

Gesünder ohne Fischkonsum

Das Fleisch von Fischen wird oft als notwendige Quelle für Omega-3-Fettsäuren dargestellt, die vor Herzkrankheiten schützen. Tatsächlich liefern pflanzliche Lebensmittel wie Leinöl, Leinsamen oder Walnüsse diese essenziellen Fettsäuren jedoch in weit höherer Konzentration. Die hier vorwiegend enthaltene α -Linolensäure (ALA) kann unser Körper in die ebenfalls benötigten Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA umwandeln.

Beim Fischkonsum hingegen werden nicht nur „gesunde Fette“ aufgenommen, sondern auch Mikroplastik, Gifte und Schwermetalle, die sich durch die Verschmutzung der Meere zunehmend in den Körpern der Fische anreichern. Besonders Quecksilber, Dioxine und PCB kommen häufig in hohen Konzentrationen vor, weshalb „Risikogruppen“ wie Schwangere, Stillende und Kinder bereits vor dem Verzehr von Fischen gewarnt werden. Aber auch Arsen, Blei, Cadmium und Pestizide sind enthalten, bei Tieren aus Aquakulturen außerdem Wachstumshormone und Antibiotika.



Wählen Sie Mitgefühl und Nachhaltigkeit:
Tipps für den Einstieg in eine pflanzliche Ernährung finden Sie auf → v-heft.de

Animal Rights Watch unterstützt:



→ ariwa.org/end-of-fishing



Texte: © Animal Rights Watch e. V.

Bildnachweis: © Animal Rights Watch e. V.,
© iStock.com/Fuat Oztas/Andy_Bowlin, © lapas77 – fotolia.com

Gedruckt auf Recyclingpapier aus 100 % Altpapier,
ausgezeichnet mit dem Umweltzeichen „Blauer Engel“



Hirschbachstraße 57 | 73431 Aalen
Fon: 073 61-9 75 46 25 | Fax: 073 61-9 75 46 21
E-Mail: info@ariwa.org
ariwa.org | v-heft.de | biowahrheit.de
schlachthaeuser-schliessen.de

Danke für Ihre Spende:
IBAN: DE29 4605 0001 0001 2354 56 | BIC: WELADED1SIE
Animal Rights Watch ist als gemeinnützig und
besonders förderungswürdig anerkannt.
Spenden und Mitgliedsbeiträge sind steuerlich absetzbar.

FISCHE

STILLES LEIDEN, LEERE MEERE



Fische sind anders

Flossen, Schuppen, keine Beine und kein Hals – bei aller Fremdartigkeit sind Fische doch vor allem eines: anders, als wir denken. Details aus ihrem Leben sind uns bis heute kaum bekannt. Wir trauen ihnen Fähigkeiten, wie Menschen oder Hunde sie besitzen, nicht zu. Tatsächlich aber können Fische vieles, was Säugetiere auch können, sie tun es nur anders. So verwenden Fische Hilfsmittel wie Blätter, etwa um Eier zu transportieren, sie legen komplexe Nester an und einige Arten pflegen eigene Gärten, in denen sie das Wachstum bevorzugter Algen fördern. Zu ihren kognitiven Fähigkeiten gehören individuelle Entscheidungen und ein bemerkenswertes Langzeitgedächtnis. Regenbogenfische zum Beispiel können sich auch nach 11 Monaten noch erinnern, wo sich in einem Hindernis ein geeigneter Durchgang befindet.

Todesqual ohne Schreie

Fische leiden still, aber sie leiden: in riesigen Fang- und Schleppnetzen zerquetscht und oft mit geplatzter Schwimmblase aus dem Wasser gezerrt, um dann auf einem Fischereischiff zu ersticken, lebend aufgeschnitten oder erschlagen zu werden. Auch Angelhaken bohren sich genau dort in ihr Gesicht, wo besonders viele Schmerzrezeptoren sitzen. Entgegen der gängigen Meinung vom „gefühllosen Fisch“ erleben sie wie wir Schmerzen, Stress und Todesangst. Für keine andere Form der Tiernutzung sterben so viele Individuen wie für Fischfleisch. Dabei werden sie nicht einmal als Individuen gesehen: Offizielle Statistiken geben die Menge der getöteten Fische nur in Tonnen an.

Schon gewusst? Über 10 Milliarden Fische sterben jedes Jahr allein für den Konsum in Deutschland. Dazu kommen unzählige weitere Tiere als „Beifang“.



Todesfalle „Beifang“

Ein dramatischer Nebeneffekt des industriellen Fischfangs ist der sogenannte Beifang: Jungfische, Wale, Delfine, Haie, Schildkröten, Seevögel und andere Tiere verfangen sich in den riesigen Netzen. Sie ertrinken, werden erdrückt oder schwer verletzt – und schließlich als Abfall zurück ins Meer geworfen. Das sind keine Einzelfälle, ganz im Gegenteil. Die Zahl der Beifang-Opfer ist häufig um ein Vielfaches höher als die Zahl der verkauften Fische.

Leergefischte Meere

Was Generationen von Fischern nicht schafften, erledigt die moderne Hochseefischerei. Heutige Hochseefangflotten dringen mit ihren Netzen bis in eine Tiefe von 2000 Metern vor und rotten dabei ganze Arten aus. Innerhalb weniger Stunden verwandeln sie Lebensräume, die mit ihrem Artenreichtum dem Regenwald Konkurrenz machen, in tote Wüsten. Die Welternährungsorganisation FAO schätzt, dass bereits 87% dieser Lebensräume so massiv ausgebeutet worden sind, dass dort keine Fische mehr leben oder dass dieser Zustand mittelfristig droht. Die großen Arten wie Thunfisch, Schwertfische und Kabeljau sind in den letzten 50 Jahren um 90% dezimiert worden. Politische Maßnahmen richten gegen die oft illegalen Praktiken nichts aus. Um das Massensterben zu stoppen, muss sich die Nachfrage ändern: hin zu pflanzlicher Ernährung.



Zuchtfische als Öko-Lösung?

„Aquakultur“ klingt besser als Unterwassermassentierhaltung, meint aber genau das. Über die Hälfte der verkauften Süß- und Salzwasserfische kommt mittlerweile aus Aquakulturen – und wird als Lösung für die ökologische Katastrophe der Fischerei angepriesen. Das ist gleich aus mehreren Gründen absurd. Massenfischhaltung verursacht Unmengen an Exkrementen, die im Fall der Meeres-Aquakulturen ungeklärt in die Gewässer gelangen. Die dadurch verursachte Überdüngung vernichtet alles natürliche Leben im Umkreis.

Dazu kommen große Mengen an Antibiotika: Ohne sie können solche Anlagen mit ihrer extrem hohen Individuenzahl auf engstem Raum praktisch nicht funktionieren. Den Dauerstress und die Verletzungen, die Fische in den überfüllten Tanks und Käfigen erleiden, verhindern freilich auch Medikamente nicht. Sterberaten von 20% und mehr sind bei Aquakulturen keine Seltenheit.

Ersetzen kann die Fischzucht den Fischfang ohnehin nicht, ganz im Gegenteil: Viele der gehaltenen Fischarten ernähren sich von anderen Fischen, was das Leerfangen der Meere weiter vorantreibt. So müssen etwa für 1kg Fleisch von Zuchtlachsen rund 5kg wildgefangener Fische verfüttert werden, bei der Thunfischzucht sind es bis zu 20kg.

10.000.000.000 → ariwa.org/fische