
Subject: SPD-Gesundheitsexperte Lauterbach und das Geheimnis gesunder Haare
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 11 Jul 2018 19:20:27 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Er sagt, dass er seit 1989 schon komplett auf Salz verzichtet. Und er ist sogar extrem konsequent. So ruft er z.B. im Restaurant vorher an, dass sie die Nudeln in salzfreiem Wasser kochen müssen. Sonst kommt er nicht. Hier das Interview:

<http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-128743755.html>

ZITAT:

Allein 2010 starben mehr als 1,6 Millionen Menschen an zu salzhaltiger Kost

Salz erhöht deutlich den Blutdruck und senkt den Kalium-Spiegel. Kalium-Mangel ist auch eine Ursache für Krebs.

Bluthochdruck fördert Arteriosklerose. Glatzenträger haben einen höheren Blutdruck als Männer ohne Glatze. Studie:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17478384>

Man beachte nicht nur seine volle Mähne, sondern auch, dass er mit 51 noch keine grauen Haare hat:

https://pbs.twimg.com/profile_images/601388878554079232/db5tdAsW_400x400.jpg
