

Mikroplastik in Junkfood: Gefahr für unsere psychische Gesundheit!

Neue Studien zeigen, wie Mikroplastik in hochverarbeiteten Lebensmitteln die psychische Gesundheit beeinflussen kann. Wissenschaftler warnen vor Risiken.



Ottawa, Kanada - Wissenschaftler warnen zunehmend vor den gesundheitlichen Risiken von Mikroplastik, insbesondere in hochverarbeiteten Lebensmitteln. Eine aktuelle Studie, durchgeführt von Forschern der Universität Ottawa in Kanada und der Deakin University in Australien, beleuchtet den Zusammenhang zwischen der Aufnahme von Mikroplastik über die Nahrung und der psychischen Gesundheit. Insbesondere wird auf den Konsum von Lebensmitteln wie Tiefkühlpizza, Chips und Chicken-Nuggets hingewiesen, die hohe Mengen dieser schädlichen Partikel enthalten. Laut den Forschern könnte Mikroplastik nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern auch die psychische Gesundheit beeinträchtigen, indem es zu Störungen wie Depressionen und Angstzuständen führt.

Die Studie hebt hervor, dass hochverarbeitete Lebensmittel in der modernen Ernährung über 50 % der Energieaufnahme in den USA ausmachen und dass Junkfood oft mit schwerwiegenden psychischen Beschwerden in Verbindung gebracht wird. Einige Analysen zeigen, dass der Konsum solcher Nahrungsmittel mit einem um 22 % höheren Risiko für Depressionen und einem um 48 % höheren Risiko für Angstzustände verbunden sein könnte. Forscher betonen, dass die gesundheitlichen Auswirkungen von Mikroplastik, insbesondere die Möglichkeit, die Blut-Hirn-Schranke zu überwinden und im Gehirn anzusammeln, noch umfassend untersucht werden müssen.

Die bedenkliche Forschung zu Mikroplastik

Eine kürzlich veröffentlichte Sammlung von Artikeln in der Mai-Ausgabe von „Brain Medicine“ dokumentiert, dass menschliche Gehirne erhebliche Mengen an Mikroplastik enthalten – schätzungsweise „einen Löffel“ Mikroplastikmaterial. Eine zentrale Untersuchung, geleitet von Dr. Nicholas Fabiano, befasst sich mit den potenziellen Verbindungen zwischen Mikroplastikexposition und psychischen Störungen. Diese Studie stellt fest, dass Chicken-Nuggets, ein typisches Beispiel für hochverarbeitetes Junkfood, bis zu 30-mal mehr Mikroplastik pro Gramm enthalten als unbehandelte Hühnerbrust.

Die Ergebnisse dieser Studien legen nahe, dass Mikroplastik nicht nur Körper und Gesundheit bedroht, sondern auch mentale Zustände beeinflussen kann. Experten, darunter Dr. Wolfgang Marx von der Deakin University, zeigen sich besorgt über die möglichen Zusammenhänge zwischen hochverarbeiteten Lebensmitteln, genetischen Veränderungen und psychischen Erkrankungen, die durch Mikroplastik gefördert werden können. In Reaktion auf diese Erkenntnisse wird angeführt, dass der Konsum solcher Lebensmittel signifikant reduziert werden sollte.

Öffentliche Gesundheit und Politik

Die gesundheitlichen Risiken von Mikroplastik sind mittlerweile so gravierend, dass auch die EU Schritte zur Regulierung plant. Ein schrittweises Verbot von Mikroplastik in verschiedenen Produkten, einschließlich Kosmetika, Spielzeug und Pflanzenschutzmitteln, wird diskutiert. Wissenschaftler fordern außerdem die Entwicklung eines Dietary Microplastic Index (DMI), um die Mikroplastikexposition durch Lebensmittel zu quantifizieren und aufzuzeigen.

Zusammenfassend bieten diese Studien einen alarmierenden Einblick in die weitreichenden Konsequenzen, die der Konsum von hochverarbeiteten Lebensmitteln auf unsere körperliche und psychische Gesundheit haben könnte. Die vielschichtigen Wechselwirkungen zwischen Ernährung und psychischen Krankheitsbildern erfordern dringend weitere umfassende Forschungsanstrengungen.

Ein gesundheitliches Bewusstsein über die Gefahren von Mikroplastik könnte es zum Wohl der öffentlichen Gesundheit notwendig machen, mehr Maßnahmen zur Aufklärung und Regulierung zu ergreifen.

VOL.AT berichtet, dass die genauen gesundheitlichen Auswirkungen von Mikroplastik noch nicht vollständig geklärt sind. Weitere Informationen über die Studienresultate finden Interessierte in dem Artikel von **Innovations-Report** sowie bei **Bluewin**, die ebenfalls auf die potenziellen Gefahren von Mikroplastik hinweisen.

Details	
Vorfall	Gesundheitskrise
Ursache	Mikroplastik, hochverarbeitete Lebensmittel
Ort	Ottawa, Kanada
Quellen	• www.vol.at • www.innovations-report.de • www.bluewin.ch

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at