

# INHALT

---

Vorwort von Uffe Ravnskov	7
Vorwort von Udo Pollmer	9
Nicht totzukriegen: die Fett-und-Cholesterin-Theorie	11
Irrtum Nr. 1: Fettessens ist Schuld am Herzinfarkt	22
Irrtum Nr. 2: Hohe Cholesterinwerte verursachen Herzinfarkt	51
Irrtum Nr. 3: Fettessens erhöht den Cholesterinspiegel	92
Irrtum Nr. 4: Cholesterin verstopft die Arterien	107
Irrtum Nr. 5: Tierversuche bestätigen die Fett-und-Cholesterin-Theorie	124
Irrtum Nr. 6: Pflanzliches Fett ist gut, tierisches schlecht	130
Irrtum Nr. 7: Wer seinen Cholesterinwert senkt, lebt länger	163
Irrtum Nr. 8: Je niedriger der Cholesterinspiegel, desto besser	207
Irrtum Nr. 9: Die Cholesterin-Kampagne beruht auf guter Wissenschaft	214
Irrtum Nr. 10: Alle Wissenschaftler akzeptieren die Fett-und-Cholesterin-Theorie	232
Nachwort	245
Anmerkungen	247
Glossar	273
Register	277