksilber belastet!

Die Bestände des Dornhais sind weltweit vom Aussterben gefährdet!

Das Umweltbundesamt und die Weltgesundheitsorganisation (WHO) mahnen: ➡ Finger weg von Hai-, Schwertfisch- und Thunfischprodukten!

Riskieren Sie keine Nieren- und Nervenschäden. Methylquecksilber ist besonders für Schwangere, Kinder und Jugendliche gefährlich.

Noch ein guter Grund, auf Haiprodukte zu verzichten:
Fast alle Haie, die gegessen werden, sind laut der Roten Liste der Weltnaturschutzunion IUCN vom Aussterben bedroht.

Der Vorteil für Ihre Gesundheit? Keine Giftbelastung

➡ **Das Fleisch der großen Raubfische (z.B. Haie) ist hochgradig mit Giften belastet.**

Dieser dramatisch klingende Satz ist leider so wahr, wie er prägnant ist: **Im Fleisch der Topräuber reichert sich Methylquecksilber an,** das der Mensch beim Konsum dieses Fleisches aufnimmt.

➡ Organisches Quecksilber vergiftet uns Menschen

Das Fleisch langlebiger Raubfische ist stark mit organischem Quecksilber belastet. Haie stehen im Nahrungsnetz der Ozeane sehr weit oben. Schadstoffe werden bereits von mikroskopischen Tieren aufgenommen und reichern sich dann in den Tieren an, die sich von diesen ernähren. Je höher ein Tier also in der Nahrungskette steht und je älter der Hai wird, umso mehr Umweltgifte hat er in seinem Fleisch angereichert. Haie, die je nach Art zwischen 20 und bis zu über 400 Jahre alt werden können, sind somit besonders betroffen. Deswegen macht ihre Leber auch etwa ein Drittel des inneren Körpers der Tiere aus, um mit den Giftstoffen besser umgehen zu können.

Für den Menschen hingegen ist das Methylquecksilber laut WHO und des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz, Bau und Reaktorsicherheit **hoch giftig.** Es kann **irreparable Hirn- und Nervenschäden, schwere Nierenschäden, Missbildungen bei Ungeborenen, Unfruchtbarkeit und möglicherweise Krebs verursachen.** [2]

Es gibt sogar Studien, die den Verdacht äußern, dass **Methylquecksilber eine Hauptursache neurodegenerativer Erkrankungen wie Alzheimer sein könnte,** da es in der Lage ist, aus der Blutbahn ins Hirn und ins Nervensystem einzudringen und diese zu schädigen. [3]

➡ Organisches Quecksilber ist gefährlich insbesondere für unsere Kinder

Das Umweltbundesamt und andere staatliche und gemeinnützige Organisationen raten **schwangeren Frauen und stillenden Müttern ausdrücklich, bei der eigenen Ernährung und der von Kindern und Jugendlichen auf den Verzehr von Raubfischen wie Thunfisch oder Hai zu verzichten.** Dies betrifft insbesondere Hai. Ungeborenes Leben, Kinder und Jugendliche sind bis zum Erreichen des Erwachsenenalters fünf- bis zehnmal so empfindlich, durch Methylquecksilberbelastungen dauerhafte Schäden davon zu tragen. [4]

Methylquecksilber wird vom Menschen unmittelbar durch den Verzehr des Fischfleisches aufgenommen und im Körper angereichert.

Dieser Kumulationseffekt bewirkt, dass die Zeit, die der Körper zum Abbau des Methylquecksilbers braucht, durch jede erneute Aufnahme verlängert wird.

Bei einem auch nur durchschnittlich häufigen Verbrauch führt dies oft dazu, dass kein Abbau des Giftes im Menschen mehr stattfindet – das Gift verbleibt dauerhaft im Körper und wirkt dort.

Bereits kleinste Mengen des Konsums wie eine einzelne Portion Schillerlocke können bereits ausreichen, die gesetzlich zugelassenen Grenzwerte für die tägliche Aufnahme zu erreichen oder zu übersteigen.

Eine Studie der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel [5] hat eine Überschreitung um das Zehnfache der maximalen Tagesmenge ergeben.

Die Belastung durch Methylquecksilber wird durch die Fischindustrie nur stichprobenartig geprüft – Kontrollen haben europaweit belegt, dass die gesetzlichen Grenzwerte in einer beunruhigend hohen Anzahl von Proben überschritten wurden.
Dabei sind sich Gesundheitsexperten einig, dass die Grenzwerte für den Konsum von Methylquecksilber vom Gesetzgeber ohnehin zu hoch angesetzt sind.

Methylquecksilber ist kochresistent – es verändert sich durch die Zubereitung der Speise nicht in einer Weise, dass die Gefahr und Giftigkeit relevant reduziert würde.

