

## **EINIGE DER TRAGISCHEN FOLGEN DES FLEISCHVERZEHR:**

<ul style="list-style-type: none"><li>• Blauzungenkrankheit</li><li>• Escherichia-coli-Infektionen</li><li>• Salmonellen</li><li>• Vogelgrippe</li><li>• Rinderwahnsinn</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• PMWS</li><li>• Listeriose</li><li>• Schalentiervergiftung</li><li>• Schwangerschaftstoxikose</li><li>• Campylobacter</li></ul>
<p><b>EINIGE DER KOSTEN DES FLEISCHVERZEHR:</b></p> <p><b>HERZERKRANKUNGEN</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fordern jährlich weltweit über 17 Mio. Menschenleben.</li><li>• Die Behandlungskosten für Herzerkrankungen betragen jährlich mindestens 1 Billion USD.</li></ul> <p><b>KREBS</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bei mehr als 1 Mio. Patienten wird jedes Jahr Darmkrebs neu diagnostiziert.</li><li>• Darmkrebs verursacht jährlich über 600.000 Todesfälle.</li><li>• Allein in den Vereinigten Staaten betragen die Behandlungskosten für Darmkrebs ca. 6,5 Mrd. USD.</li><li>• Bei Millionen Menschen werden jährlich andere durch Fleischverzehr verursachte Krebsarten neu diagnostiziert.</li></ul> <p><b>DIABETES</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 246 Mio. Menschen sind weltweit betroffen.</li><li>• Jährlich werden schätzungsweise 174 Mrd. USD für die Behandlung ausgegeben.</li></ul> <p><b>FETTLEIBIGKEIT</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1,6 Mrd. Erwachsene sind weltweit übergewichtig, 400 Mio. sind fettleibig.</li><li>• Verursacht jährlich medizinische Ausgaben in Höhe von 93 Mrd. USD allein in den USA.</li><li>• Mindestens 2,6 Mio. Menschen sterben jährlich aufgrund von Problemen, die mit Übergewicht und Fettleibigkeit verbunden sind.</li></ul> <p><b>UMWELT</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Verbraucht bis zu 70 % des sauberen Wassers</li><li>• Verschmutzt die meisten Gewässer</li><li>• Entwaldet die Lungen der Erde</li><li>• Verbraucht bis zu 43 % der Weltgetreideproduktion</li><li>• Verbraucht bis zu 85 % der Weltsojaproduktion</li><li>• Verursacht Welthunger &amp; Kriege</li><li>• Trägt zu 80 % der globalen Erwärmung bei</li></ul> <p><b>UND ANDERE MEHR ...</b></p>	

## **EINIGE DER KOSTEN DES MILCHKONSUMS:**

<ul style="list-style-type: none"><li>• Brust-, Prostata- und Hodenkrebs durch die in der Milch enthaltenen Hormone</li><li>• Listerien und Morbus Crohn</li><li>• Hormone und gesättigte Fettsäuren führen zu Osteoporose, Fettleibigkeit, Diabetes und Herzkrankheiten</li><li>• Verursacht häufigeres Auftreten von Multipler Sklerose</li><li>• Klassifiziert als häufiges Allergen</li><li>• Laktoseintoleranz</li></ul> <p><b>UND ANDERE MEHR ...</b></p>
---

