

Liebe Leserinnen und Leser,



wir werden uns wohl weiterhin maskiert in der Öffentlichkeit bewegen. Ein Jahr Corona, ein Jahr Furcht, Geduld, Durchhalteparolen, neue Erkenntnisse, alte Probleme. Die Umwelt mag teilweise profitiert haben: Schadstoffausstöße sind verringert, aber Müllprobleme gewachsen. Da uns die Türen von Fachgeschäften, Kaufhäusern und Einzelhandel häufig verschlossen waren, haben wir die Kaufbedürfnisse zunehmend online befriedigt. Versandware muss verpackt werden, damit alles sicher bei Kundinnen und Kunden ankommt und bei Nichtgefallen ebenso gesichert retourniert wird. Einmal-Wegwerf-Artikel nehmen zu.

Gebrauchte Masken und Testutensilien werden, wenn sie nicht, wie zunehmend beobachtet, achtlos in der Umwelt entsorgt werden, in den Restmüll wandern.

Im Schwerpunkt „Verpackungswahn“ wird diese Problematik in dieser U&G-Ausgabe wiederholt aufgegriffen und als Teil 3 nach 2015 und 2019 fortgesetzt. Fortschritte sind nicht zu erkennen, wie uns eine aktuelle Studie der HAW Hamburg vor Augen führt. Es wurde sogar noch mehr Müll als vor der COVID-19-Pandemie produziert, wobei durch die Lockdowns auch der höhere Konsum von verpackten Produkten und von Essen zum Mitnehmen beteiligt ist.

In den nächsten Monaten wird vom nationalen Krisenmanagement die Hoffnung geweckt, dass nur über Impfungen der Weg zurück in die Normalität führt. Jeder Frau und jedem Mann muss klar sein, dass hier die Gentechnik, die wir vom Esstisch verbannen, elementar in Gegenwart und Zukunft der Menschheit eine dominante Rolle spielt. Uns wird die Wiederkehr in den Alltag versprochen auf einem bisher unbekanntem Weg. Es sei gestattet, einmal inne zu halten und Strategien zu hinterfragen. Nicht jeder will sich Produkte des biotechnologischen Fortschritts einverleiben lassen. Bei allem Hoffnungsschüren seitens Medien, Politik und Pharmaindustrie müssen Skepsis gestattet und Zweifel ausgeräumt werden. Es besteht ein Recht auf Kritik und Selbstbestimmung!

Dass Fortschritt sich nicht immer vorteilhaft erweist, sieht Kundinnen und Kunden an den handelsoptimierten Züchtungen von Lebensmitteln. Goldene Delicious, pinke Ladies und grannige Smiths lächeln uns gewachst und gespritzt im Obstregal an. Doch beim Biss in das verlockende Obst kann uns das Lächeln vergehen. Nicht so mit den letalen Konsequenzen wie bei Schneewittchen, sondern mit allergischen Reaktionen. In dieser Ausgabe werden Forschungsergebnisse vorgestellt, die belegen, dass alte Sorten wie Alkmene, Goldparmäne und Roter Boskoop mehr gesundheitsfördernde Polyphenole enthalten. Diese Pflanzenstoffe sind wohl verantwortlich dafür, dass, laut dem bekannten Sinnspruch, beim täglichen Einverleiben eines Apfels der Doktor vom Leibe gehalten wird. Der moderne Apfel erfordert dagegen wohl öfter den Weg zum allergologisch versierten Facharzt.

Liebe Leserinnen und Leser, wir haben uns bemüht, Ihnen wie gewohnt wissenschaftliche Erkenntnisse so aufzubereiten, dass Sie davon gesundheitlich profitieren. Vertrauen Sie Ihrem gesunden Menschenverstand und nicht dem Versprechen findiger Scharlatane, die uns antivirale und abwehrstärkende Zaubertränke anbieten: Das können nur Druiden wie *Miraculix* aus einem kleinen gallischen Dorf. Als mögliche Zutat verrät uns allerdings unsere AVE-Heilpflanzenexpertin den Meerrettich.

Bleiben Sie gesund und kommen Sie hoffnungsfroh durch das Jahr

Ihr *Andreas Steneberg*

Impressum	2
AVE aktuell	4
• Mitglieder-Rundbrief	
• Leserbrief	
Forum	5
Schwerpunkt I	7
• Apfelallergie – Toleranzentwicklung durch regelmäßigen Konsum allergenarmer Äpfel von <i>Karl-Christian Bergmann, Jaron Zuberbier, Torsten Zuberbier, Jürgen Zapp</i> und <i>Willi Hennebrüder</i>	
Umwelt aktuell	13
• Wie der Mensch die Luft in Innenräumen beeinflusst	
Interview	14
• Entwicklung schadstoffarmer und Allergikergeeigneter Farben Interview mit <i>André Protze</i>	
Schwerpunkt II	16
• Verpackungswahn Teil 3 von <i>Friedhelm Diel</i>	
• Tipps für den nachhaltigen Einkauf	
Umwelt aktuell	19
• Atomstrom kommt in die Jahre	
• Globale Nahrungsmittelproduktion bedroht das Klima	
Allergie aktuell	21
• Forscher schlagen eine spezielle Diät gegen Asthma vor	
Therapie aktuell	22
• Nicht nur gegen Corona: Bei Arzneimitteln und Impfstoffen geht ohne Gentechnik kaum noch was	
• Sicherheit von COVID-19-Impfstoffen	
Forschung aktuell	24
• Veganes Leder aus Pilzen	
• Vorsicht, gleich tut es weh!	
Candida aktuell	26
• Prothesenstomatitis – Pilze unterm Zahnersatz	
Bücher	28
Therapie aktuell	29
• Die besten Yogaübungen fürs Homeoffice	
Ernährung aktuell	30
• Pflanzliche Wirkstoffe zur Prävention von Corona-Erkrankungen: Fluch oder Segen?	
• Wieviel Wasser sollte man pro Tag trinken?	
Heilpflanzen	33
• Meerrettich, Kren – <i>Armoracia rusticana</i>	