

## Buchtipp mal anders

Statt des Buchtipps empfehlen wir Interessantes aus dem Internet:

Unter dem Links <https://www.naturheilkunde-fachberatung.de/post/geschmacksverst%C3%A4rker-glutamat-ist-ein-gef%C3%A4hrlicher-nervengift>

und

<https://www.gesundheit.de/ernaehrung/rund-ums-lebensmittel/wissen-rund-um-lebensmittel/glutamat>

erfährt man Wissenswertes über den Geschmacksverstärker und Neurotransmitter Glutamat.

## Glutamat verursacht kognitive Ermüdung

Im präfrontalen Kortex, der für Planung und die Lösung von komplexen Problemen zuständig ist, sammelt sich bei längerem konzentriertem Denken **Glutamat** an. Zu diesem Ergebnis kommen Wissenschaftler um A. Wiehler vom Pitie- Salpetriere Hospital in Paris. Den Aussagen der Forscher zufolge führt Denkarbeit zu einer funktionellen Veränderung des Gehirns. Die durch **Glutamat** verursachte Müdigkeit sei Mittel zum Zweck; sie veranlasse den Menschen, die Arbeit zu unterbrechen. Damit solle die Gehirnfunktion ganz generell am Laufenden gehalten werden.

APA/ Current Biology

zitiert aus der Österreichischen Ärztezeitung 17 / 10. September 2022  
Dr. Petra Mair