## **EINIGE DER POSITIVEN AUSWIRKUNGEN DER VEGETARISCHEN ERNÄHRUNGSWEISE:**

- Senkt den Blutdruck
- Senkt den Cholesterinspiegel
- Vermindert das Risiko von Typ-2-Diabetes
- Beugt Schlaganfall vor
- Heilt Arteriosklerose
- Reduziert das Risiko für Herzkrankheiten um 50 %
- Reduziert das Risiko für Herzoperationen um 80 %
- Beugt vielen Formen von Krebs vor
- Stärkt das Immunsystem
- Erhöht die Lebenserwartung um bis zu 15 Jahre
- Höherer IQ
- Spart Wasser um bis zu 70 %
- Schützt über 70 % des Amazonas-Regenwaldes vor der Rodung für Weideflächen
- Ist eine Lösung für den Hunger in der Welt:
  - Jährlich werden 3,433 Mio. Hektar Land verfügbar
  - Jährlich werden 760 Mio. Tonnen Getreide verfügbar (die Hälfte des weltweiten Getreidevorrats)
- Verbraucht 2/3 weniger fossile Brennstoffe als zur Fleischerzeugung nötig
- Reduziert die Verschmutzung durch unbehandelte tierische Exkrememente
- Schafft reinere Luft
- Spart jährlich 4,5 Tonnen Emissionen pro US-Haushalt
- Stoppt 80 % der globalen Erwärmung

**UND ANDERE MEHR ...**

**RETTE DEIN LEBEN: LEBE VEGAN. SCHÜTZE DIE UMWELT.**

Weitere Informationen finden Sie auf [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)

# EINIGE DER TRAGISCHEN FOLGEN DES ALKOHOLKONSUMS:

Jährlich 1,8 Mio. alkoholbedingte Todesfälle weltweit

<b>Kosten alkoholbedingter Krankheiten:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 186,4 Mrd. USD in den USA</li><li>• 210-665 Mrd. USD weltweit</li></ul> <b>Krankheiten</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Krebs</li><li>• Lebererkrankungen</li><li>• Herz-Kreislauf-Erkrankungen</li></ul> <b>Hirnschäden</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Amnesie und Demenz</li><li>• Schrumpfung des Gehirns</li></ul>	<b>Organversagen von</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Herz</li><li>• Leber</li><li>• Nieren</li><li>• Magen</li><li>• Bauchspeicheldrüse</li><li>• Augen</li></ul> <b>Geburtsfehler</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mentale Retardierung</li><li>• Fetales Alkoholsyndrom:<ul style="list-style-type: none"><li>- Wachstumsstörungen</li><li>- Missbildung des Gesichts</li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Plötzlicher Kindstod</li><li>• Fehlgeburten</li></ul> <b>Alkoholbedingte Gewalt</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kindesmissbrauch: 50 % der Fälle</li><li>• Gewalt gegen Angehörige: 30 % der Fälle</li><li>• Gewalttaten: 40-80 % der Fälle</li><li>• Selbstmord: 20-50 % der Fälle</li></ul> <b>UND ANDERE MEHR ...</b>
--	--	--

## VORTEILE VON ALKOHOLVERBOTEN:

**FINANZIELLE EINSPARUNGEN** Eine kanadische Studie schätzt, dass Alkoholinterventionsprogramme jedes Jahr 880 Leben retten und 1 Milliarde USD einsparen könnten.

### STERBLICHKEIT

- Aufgrund eines 10 %igen Rückgangs des Wodka-Verkaufs verringerte sich in Russland die Zahl der alkoholbedingten Todesfälle in einem Jahr beträchtlich.
- Bewegung, verringerter Alkoholkonsum, Genuss von Obst und Gemüse sowie Nichtrauchen erhöht die Lebenserwartung um 14 Jahre.
- Die Weltgesundheitsorganisation stellt fest, dass politische Maßnahmen wie die erhöhte Besteuerung von Alkohol, die Reduzierung der Tage, an denen Alkohol erhältlich ist, eine Begrenzung der Alkoholverkaufsstunden und die Heraufsetzung des Alters, in dem Alkohol konsumiert werden darf, alles wirksame Mittel sind, alkoholbedingte Schäden zu verringern. Im Einzelnen:
  - o Die Erhöhung der Alkoholsteuer um 10 % in der Europäischen Union würde jährlich 9.000 Leben retten.
  - o Wenn der Verkauf von Alkohol in der Europäischen Union an einem Tag pro Woche verboten wäre, würden sich damit verbundene Krankheiten und die Frühsterblichkeit um 123.000 Jahre verringern.

**KREBS** Eine Studie des World Cancer Research Fund belegt, dass die Reduzierung des Fleisch- und Alkoholkonsums das Krebsrisiko senkt.

