



Wissenschaft

Glyphosat – das Gift, das niemand mehr übersehen sollte

29. Dezember 2025

5,4 Minuten Lesezeit

von [René Gräber](#)

Wer regelmäßig TKP liest, wird beim Stichwort Glyphosat kaum noch überrascht sein. Die Diskussion um Krebsrisiken, manipulierte Studien und die Nähe von Behörden zur Industrie ist seit Jahren bekannt. Glyphosat ist kein „neues Problem“ – sondern ein altes, ungelöstes. Und gerade darin liegt seine Brisanz.

Denn während öffentlich immer wieder Entwarnung gegeben wird, hat sich

das Herbizid still und leise in nahezu allen Bereichen unseres Alltags etabliert. Glyphosat ist nicht mehr nur ein landwirtschaftliches Hilfsmittel, sondern ein Begleitstoff moderner Ernährung. Man findet es im Getreide, im Brot, im Bier, in Hülsenfrüchten – und in Spuren sogar im Trinkwasser. Nicht als Ausnahme, sondern als Regel.

Die schleichende Normalisierung eines Risikos

Seit den 1970er-Jahren wird Glyphosat weltweit in immer größeren Mengen eingesetzt. Ursprünglich gedacht, um Unkraut effizient zu bekämpfen, entwickelte es sich zum Rückgrat der industriellen Landwirtschaft. Besonders problematisch ist dabei nicht der einmalige Kontakt, sondern die chronische Exposition. Wer täglich Backwaren, Nudeln oder Frühstücksgetreide konsumiert, nimmt regelmäßig kleine Mengen auf. Diese Dauerbelastung war in den frühen Sicherheitsbewertungen kaum vorgesehen.

Das Argument der Hersteller lautet bis heute: „Die Dosis macht das Gift.“ Ein Satz, der richtig ist – aber nur, wenn man ehrlich über die tatsächliche Dosis spricht. Und genau hier beginnt das Wegsehen.

Gespaltene Wissenschaft – oder gespaltene Interessen?

Die Leser von TKP kennen den zentralen Konflikt: 2015 stufte die Internationale Agentur für Krebsforschung (IARC) Glyphosat als „wahrscheinlich krebserregend für den Menschen“ ein. Kurz darauf erklärten die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) und die US-Umweltbehörde EPA das Gegenteil. Keine Gefahr, kein Krebsrisiko.

Diese Widersprüche sind kein Zufall, sondern Folge unterschiedlicher Bewertungsgrundlagen. Die IARC berücksichtigte ausschließlich unabhängige, veröffentlichte Studien. EFSA und EPA hingegen stützten sich maßgeblich auf industrienähe Untersuchungen – viele davon nicht öffentlich zugänglich. Später publik gewordene Monsanto-Dokumente zeigten, dass Teile dieser Studien im Hintergrund von Konzernmitarbeitern

verfasst wurden. Ghostwriting ist kein Randphänomen, sondern ein systemisches Problem moderner Risikobewertung.

Dass unter solchen Bedingungen Vertrauen verloren geht, ist nicht irrational – es ist folgerichtig.

Glyphosat und der Darm – ein unterschätzter Angriffspunkt

Abseits der Krebsfrage rücken zunehmend andere Effekte in den Fokus, die weniger spektakulär, aber womöglich weitreichender sind. Glyphosat blockiert das Enzym EPSPS, das für die Bildung bestimmter Aminosäuren notwendig ist. Menschen besitzen dieses Enzym nicht – viele Darmbakterien jedoch schon.

Die Folge: Nützliche Keime wie Lactobacillus oder Bifidobacterium reagieren empfindlich, während opportunistische oder entzündungsfördernde Bakterien robuster sind. Das Gleichgewicht der Darmflora verschiebt sich. Chronische Entzündungen, gestörte Schleimhäute und eine erhöhte Durchlässigkeit des Darms können die Konsequenz sein.

Eine solche Dysbiose bleibt nicht lokal begrenzt. Sie beeinflusst das Immunsystem, die Entgiftungsleistung der Leber und über die Darm-Hirn-Achse auch neurologische Prozesse. Einige Forscher diskutieren Zusammenhänge mit Autoimmunerkrankungen und Entwicklungsstörungen. Für den Menschen fehlen bislang harte Beweise – doch das Muster ist bekannt: Erst ignoriert, dann relativiert, schließlich bestätigt.

Landwirtschaft zwischen Abhängigkeit und Ausweg

Glyphosat ist kein Bauernproblem, sondern ein Systemproblem. Viele Landwirte wissen um die Nachteile, stehen jedoch unter ökonomischem Druck. Mechanische Unkrautbekämpfung, vielfältige Fruchtfolgen oder

Pflanzendeckung sind wirksame Alternativen – aber arbeitsintensiver und weniger gefördert.

Solange politische Rahmenbedingungen kurzfristigen Ertrag höher bewerten als Bodenfruchtbarkeit, Biodiversität und Gesundheit, bleibt Glyphosat attraktiv. Die Verantwortung wird dabei gern individualisiert: Der Verbraucher soll bewusster einkaufen, während das System unverändert bleibt.

