

# AFA - die Facts

---

Die Aphanizomenon-Flos-Aquae-Alge, abgekürzt AFA, wird ebenso wie Spirulina und Chlorella den Süßwasseralgen zugeordnet. Dabei ist sie eigentlich gar keine Alge, sondern gehört zu den Cyanobakterien. Anders als ihre beiden tropischen Verwandten wird sie nicht gezüchtet, sondern wild aus Gebirgsseen geerntet. In Deutschland erhältliche Präparate stammen aus dem Klamath Lake (Bild links) in Oregon (USA). Die Algen werden abgefischt, anschließend gewaschen, gefiltert und je nach Hersteller sprüh- oder gefriergetrocknet. In den Handel kommen sie entweder als Pulver oder zu Tabletten gepresst. Sie werden überwiegend über das Internet vertrieben, sind aber teilweise auch in Naturkostläden und Reformhäusern erhältlich. Pro hundert Tabletten muss man stolze 25 bis 50 Euro hinlegen. Da täglich drei Tabletten à 0,5 Gramm empfohlen werden, ist mit 0,75 bis 1,50 Euro pro Tag zu rechnen.

---

AFA-Algen „Das blaue Wunder“

aus Unabhängige Gesundheitsberatung (UGB) –Forum 4/03

---

## B. Kahn

Die AFA-Alge ist ein natürliches Nahrungsergänzungsmittel und hat bei vielen Kindern durchaus eine Beruhigung bewirkt. Doch ist das ein subjektives Erleben und wird deshalb von der Schulmedizin nicht anerkannt.

Bevor Eltern ihrem Kind Ritalin geben, empfehle ich unterstützend zur Therapie für einen absehbaren Zeitraum die AFA-Alge bei gleichzeitig guter Beobachtung.

Über Befürworter und Gegner der AFA-Alge informieren Sie sich bitte im Internet.