### ANDERE KRANKHEITEN

- Die Gehirnregeneration und -leistung verbessert sich, sobald der Alkoholkonsum eingestellt wird.
- Patienten mit alkoholischer Hepatitis können vollkommen gesund, wenn sie den Alkohol aufgeben und sich gut ernähren.
- Bodybuilding.com gibt an, dass es bei Bodybuildern, die dem Alkoholkonsum entsagen, zu Verbesserungen in Bezug auf Muskelzunahme, Hydratisierung, Regeneration, Stoffwechsel und Konzentrationsleistung kommt.
- Infolge eines gemeindeweiten Alkoholverbots in Barrow, Alaska, USA, sank der Alkoholkonsum in der Schwangerschaft um mehr als 30 %.
- Die Website health.com berichtet, dass die Vorteile eines alkoholfreien Lebens Folgendes miteinschließen:
  - Bessere Beziehungen zu Freunden und Familie
  - Die Freiheit, Geld und Zeit für andere Dinge zu nutzen
  - Verbesserte Arbeitssituation und Beziehungen zu Kollegen
  - Bessere geistige Gesundheit
  - Neue Freundschaften mit Menschen, die lebensbejahenden Aktivitäten nachgehen
- Eine Gruppe ehemaliger AlkoholkonsumentInnen nannte in einem Online-Forum folgende Beobachtungen über die Vorteile einer alkoholfreien Lebensweise:
  - Bessere Gesundheit
  - Mehr Freizeitqualität
  - Mehr Geld
  - Mehr Spaß mit den Kindern
  - Erhöhtes Vertrauen und Selbstachtung
  - Mehr Freude am Leben

### SOZIALE AUSWIRKUNGEN

- Ein Verbot alkoholischer Getränke in Neuseeland wirkte sich durch 98 % weniger Alkoholdelikte und andere Verbrechen aus.
- Als im Reservat der amerikanischen Schwarzfuß-Indianer Alkoholverkauf während der jährlichen Nordamerikanischen Indianertage verboten wurde, wurden vier Wochen danach folgende Verbesserungen festgestellt:
  - Null Verkehrsunfälle mit Schwarzfuß-Indianern
  - Null Verhaftungen wegen Fahrens unter Alkoholeinfluss
  - 64 % weniger der Polizei gemeldete Störungen
  - 44 % weniger Fälle von Körperverletzung
  - 75 % weniger Krankenhausbehandlungen
  - 25 % weniger Anklagen wegen Ruhestörung, öffentlicher Trunkenheit oder Besitz eines offenen Alkoholbehälters
- Forschungen in New Mexico, USA, zeigen, dass es aufgrund des sonntäglichen Alkoholverbots weniger Verkehrsunfälle und -opfer gab.
- Alkoholbedingte Verbrechen sind infolge des Alkoholverbots in Aberystwyth, Großbritannien, um 15 % gesunken.
- Aufgrund der erfolgreichen Reduzierung der Kriminalitätsrate wurde ein dauerhaftes Alkoholverbot für das Hafengebiet von Coffs Harbour City, Australien, ausgesprochen.
- Durch ein Alkoholverbot am Kinkaid Lake in den USA kam es zu keinen weiteren tödlichen Schwimmunfällen, selteneren schweren Bootsunfällen und weniger Kriminalität.

### JUGENDLICHE

- Beamte berichteten von einem Rückgang des Vandalismus infolge eines Alkoholverbots auf dem Campus der US-Universität Oklahoma.
- Im US-Staat Florida verminderte das Anheben des gesetzlichen Mindestalters für Alkoholkonsum von 18 auf 21 Jahre deutlich die Zahl tödlicher Autounfälle.
- Ein selbst auferlegtes Verkaufsverbot von Alkohol an Jugendliche unter 21 Jahren im britischen Dorf Marske-by-the-Sea wurde dauerhaft eingerichtet, da es Verbrechen und unsoziales Verhalten verminderte.