Was der Einzelne dennoch tun kann

Glyphosat ist wasserlöslich und wird über die Nieren ausgeschieden. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist daher keine Nebensache. In der Naturheilkunde haben sich zudem Pflanzen wie Brennnessel oder Schachtelhalm bewährt, die die Ausscheidung unterstützen und gleichzeitig Mineralstoffe liefern.

Ein weiterer Ansatz betrifft die [Aminosäure Glycin](https://amzn.to/49cjLNj). (<https://amzn.to/49cjLNj>) Glyphosat ähnelt ihr strukturell. Es gibt Hinweise darauf, dass Glyphosat im Stoffwechsel Prozesse stört, in denen Glycin eine Rolle spielt. Eine gute Versorgung – über Ernährung oder zeitlich begrenzte Ergänzung – könnte hier einen ausgleichenden Effekt haben. Glycin unterstützt zudem Schlaf, Entzündungsregulation und die Leberfunktion – Aspekte, die unabhängig vom Glyphosat sinnvoll sind.

In diesem Zusammenhang stellt sich zwangsläufig die Frage nach der Menge. Glycin ist keine pharmakologische Intervention, sondern eine körpereigene Aminosäure, die wir täglich benötigen – oft mehr, als die moderne Ernährung liefert.

In der Praxis haben sich Mengen zwischen zwei und fünf Gramm pro Tag bewährt. Viele Menschen – auch ich selbst – nehmen Glycin abends ein, häufig etwa drei Gramm, kombiniert mit Magnesium. Nicht als „Schlafmittel“, sondern als nervale Entlastung.

Glycin wirkt im zentralen Nervensystem dämpfend, ohne zu sedieren. Es senkt die innere Erregung, verbessert nachweislich die Schlafqualität und unterstützt die nächtliche Regeneration. Magnesium ergänzt diesen Effekt, indem es neuromuskuläre Spannung reduziert und die Stressverarbeitung stabilisiert.

Im Kontext von Glyphosat kommt ein weiterer Aspekt hinzu: Eine gute [Glycin-Versorgung \(https://amzn.to/49cjLNj\)](https://amzn.to/49cjLNj) könnte helfen, biochemische Störprozesse abzufedern – nicht als Gegengift, sondern als Stärkung des Milieus.

Fazit

Glyphosat ist kein spektakuläres Gift, das sofort krank macht. Es ist ein Gift, ein „Störstoff“, der sich in ein ohnehin belastetes System einfügt – in Böden, Nahrungsketten und auch im Stoffwechsel. Genau darin liegt dessen Gefahr.

Wer regelmäßig TKP liest, weiß das längst. Sie wissen auch, dass politische Entscheidungen selten den Mut haben, wirtschaftlichen Interessen konsequent zu widersprechen. Wer auf ein schnelles, vollständiges Verbot hofft, wird sich vermutlich noch gedulden müssen.

Entscheidend sind deswegen: bewusste Lebensmittelauswahl (Bio!), Stärkung von Darm, Leber und Nervensystem. Eine ausreichende Versorgung mit Wasser, Mineralstoffen und Aminosäuren ist keine Ideologie, sondern biologische Vernunft. Die Aminosäure Glycin steht exemplarisch für diesen biologischen Ansatz. Diese kann als „stiller Baustein“ der Selbstregulation wirken, der Schlaf, Regeneration und Stressverarbeitung unterstützt.

() Unser Essen sollte uns nähren, nicht belasten. Mehr muss man dazu eigentlich nicht sagen.

Die in diesem Artikel geäußerten Ansichten spiegeln nicht unbedingt die Ansichten der fixen Autoren von TKP wider. Rechte und inhaltliche Verantwortung liegen beim Autor.

René Gräber begleitet seit 1998 Patienten in seiner Naturheilpraxis auf ihrem Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden. www.renegraber.de (<http://www.renegraber.de>) www.naturheilt.com (<http://www.naturheilt.com>)

Unsere Arbeit ist spendenfinanziert – wir bitten um Unterstützung.

Folge TKP auf Telegram oder GETTR und abonniere unseren Newsletter.

WERBUNG



Glyphosat-Skandal: Wegweisende Studie war Monsanto-Produkt (<https://tkp.at/2025/12/11/glyphosat-skandal-wegweisende-studie-war-monsanto-produkt/>)

EU-Kommission: Noch 10 Jahre Glyphosat? (<https://tkp.at/2023/11/12/eu-kommission-noch-10-jahre-glyphosat/>)

Von Fröschen, Glyphosat und Fake-News-Gesetzen (<https://tkp.at/2023/07/12/von-froeschen-glyphosat-und-fake-news-gesetzen/>)

Wie Glyphosat die Umwelt und uns alle schädigt (<https://tkp.at/2022/04/09/wie-glyphosat-die-umwelt-und-uns-alle-schaedigt/>)

Glyphosat – das unselige vierte G (<https://tkp.at/2022/04/08/glyphosat-das-unselige-vierte-g/>)