Aus gesundheitlicher Sicht gibt es also keinen Zweifel daran, dass der Konsum von Haiprodukten, insbesondere der Schillerlocke, schwere gesundheitliche Folgen hat.

➡ Fazit

**Wer auf den Konsum des Fleisches langlebiger Raubfische von der Spitze der Nahrungskette verzichtet, reduziert die Aufnahme und damit die Risiken des Gifts Methylquecksilber.
Der Mensch vergiftet sich nicht länger durch Fischkonsum.**

[2] BMU LAVES, Kruse, Bartelt et al., Forschungskennzahl 08 49 745 aus 2008 & Forschungskennzahl 705 61 416; Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit; Lebensmittelmonitoring 2001 (S.24) und 2006 (S. 24-26); WHO International Agenc for Research on Cancer: „Methylmercury compounds are possibly carcinogenic to humans (Group 2B)", http://monographs.iarc.fr/ENG/Monographs/vol58/volume58.pdf

[3] Studie Quecksilber und Alzheimer Erkrankung, J. Mutter, R. Naumann, R.Schneider, H. Walach. 2007

[4] Umweltbundesamt, Umwelt & Gesundheit: „Start ins Leben", www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/.../long/3518.pdf; Bundesamt für Risikobewertung Nr. 41/2008 vom 10.09.2008: „Verbrauchertip für Schwangere und Stillende, den Verzehr von Thunfisch einzuschränken hat weiterhin Gültigkeit"

[5] Hermann Kruse: Quecksilberanreicherungen in der Schillerlocke: Toxizität des Methylquecksilbers. In: Meeresumweltsymposium 2010, http://www.bsh.de/de/Das_BSH/Veranstaltungen/MUS/2010/Kurzfassungen.pdf#page=23 (Kurzfassung, S. 23)

Der Vorteil für das Ökosystem und die Menschheit? Überleben.

➡ Haie sind die „Bienen" der Meere. Ohne sie geht es nicht!

Als große Raubfische spielen Haie eine Schlüsselfunktion im Ökosystem der Meere. Da es Haie schon seit 400 Millionen Jahren auf der Erde gibt, mussten sich Beutetiere im Laufe der Evolution an die Haie anpassen. Ohne Haie würde diese Anpassung ihren Zweck verlieren. Dominante Fischarten würden dann anderen die Lebensgrundlage entziehen. Hinzu kommt, dass Haie vor allem kranke und schwache Tiere fressen und so die Meere gesund halten. Auch für Arten wie Korallen oder Muscheln, die einen Lebensraum für andere Organismen schaffen, sind Haie essenziell wichtig, da sie ihre natürlichen Feinde in Schach halten.

Im Meer könnte das Aussterben der Haie letztlich sogar Auswirkungen auf die Zusammensetzung des Phytoplanktons haben. Diese größtenteils mikroskopisch kleinen Algen erzeugen mehr als die Hälfte des Sauerstoffs der Erde, und entfernen durch Umwandlung CO_2 aus der Atmosphäre.

Verschwinden die Topräuber wie z. B. die Haie aus den Meeren, stirbt das Meer biologisch ab, und uns Menschen geht buchstäblich die Luft aus …

Jedes Jahr werden über 100 Millionen Haie, vor allem durch das sogenannte „Shark Finning", getötet. Bei dieser grausamen Praxis werden die Flossen der noch lebenden Tiere abgetrennt.

Haiflossen werden überwiegend nach Asien exportiert; das Haifleisch hingegen wird auch hier in Europa konsumiert.
Viele Haiarten sind akut vom Aussterben bedroht!

Es gibt seriöse Schätzungen, dass in den letzten 40 Jahren etwa 90% der großen Raubfische aus den Meeren gefangen wurden. Auch in Deutschland ist der Dornhai in der Nordsee vom Aussterben bedroht. Im Jahr 2013 wurden über 500 Tonnen Dornhai nach Deutschland importiert. Die Importe stammen zum größten Teil gefroren aus den USA und Neuseeland, ansonsten frisch aus Dänemark und Norwegen. Im Jahr 2014 waren es demgegenüber nur noch 176,8 Tonnen aus Dänemark, den Niederlanden, Neuseeland, Belgien und den USA.
Der Rückgang ist nicht durch die Industrie gewollt, sondern ein trauriger Beleg für die stark dezimierten Bestände.

So werden nur noch in drei Fanggebieten überhaupt die Bestände als gesund angesehen, zwei im **Pazifik (FAO 67/81)** und eines im **Nordwest-Atlantik (FAO 21)**. ➡

Für den Nordost-Atlantik vor Europas Toren gibt es bereits seit 2011 ein Fangverbot, doch durch die Beifänge hiesiger Fischer erholen sich die Bestände nicht.