Weitere Informationen finden Sie auf [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)

# EINIGE DER TRAGISCHEN FOLGEN DES DROGENMISSBRAUCHS:

- Über 200.000 Tote jedes Jahr
- 181 Mrd. USD Kosten jedes Jahr in den Vereinigten Staaten, 33 Mrd. USD in Großbritannien
- Die lebenslangen Ausgaben durch derzeitige Drogenabhängigkeit betragen in Großbritannien 575 Mrd. USD

## SCHÄDLICHE FOLGEN

<ul style="list-style-type: none"><li>• Hirnschaden</li><li>• Schlaganfall</li><li>• Herzerkrankung</li><li>• Lebererkrankung</li><li>• Tuberkulose</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lungenemphysem</li><li>• Krebs</li><li>• Depression</li><li>• Selbstmord</li><li>• Dauerhafter Gedächtnisverlust</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Psychische Erkrankung</li><li>• Höhere Kindersterblichkeit</li><li>• Erhöhte Kriminalität und Gewalt</li><li>• Impotenz</li></ul>
---	--	---

## KRIMINALITÄT UND GEWALT

- Illegale Drogen sind in Großbritannien jedes Jahr die Ursache für **50 % aller Einbrüche**.
- In den USA nehmen **60 % aller Menschen**, die jedes Jahr **verhaftet** werden, illegale Drogen.
- Sechshundertfünfzig **Heroinabhängige** begingen in den USA **in drei Monaten 70.000 Verbrechen**.

## SOZIALE KOSTEN

- US-amerikanische Firmen **verlieren jedes Jahr 100 Mrd. USD** aufgrund des Drogen- und Alkoholmissbrauchs ihrer Angestellten.
- **Australien gibt jedes Jahr 53 Mrd. USD** für Gesundheitswesen, Gesetzesvollzug und verlorene Produktivität von **Drogenkonsumenten aus**.

## TODESFÄLLE

- In den USA **sterben jeden Tag 52 Menschen** durch Drogen.
- In Kanada werden **21 % aller Sterbefälle auf Tablettenmissbrauch zurückgeführt und 23 % der potenziellen Lebenserwartung** geht durch Frühsterblichkeit verloren.

## UND ANDERE MEHR ...

# VORTEILE VON DROGENABSTINENZ & DROGENBEHANDLUNG:

- In den USA hat sich gezeigt, dass die Behandlung der Drogenabhängigkeit Leben rettet, die Kriminalität reduziert und Familien wiederherstellt, außerdem:
  - *sind 69 % der Behandelten nach einem Jahr der Behandlung drogenfrei*
  - *gab es nach einjähriger Behandlung 64 % weniger Inhaftierungen*
- Eine Studie in Kalifornien, USA, ergab, dass für jeden USD, der in die Drogenbehandlung investiert wird, 7 USD aufgrund der Verringerung der Kriminalitätsrate sowie der Gesundheits- und Sozialhilfekosten und der erhöhten Einkommensstabilität eingespart werden.
- Zwanzig Jahre Forschung in den USA zeigen, dass Programme zur Drogenbehandlung die Kriminalität wirksam reduzieren und auch die Gesundheit und das Sozialverhalten der Teilnehmer verbessern.
- Das Washington State Institute for Public Policy Research in den USA hält Behandlungsprogramme für jugendliche Drogenkonsumenten für wirksam; sie können dem Staat Einsparungen von 1.900 bis zu 31.200 USD pro Kind bringen.
- Programme für drogenfreie Arbeitsplätze zeigen folgende Ergebnisse:
  - *Weniger Fehlzeiten*
  - *Weniger Unfälle*
  - *Höhere Produktivität*
  - *Gesündere Mitarbeiter*
  - *Verbesserte geistig-seelische Verfassung*
  - *Geringere Ausgaben durch geringere Nutzung von Gesundheitsleistungen*
  - *Niedrigere Betriebsversicherungskosten*
- Die folgende Antwort wurde als beste Antwort bei „Yahoo Ask“ auf die Frage nach den Vorteilen der Drogenfreiheit gewählt:
  - *Keine Angst vor der Polizei*
  - *Keine Angst vor Infektionen durch die Nadel*
  - *Keine Angst davor, das Gehirn zu zerstören*
  - *Keine Angst vor „Verkehrsuntauglichkeit“ und daraus resultierenden Unfällen*
  - *Freude an der Freiheit, die Welt zu erkunden (durch Sehen, Fühlen, Schmecken, Sprechen und Hören) ohne Beeinträchtigung der Sinne*
  - *Die Freude, in einer Krise oder einem Notfall voll einsatzbereit zu sein*
  - *Die Möglichkeit, anderen von den Freuden eines drogenfreien Lebens zu erzählen*

