



Forscher enthüllen die Kehrseite des übermäßigen Fleischkonsums...

...dessen Auswirkungen auf die Welt

Forscher haben eine umfassende Studie durchgeführt, um zu zeigen, wie schädlich Fleisch für uns und die Umwelt ist. Es ist ein globales Problem. Wenn Sie gerne in ein saftiges Steak beißen, so gibt es für Sie eine lange Liste von Gründen dagegen. Fleisch kann zwar ein wichtiger Lieferant für Eiweiß und Nährstoffe sein, aber es hat auch eine Schattenseite, und mit ihr ist mehr verbunden als das bekannte Risiko für bestimmte Krebsarten wie Darmkrebs. Zudem ist dies ein weltweites Problem.

Es gibt wissenschaftlich fundierte Gründe, warum Fleisch schädlich für unser Klima, unsere Umwelt, Landwirtschaft, unser Verhalten, unsere Ethik und sogar den Gebrauch von Antibiotika ist.



Eine neue Studie von der Universität Oxford, Großbritannien hat die Folgen von einem hohen Fleischkonsum untersucht und bestätigt, dass zukünftige Veränderungen des weltweiten Fleischkonsums große Auswirkungen auf die Umwelt und unsere Gesundheit haben werden. Doch wie kann man die Menschen am besten davon überzeugen, ihre Ernährung zu ändern und weniger Fleisch zu essen?

*Bereits 2015 sorgte die Veröffentlichung der Internationalen Krebsforschungsagentur IARC für Aufregung in der Bevölkerung. Die WHO-Behörde hatte im Oktober 2015 in Lyon mitgeteilt, der regelmäßige Konsum erhöhe das Risiko für Darmkrebs. Zudem stuften die Experten **rotes Fleisch** generell als wahrscheinlich krebserregend ein. Darunter wird das **Muskelfleisch aller Säugetiere** verstanden, also auch von **Rind, Schwein, Lamm, Kalb, Schaf, Pferd und Ziege**. Diese Empfehlung kam von 22 internationalen Experten, die 700 Studien zu rotem Fleisch und 400 zu verarbeitetem Fleisch ausgewertet haben. Die Warnung der WHO stieß auch auf Kritik, vor allem in der Wirtschaft. So sprach der Spitzenverband der Lebensmittelwirtschaft von Halbwahrheiten, die für Verwirrung sorgen. Siehe Es geht um die Wurst und Folgen des Fleischkonsums*

2016 dann eine Studie: „Entweder wir haben den Klimawandel und mehr Herzinfarkte, mehr Diabetesfälle und mehr Übergewicht, oder wir ändern das Lebensmittelsystem“. Die Studie forderte Steuern auf Fleisch und Milchprodukte, um Emissionen zu senken und Leben zu retten – Preisauflschläge von 40 % auf (Rind)Fleisch und 20 % auf Milch würde den Klimawandel wiedergutmachen und die Menschen davon abhalten, so viel Ungesundes zu essen. Siehe: [Studie fordert: Steuern auf Fleisch und Milchprodukte, um Emissionen zu senken und Leben zu retten – Tax meat and milk products to save half a million lives and cut emissions, study says](#)

In der [neuen Studie sagen](#) Forscher, dass sich die Menschen „des Ausmaßes und der Schwere der Auswirkungen des Fleisches auf die Umwelt nicht bewusst sind“, besonders im Vergleich zu anderen Ernährungsgewohnheiten. Sie stellten auch fest, dass Nachhaltigkeit kaum ein Anlass sei, Menschen dazu zu bringen, kein Fleisch mehr zu essen, weil es ihnen mehr um ihren Geldbeutel und ihre Gesundheit gehe. „Der Fleischverzehr, jedenfalls aus globaler Perspektive, ist eine der umweltschädlichsten alltäglichen menschlichen Verhaltensweisen“, sagt Garrett Lentz, [Forscher an der Universität Otago, Neuseeland](#).

„Dies liegt an den schweren Auswirkungen der Aufzucht von Tieren zur Fleischerzeugung, darunter auch Land- und Wasserverschlechterung, Verlust von Lebensraum und Biodiversität, Umweltverschmutzung, tote Zonen im Meer und Klimawandel. Verringerter Fleischkonsum würde zu einem effektiveren Lebensmittelsystem führen, das mehr Menschen ernähren könnte mit weniger Ressourcenverschwendung [...], wobei wenigstens einige der schlimmen Umweltauswirkungen verringert werden können, die wir heutzutage sehen und erleben“



Sie beißen gern in ein saftiges Steak? Vielleicht wollen Sie darüber nachdenken?

Der Verzehr von verarbeitetem Fleisch ist mit einem höheren Risiko für Darmkrebs verbunden und verarbeitetes und rotes Fleisch kann ebenso das Risiko für Herzkrankengefäßerkrankungen und Diabetes Typ 2 erhöhen. Der neue Bericht, der in „Science“ veröffentlicht wurde, stellt fest, dass die Umstellung von einer fleischlastigen Ernährung auf eine eher pflanzenbasierte weltweit die Sterberate um sechs bis zehn Prozent senken kann.

Forscher der Universität Oxford sagen, auch wenn man störende Faktoren wie Rauchen und Übergewicht nicht davon trennen kann, hätten breit angelegte Studien westlicher Länder den hohen Verzehr von roten und verarbeitetem Fleisch mit höheren Sterberaten in Verbindung gebracht.

Sie legen dar, wie die Fleischproduktion zu mehr Treibhausemissionen führt verglichen mit pflanzenbasierter Ernährung.

Die Gewohnheiten der Menschen hinsichtlich ihres Fleischkonsums zu ändern, sei schwierig, jedoch hätten einige Optionen Erfolg, so die Forscher.

Ein Beispiel seien Zertifizierungsprogramme im privaten Bereich oder in NGOs, die

[Tier]wohl oder die Einhaltung von Umweltstandards garantieren.

Ebenso seien Maßnahmen wie die höhere Fleischbesteuerung in Dänemark vielversprechend.

Der World Cancer Research Fund empfiehlt Menschen, die rotes Fleisch essen, weniger als 500 g pro Woche davon, das Projekt Global Burden of Disease hingegen empfiehlt nicht mehr als 100 g pro Woche.

<https://youtu.be/XQJWogH8mAs>



Namasté