Reduzierte Haibestände erholen sich auch nicht kurzfristig. Beim Dornhai tritt die Geschlechtsreife erst zwischen 7 und 24 Jahren ein – und dann bringen die Weibchen nach knapp zwei Jahren Tragzeit nur 2 bis 11 Jungtiere zur Welt. [6]

Intensive Fischerei dezimiert die Bestände daher drastisch, insbesondere beim Fangen von Jungtieren vor der Geschlechtsreife. Hierbei ist zusätzlich zu berücksichtigen, dass die Tiere sich zu Schulen zusammenschließen. Dies erfolgt meist nach Größe und Geschlecht getrennt.

Fängt ein Fischernetz eine solche Schule, sind möglicherweise auf einen Schlag alle fortpflanzungsfähigen Weibchen eines Bestandes aus dem Ökosystem entfernt.

Auch eine kommerzielle Züchtung von großen Raubfischen wie Haien ist nicht möglich. Somit ist es besonders wichtig, dass das Ökosystem der Haie geschützt wird, und dass großräumige Schutzgebiete etabliert werden. In solchen Schutzgebieten können sich die Fischbestände regenerieren, so dass sich auch die Haipopulation erholen und in anderen Gebieten neu etablieren kann.
Dies kommt auch den lokalen Fischereien zugute, die von den sich erholenden Fischbeständen profitieren.

➡ Der Schutz von Haien ist für Ihre Gesundheit und die Gesundheit der Meere essenziell wichtig. Ohne Haie wird es dem Menschen schwer fallen, das eigene Überleben zu sichern; somit haben sie wie die „Bienen" auf dem Land, eine Schlüsselfunktion für die Meere.

[6] WWF Deutschland & TRAFFIC Europe-Germany, Hintergrundinformation "Gemeiner Dornhai", Herbst 2009

Wer sind wir?

SHARKPROJECT Germany e.V., gegründet 2002, und Stop Finning Deutschland e.V., gegründet 2014, sind zwei gemeinnützige Vereine, die sich der Aufklärung über Haie und deren Ökosystem verschrieben haben.

Beide Organisationen haben festgestellt, dass Haie keine Lobby haben, aber eine solche dringend benötigen.

Die ehrenamtlich geführten Artenschutzorganisationen setzten sich gemeinsam in einer Kooperation für den Schutz des Dornhais und somit auch direkt für den Schutz des Verbrauchers ein.

➡ **Aufklärung ist hierbei der Schlüssel!**

Die Faszination der Menschen für das Meer und ihre Lebewesen existiert schon seit Urzeiten.

➡ **Doch wie steht es um die Zukunft? Welche Welt hinterlassen wir unseren Kindern?**

WIR sind angetreten, um den Menschen ein richtiges Bild und den dringend notwendigen Schutz unserer Meere zu vermitteln.

Speziell die Bildung über Generationen hinweg mit Publikationen, Vorträgen und speziellen Schulprogrammen ist beiden Vereinen sehr wichtig und bildet die Grundlage für die ehrenamtliche Arbeit.

SHARKPROJECT

➡ Nähere Informationen zu SHARKPROJECT erhalten Sie unter:

www.sharkproject.org

STOP FINNING

➡ Nähere Informationen zu STOP FINNING erhalten Sie unter:

www.stop-finning.com

Sie essen Haifisch!
Den - nachweislich gesundheitsschädlichen - geräucherten Bauchlappen des Dornhais!

➡ „Schillerlocke" ist ein Phantasiebegriff der Lebensmittelindustrie, der den Konsumenten in die Irre leitet.

Fotos: Titel F. Kremer-Obrock | S 1 Fotolia_448165 | S 3 F. Kremer-Obrock, F. Kremer-Obrock, D. Staacks, F. Kremer-Obrock | S 5+6 F. Kremer-Obrock | S 8 Andy Murch | S 10 David Fenwick snr - Dornhaie im Netz |

Text: Heiner Endemann, Julian Engel, F. Kremer-Obrock

Satz & Grafik: Christine Staacks

Das Magazin zur Aufklärungs-Kampagne von

SHARKPROJECT Germany e.V.
Ottostr. 13, 63150 Heusenstamm
schillerlocke@sharkproject.org

Rechtlich verantwortlich (auch V.i.S.d.P.):
SHARKPROJECT Germany e.V.,
vertr. d. Landesvorsitzende
Friederike Kremer-Obrock

Stop Finning Deutschland e.V.
Theodor-Storm-Ring 51, 25436 Tornesch
info@stop-finning.com

Vertreten durch:
Oliver Feist 1. Vorsitzender
Julian Engel 2. Vorsitzender

Auflage 2019