

BESTplus

DAS MAGAZIN FÜR DIE
BEST AGER
DER REGION GÖTTINGEN
7. JAHRGANG
AUSGABE 2-2015
April-Mai



ANDERS HÖREN
STADTRADIO 107,eins

PS.SPEICHER EINBECK
BEGEISTERUNG PUR!

VORSTELLUNG
DIE SCHREIBWERKSTATT

VORSCHAU
DOMFESTSPIELE GANDERSHEIM



Was man **NICHT** unbedingt essen sollte – Teil 1**LECKERE DEKORATION?****STERNFRÜCHTE SIND EINE TÖDLICHE GEFAHR FÜR NIERENKRANKE**

[Bp-drs]. Die Sternfrucht – auch Karambole oder Karambola genannt – ist eine tropische Bereicherung unseres Speiseplans. Die Sternfrucht hat ein gurkenähnliches Aussehen und besteht aus fünf Lamellen, die längs des Fruchtkörpers angeordnet sind. Sternfrüchte, die dünn und quer in Scheiben geschnitten werden, ergeben sehr dekorative Obst-Sterne, die beim Garnieren von Eis, Desserts, Salaten und Cocktails immer häufiger Verwendung finden. Sie haben eine feste Hülle und ein gelbliches durchscheinendes Fruchtfleisch.

Obst ist gesund, denkt sich der Mensch, und in gewissem Sinne stimmt dies ja auch: Die süß-säuerlich schmeckenden Fruchtstücke enthalten einen hohen Anteil an Vitamin A und C sowie Calcium und Eisen.

Über die Jahre wurde aber immer wieder von schweren Vergiftungserscheinungen nach dem Genuss der Karambolescheibchen berichtet: Die Beschwerden reichen von hartnäckigem mehr oder weniger starkem Schluckauf bis zu heftigem Erbrechen. Bisweilen werden Kraftlosigkeit, Sehstörungen und geistige Verwirrung mit großer Angst und Unruhe bemerkt. Im schlimmsten Falle treten lang andauernde epileptische Krampfanfälle bis hin zum Koma auf. Auch Todesfälle werden immer wieder berichtet.

Bisher war allerdings unklar was zu diesen gefährlichen Nebenwirkungen führte. Auffällig war lediglich, dass gerade Nierenkranke und Dialyse-Patienten von solchen Symptomen betroffen waren. In der Sternfrucht wurde mittlerweile der Stoff Caramboxin gefunden, der für diese sehr gefährliche Wirkung auf Nierenkranke verantwortlich gemacht wird. Es handelt sich um ein starkes Nervengift, welches bei gesunden Menschen über die Niere unschädlich gemacht wird. Verfügt der Mensch nicht mehr über eine ausreichende Entgiftungsfunktion der Niere, können sogar Todesfälle bereits im Zusammenhang mit in geringen Mengen verzehrten Sternfruchtstücken auftreten.

Retten kann den Betroffenen nur eine sehr schnell durchgeführte Blutwäsche, wenn denn ein Zusammenhang der Beschwerden mit

dem Genuss von Sternfrüchten erkannt und berücksichtigt worden ist. Das Fatale an der Situation ist, dass gesunde Menschen dieses Nervengift problemlos über ihre Nieren entgiften können und überhaupt keine Probleme bekommen. Deswegen fehlt den behandelnden Ärzten oft ein entscheidender Hinweis.

Für die meisten Menschen sind Sternfrüchte eine willkommene Obstbeilage und werden mangels Aufklärung nicht als gefährliches Lebensmittel eingestuft.

Nicht nur für Nierenkranke eine Gefahr

Sternfrüchte können durch eine erhebliche Hemmung mehrerer Enzyme in der Leber die Wirkung etlicher Medikamente verlängern und deren Entgiftung verzögern. Im Tierversuch wurde sogar eine bis zum heutigen Zeitpunkt nicht weiter erforschte Beeinträchtigung der Herzfunktion beobachtet. Herzranke und Patienten, die zum Beispiel blutdruck- oder fett-senkende Medikamente einnehmen, sollten deswegen sehr vorsichtig mit dieser Frucht umgehen. Da aber sehr viele Medikamente von diesem Problem betroffen sind, sollte jeder, der Medikamente einnimmt, sehr vorsichtig mit dieser leckeren Frucht umgehen. In einigen Feinkostläden wird mittlerweile auch der Saft der Karambolefrucht als Leckerei angeboten. Dieser ist wegen der „größeren Einmaldosis“ natürlich noch viel gefährlicher als die meist kleinere Portion an frischen Fruchtscheiben im Obstsalat oder als Dekoration.



Ihr
Dr. Heribert Schorn
Urologe und Männerarzt
am Gänseliesel in Göttingen
www.schorn.de