Weitere Informationen finden Sie auf [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)

# EINIGE DER TRAGISCHEN FOLGEN DES RAUCHENS:

- **Jährlich 5,4 Mio. Todesfälle weltweit in Zusammenhang mit dem Rauchen**
- **Kosten der mit dem Rauchen in Zusammenhang stehenden Erkrankungen: 96 Mrd. USD allein in den USA**

<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>HERZKRANKHEITEN:</b> Koronarthrombose, Zerebralthrombose, Nierenversagen</li><li>- <b>KREBS:</b> Lungenkrebs, Speiseröhrenkrebs, Nierenkrebs, Blasenkrebs</li><li>- <b>CHRONISCH OBSTRUKTIVE LUNGENERKRANKUNGEN:</b> Lungenemphysem, Bronchitis</li><li>- <b>IMPOTENZ</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>SCHLAGANFALL</b></li><li>- <b>ZUSÄTZLICHE SCHÄDIGUNGEN DURCH PASSIVRAUCHEN:</b> Plötzlicher Kindstod, Frühgeburten, Gaumenspalte oder Hasenscharte, kindliches Asthma, Bronchitis, Ohrenentzündungen</li></ul> <p><b>UND ANDERE MEHR ...</b></p>
--	---

## RAUCHVERBOTE RETTEN LEBEN:

- Eine Studie des PIRE Public Services Research Institute gibt an, dass die gegenwärtigen strengen Antirauchgesetze in Kalifornien bis zum Jahr 2010 mehr als 50.000 Leben gerettet haben werden.
- In Großbritannien reduziert das Rauchverbot in der Öffentlichkeit die Auswirkungen des Passivrauchens, die mit dem Verlust von jährlich 11.000 Menschenleben in Zusammenhang stehen.
- Aufgrund des Rauchverbots des Landes erwartet man in Wales, jährlich schätzungsweise 400 vorzeitige Todesfälle bei Nichtrauchern abwenden zu können.
- Auch Menschen über 65 haben gesundheitliche Vorteile, wenn sie das Rauchen aufgeben; das allgemeine Sterberisiko sinkt um fast 20 %, das Risiko, an Lungenkrebs zu sterben, um 42 %.
- Michael Bloomberg, Bürgermeister von New York, USA, gab bekannt, dass das Rauchen unter Teenagern in den letzten sechs Jahren um 50 % zurückgegangen ist und somit 8.000 vorzeitige Todesfälle verhindert werden konnten.

### RAUCHVERBOTE führen zu einer Verringerung des akuten Koronarsyndroms

- Eine Studie der American Heart Association ergab, dass Herzinfälle in Pueblo, Colorado, USA, nach dem Inkrafttreten eines Rauchverbots an öffentlichen Orten um 27 % sanken, während der Nachbarlandkreis ohne Rauchverbot keine Änderung der Zahl der Herzinfälle verzeichnete.
- Bereits ein Jahr nach dem Inkrafttreten des Rauchverbots in Irland trat das akute Koronarsyndrom um 11 % seltener auf.
- Wissenschaftler der University Glasgow berichteten, dass Herzinfälle in Schottland seit Inkrafttreten des öffentlichen Rauchverbots im letzten Jahr um 17 % abgenommen haben.
- Das Nationale Hygiene-Institut in Frankreich vermeldete einen beachtlichen Rückgang der Herzinfälle nach dem Erlass des Rauchverbots im Lande, wobei auch eine Abnahme der Auswirkungen des Passivrauchens beobachtet wurde.
- Nach Inkrafttreten eines umfassenden Rauchverbots ging in New York, USA, die Zahl der Krankenhausaufnahmen wegen Herzinfarkts um 8 % zurück; der Rückgang beziffert sich auf jährlich 56 Mio. USD an Einsparungen im Gesundheitswesen.
- Die Krankenhausaufnahmen aufgrund akuter Herzinfälle bei Menschen unter 60 fielen um 11 % nach Einführung des Rauchverbots in öffentlichen Gebäuden in der italienischen Region Piemont.

