

Vegetarismus: Niedrigere Lebensqualität

Laut einer Studie der Uni Graz bringt der Verzicht auf Fleisch einige Nachteile mit sich – Vegetarier gehen öfter zum Arzt, klagen häufiger über Depressionen und fühlen sich subjektiv weniger gesund



...

A Y\ fYfY'Ghi X]Yb'\UVYb'V]g\Yf'Ui Z[YnY][hžXUgg'j Y[YhUf]gWXY
9fbÀ\fi b['a]h'Y]bYa '[Yf]b[YfYb'5i ZhfYhYb'j cb'i "U"
6'i h\cW\Xfi W_žXY[YbYfUh]j Yb'9f_fUb_i b[Ybž_cfc bUfY
<YfnYf_fUb_i b[Ybž'8]UVYhYgž'GW\U[UbZU''i bX'VYgh]a a hY
?fYVgUfhYb']b'J YfV]bXi b['[YVfUW'h'k YfXYb'_Ubb"'8Ua]h'\Uh'g]W\
ni ['Y]W\Y]b['fc» Yf'A Uf_h'ZØf'gdYn]Y''Y'@YVYbga]hY''Ybhk]W_Y'h"
8Yf': fU[Yž'k Y'W\Y'Ni gUa a Yb\Àb[Y'Yg'nk]gWYb
i bhYfgW\YX']WYb': cfa Yb'XYf'9fbÀ\fi b[žXYf'; Ygi bX\Y]hi bX
@YVYbgei U'hÅh[]Vhž[]b[Yb'X]Y'; fUnYf'Gcn]U'a YX]n]bYf]b
BUh\U'Y'6i f_Yfh'i bX']\fY'?c''Y[Yb'Ub'XYf'a YX]n]b]gWYb
I b]j Yfg]hÅh'; fUn'VYgW\ÀZh[h''8Ybb'fi bX'nY\ b'Dfc nYbh'XYf
² ghYffY]W\Yf''YVYb''Ui h'Y]bYf'÷ 9G!Ghi X]Y'XYg'J cf'U\ fYg

j Y[YhUf]gW" '@Ui h' l b]'; fUn[Y\h'X]Y`VYk i gghY`9fbÅ\fi b[gk Y]gY
`YXcW`b]W`h' i bVYX]b[h'a]h'Y]bYa `dcg]h]j Yb
; Ygi bX\Y]hgYa dZ]bXYb`Y]b\Yf"

Gi V`Y_h]j `gW`YW`hYfYg'; Ygi bX\Y]hgYa dZ]bXYb
6i f_Yfh'ni Zc`[Y`UVYb`A YbgWYbž`X]Y`g]W`fY]b`j Y[YhUf]gW
YfbÅ\fybž`Y]bYb`b]YXf][Yb`6cXm!A Ugg!`bXYg`f6A ±`i bX
_cbgi a]YfYb`k Yb][Yf`5`_c`c`U`g`YbY`a]h`UbXYfYf
9fbÅ\fi b[gk Y]gY" `9g`UVY`g]W`UVYf`Ui W`[YnY][hž`XUgg`g]Y`Y]b
gi V`Y_h]j `gW`YW`hYfYg'; Ygi bX\Y]hgYa dZ]bXYb`UVYbž`j Yfa Y`fh
9]bgW`fÅb_i b[Yb`Ui Z[fi bX`[Ygi bX\Y]h]W`Yf`DfcV`Ya Y`Ub[UVYb
i bX`XYg\U`V`\Åi Z[Yf`a YX]n]b]gWY`8]Ybgh`Y]ghi b[Yb
VYUbgdfi W`Yb" `9VYbgc`gY]`VYcVUW`hYh`k cfXYbž`XUgg`X]Y
VYZfU[hYb`J Y[YhUf]Yf`\Åi Z[Yf`Ub[UVYbž`Ub`5b[ghgh`Øfi b[Yb`i bX
8YdfYgg]cbYb`ni ``Y]XYb"

K Y]hYfYf': cfgW`i b[gVYXUfZ
K]f`_ØbbYb`b]W`h'gU[Ybž`cV`X]Y`gW`YW`hYfY'; Ygi bX\Y]h`VY]
J Y[YhUf]Yfb`]b`i bgYfYf`Ghi X]Y`Xi fW`j]\fY
9fbÅ\fi b[g[Yk c`b\Y]hYb`j Yfi fgUW`h`k i fXYž`cXYf`cV`g]Y`X]YgY
; cfa `XYf`9fbÅ\fi b[`Ui Z[fi bX`]fYg`gW`YW`hYfYb
; Ygi bX\Y]hgni ghUbXg`_cbgi a]YfYb`ž`VYhcbhYb`X]Y`5i hcfYb"
K Y]hYfY`l bhYfgi W`i b[Ybž`X]Y`g]W`a]h`XYb`l fgUW`Y!K]f_i b[g!
Ni gUa a Yb\Åb[Ybž`5i gk]f_i b[Yb`ØVYf`Åb[YfY`NY]h`i bX`XYb
9fbÅ\fi b[g_ca dcbYbhYb`]a `8YhU]`VYgW`ÅZh[Ybž`gY]Yb`XU\Yf
Xf]b[YbX`bchk YbX][ž`gc`6i f_Yfh"; YZcfXYfh`k YfXYb`]bg[YgUa h
i a ZUggYbXY`bZcfa Uh]cbg!`i bX`GW`i`i b[gdfc[fUa a Y`ZØf`X]Y
² ZZYb`h]W`_Y]hž`X]Y`ni f`J YfVYggYfi b[`XYg'; Ygi bX\Y]hg!`i bX`j cf
U`Ya `9fbÅ\fi b[gj Yf\U`hYbg`VY]hfU[Yb`gc``Yb"

æa `F U\`a Yb`XYf`fYdfÅgYbhUh]j Yb`Ghi X]Y`k i fXYb`8UhYb`j cb`a Y`f
U`g`%" \$ \$`DYfgcbYb`]b`j]Yf`YfbÅ\fi b[ggdYn]Z]n]YfhYb`; fi ddYb`Ui Z
; fi bX`U[Y`XYf`ØghYffY]W`]gW`Yb`; Ygi bX\Y]hgVYZfU[i b[`f6i ghf]Ub
<YU`h\`b`hYfj]Yk`Gi fj Ym`Ui g[Yk YfhYh`8UVY]`k i fXYb`X]Y`8UhYb
j cb`Yk Y]g[`Y]W`]j]Y`Yb`J Y[YhUf]Yfbž`ghUf_Yb`: `Y]gW`YggYfbž`
a cXYfUhYb`: `Y]gW`YggYfb`i bX`9ggYfb`a YX]hYffUbYf`?cgh`a]h
\c\Ya `5bhY]`Ub`CVghi bX`; Ya ØgY`j Yf[`]W`Yb" `fFYX"#5D5Ł

K Y]hYfY`=bZcg`ni f`Ghi X]Y.

6i f_Yfhž`A i W_Yb\i VYfž`; fc»gW\ÀX`žF ½g_mž: fY]X`. B i hf]h]cb`UbX
\YU`h\` `h\Y`UggcW]Uh]cb`VYhk YYb`YUh]b[`VY\Uj]ci f`UbX`j Uf]ci g
\YU`h\`dUfUa YhYfg. `U`a UhW\YX`gUa d`Y`ghi Xm "

`k k k "d`cgcbY"cf[

.

6Ygi W\Yb`G]Y`i bg`Ui Z. `Z`Y]gW\i bXWč"Uh