

## **Leinöl regional oder global**

Wir empfehlen, wie Sie wissen, regionale und saisonale Lebensmittel möglichst frisch und aus Bio-Produktion zu verwenden. Im Gegensatz zu dieser Empfehlung beziehen wir die Leinsaat für unsere Leinöle weltweit, um immer die beste Qualität zu bekommen. Dies hat gute und wichtige Gründe:

1. In Europa werden nahezu alle Anbauflächen seit Jahrzehnten genutzt. Auch heutige Bio-Anbau Flächen wurden früher meist konventionell genutzt. Die in der konventionellen Landwirtschaft verwendeten Düngemittel und Pestizide enthalten u. a. das Schwermetall Cadmium, so dass es seit der Einführung von Kunstdüngern zu einer Anreicherung von Cadmium auf landwirtschaftlichen Flächen und somit in nahezu allen Lebensmitteln kommt. Cadmium ist hochgiftig und verursacht folgende Symptome:

- Durchfall, Magenschmerzen und heftiges Erbrechen
- Nierenschädigung
- Knochenbrüche
- Schäden am Zentralnervensystem
- Schäden am Immunsystem
- Störungen in der Fortpflanzung und eventuell sogar Unfruchtbarkeit
- Psychische Störungen
- Mögliche DNA-Schäden und Krebsentstehung
- Verlust des Geruchssinns

Cadmium findet sich besonders in folgenden Nahrungsmitteln: in der Leber, in Pilzen, Muscheln und anderen Schalentieren, in Kakaopulver und getrocknetem Seetang sowie reichlich im Tabakrauch. Darüber hinaus enthalten **konventionelle** Leinsamen viel Cadmium, da Leinsaat Cadmium aufgrund seines hohen Gehaltes an ungesättigten Fettsäuren anreichert. Aus diesem Grunde wird empfohlen, täglich nicht mehr als 20 g **konventionell** produzierte Leinsamen zu sich zu nehmen.

Aber **auch in Europa produzierte Bio-Leinsamen können Cadmium enthalten**, da die Böden eingebrachtes Cadmium aus früherem nicht biologischem Anbau speichern. Meines Wissens müssen 7 Fruchtwechselfolgen im Bio-Anbau (d. h. dass jeweils nur alle 3 Jahre Leinsaat auf derselben Fläche angebaut werden kann) erfolgen, bis die Leinsaat den Boden von Cadmium „gereinigt“ hat. Das sind also **21 Jahre** Regenerationszeit. Dies erfüllt meines Wissens kaum eine landwirtschaftliche Fläche in der BRD.

Daher beziehen wir unsere Leinsamen weltweit von Bio-Flächen, **deren Belastung gering, z.B. aus Wind-Verfrachtungen ist oder die frei von Belastungen wie Cadmium sind.**

Wir unterschreiten freiwillig die vorgegebenen Richtwerte so weit es uns möglich ist!

2. Wir verwenden die bitterfreie **Goldleinsaat**, da Sie nur bei bitterfreiem Leinsamen schmecken, ob das Leinöl frisch und nicht oxidiert ist. Die Goldleinsaat wächst mit der von uns geforderten Qualität nur in Regionen mit regelmäßiger Sonnenscheindauer und hoher Sonnenintensität. Diese Bedingungen werden in Europa oft nicht erfüllt, sondern z. B. in Regionen mit sehr heißen trockenen Sommern. So enthält unsere Leinsaat aus diesen Regionen **regelmäßig einen sehr hohen Anteil an der pflanzlichen Omega-3-Fettsäure ALA**, aus der unser Körper auch die Muskel- und Organ-Omega-3-Fettsäure EPA und die Gehirn- und Nerven- Omega-3-Fettsäure DHA produzieren kann.

3. Europäische Böden sind seit der Reaktorkatastrophe von Tschernobyl teilweise immer noch mit dem radioaktiven Isotop Cäsium<sup>137</sup> belastet. Mit der Nahrung aufgenommenes Cäsium wird auf Grund der Ähnlichkeit zu Kalium im Magen-Darm-Trakt resorbiert und analog zu Kalium vorwiegend im Muskelgewebe gespeichert. Die biologische Halbwertszeit, mit der Cäsium vom menschlichen Körper wieder ausgeschieden wird, ist abhängig von Alter und Geschlecht und beträgt im Durchschnitt 110 Tage. Normales Cäsium ist chemisch nur in sehr geringem Maß giftig. Von Bedeutung ist jedoch die toxische Wirkung der ionisierenden Strahlung aufgenommener radioaktiver Cäsiumisotope, die je nach Dosis die Strahlenkrankheit verursachen können. Da wir die reichlich Einnahme von Leinöl zur Vorbeugung und zur Heilbegleitung empfehlen, ist eine mögliche Belastung der Leinsaat mit Cäsiumisotopen für uns nicht tragbar.

4. Wir testen jede neue Lieferung natürlich auf viele weitere Qualitätskriterien wie z. B. die Schwermetalle Blei und Quecksilber. Da unsere Ansprüche aus unserer Selbstverpflichtung heraus sehr hoch sind, **weisen wir von 10 Chargen an Bio-Leinsamen, die uns angeboten werden, regelmäßig zwischen 8 und 9 Chargen zurück**, die zwar die üblichen Bio-Zertifizierungen haben, aber unserem Qualitätsanspruch trotzdem nicht genügen!

Denn mein Motto ist: Für Sie nur das Beste!