### RAUCHVERBOTE bedeuten bessere Gesundheit

- Die Ergebnisse der Nationalen Gesundheitserhebung zeigen, dass Raucher mehr chronische Leiden wie z. B. Bronchitis, Asthma und hohen Blutdruck haben.
- Nach einer Studie des Europäischen Krebsinstituts in Mailand, Italien, verdoppelt sich für Raucher das Risiko, Dickdarmpolypen zu entwickeln; insbesondere solche Polypen, die sich zu Krebs entwickeln.
- Bei Rauchern und Passivrauchern tritt etwa 7 Jahre früher Dickdarmkrebs auf als bei Nichtrauchern.
- Laut einer Studie, die von der Zeitschrift „Cancer Epidemiology, Biomarkers and Prevention“ veröffentlicht wurde, haben Raucherinnen mit einem bestimmten Erbgut ein beträchtliches Brustkrebsrisiko.
- Nichtraucher haben eine höhere Chance als Raucher, ihre Zähne bis ins hohe Alter zu behalten.

### RAUCHVERBOTE bedeuten gesündere Kinder

- Eine amtliche Studie des Child Life and Health Institute der Universität Bristol ergab, dass Babys von Müttern, die während der Schwangerschaft rauchen, viermal eher am plötzlichen Kindstod sterben.
- Rauchen und Alkohol können Spermata schädigen und die veränderten Gene an Babys weitergeben.
- Dr. Shakira Franco Suglia von der Harvard School of Public Health berichtet, dass Kinder, die in einer Umgebung mit hochgradiger Luftverschmutzung leben oder deren Eltern rauchen, weniger Punkte bei Gedächtnis- und Intelligenztests erzielen als Kinder, die in sauberer Luft aufwachsen.
- Bei Kindern, die regelmäßig Passivrauchen ausgesetzt sind, ist das Lungenkrebsrisiko dreimal höher, verbunden mit einer größeren Gefahr, später im Leben an anderen Atemwegserkrankungen zu leiden.

### RAUCHVERBOTE bedeuten eine bessere Arbeitsumgebung

- Innerhalb von nur zwei Monaten nach Inkrafttreten des Rauchverbots in Schottland berichteten Angestellte im Gaststättengewerbe von fast 33 % weniger Atemwegserkrankungen und anderen Krankheiten.
- Nichtraucher, die Tabakrauch ausgesetzt sind, haben ein etwa 20 % höheres Lungenkrebsrisiko.
- In Irland verminderte das Rauchverbot in der Öffentlichkeit die Luftverschmutzung in Pubs um 83 %.

### RAUCHVERBOTE sind gut fürs Geschäft

- In den fünf Jahren, seit die Fluggesellschaft Aeroflot rauchfrei ist, erhöhten sich das Passagieraufkommen um 15 % und die Anzahl der Flüge um 25 %.
- In seinem jährlichen Bericht erklärte Liam Donaldson, der höchste medizinische Beamte des britischen Gesundheitswesens, dass durch ein öffentliches Rauchverbot Einsparungen von geschätzten 2,7 Mrd. Pfund möglich seien: 680 Mio. Pfund durch gesündere und leistungsfähigere Arbeitnehmer; 140 Mio. Pfund durch weniger Krankheitstage; 430 Mio. Pfund durch den verringerten Produktivitätsverlust aufgrund Rauchens am Arbeitsplatz; 100 Mio. Pfund bei den Reinigungskosten, die durch Rauchen entstehen.

Weitere Informationen finden Sie auf [www.SupremeMasterTV.com](http://www.SupremeMasterTV.com)