



VERBRAUCHER  
ZENTRALE

**Bundesweite  
Markt-  
erhebung:**

# **Funktionelle Getränke - Alkoholfreies mit Zusatznutzen?**

Eine Gemeinschaftsaktion der Verbraucherzentralen

- Kurzfassung -

November 2003

**Federführung:**

Verbraucherzentrale Sachsen-Anhalt e. V.

Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e. V.

Verbraucherzentrale Mecklenburg-Vorpommern e. V.

Verbraucher-Zentrale Nordrhein-Westfalen e.V.

Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e. V.

Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.

---

© Verbraucher-Zentrale Nordrhein-Westfalen e.V., November 2003

Mintropstraße 27  
40215 Düsseldorf

Tel.: 0211 / 3809-121

Fax: 0211 / 3809-238

E-Mail: [ernaehrung@vz-nrw.de](mailto:ernaehrung@vz-nrw.de)

*Gefördert vom Bundesministerium für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft*

## Kurzfassung

Die Entwicklung auf dem deutschen Lebensmittelmarkt ist derzeit gekennzeichnet durch ein steigendes Angebot an Produkten, die mit Aussagen zur Gesundheitsförderung beworben werden. Nachdem sich die probiotischen Milchprodukte als erste Produktgruppe einen festen Platz im Regal sichern konnten, ist die Vielfalt sogenannter funktioneller Lebensmittel inzwischen enorm und erstreckt sich über praktisch alle Segmente.

Funktionelle Lebensmittel sind Lebensmittel, denen über die Zufuhr von Nährstoffen hinaus ein Zusatznutzen zugesprochen wird<sup>1</sup>. Aus Verbrauchersicht ist es wichtig, dass sie sachlich richtig und wissenschaftlich fundiert über Sinn und Zweck einer Ernährung mit funktionellen Lebensmitteln informiert werden und keine Gefahr einer Irreführung oder gar potentieller gesundheitlicher Risiken besteht.

Durch die Markterhebung der Verbraucherzentralen sollte die Gruppe der alkoholfreien Erfrischungsgetränke mit Zusatznutzen, die sich großer Beliebtheit erfreuen<sup>2</sup>, in verschiedener Hinsicht beleuchtet werden. Wichtig dabei war, welche Substanzen in welchen Mengen den Getränken zugesetzt und welche Werbeversprechen gemacht werden.

Insgesamt wurden 238 Getränke (ACE-Getränke, Energy Drinks, Sportler-Getränke, Probiotische Milchgetränke, Frühstücksdrinks, Vitamingetränke, Wellness-Getränke, Wässer mit verschiedenen Wirksubstanzen) in neun Städten in sechs Bundesländern eingekauft und

**Tabelle 1:** Eingesetzte Wirkstoffe

Wirkstoffgruppen	Wirkstoffe
Vitamine, Mineralstoffe	Provitamin A (Carotin), Vitamin C und E, B-Vitamine, Biotin, Niacin, Pantothenensäure, Calcium, Magnesium, Eisen, Kalium, Natrium, Jod und Selen
davon ACE	Kombination aus Provitamin A (Carotin), Vitamin C und E
Pflanzenzusätze	Acerola, Aloe vera, Apfelminze, Aronia, Artischocke, Cranberry, Carthamusextrakt, Eukalyptusöl, Gingko Ginseng, Guarana, Hagebuttenauszüge, Hibiskus, Holunder, Hopfen, Ingwer, Johanniskraut, Kamillenblüten, Kräuter (ayurvedisch), Lindenblüten, Löwenzahn, Malve, Mate, Melisse, Pfefferminz, Pflanzenextrakt (natürlich), Pu-Erh-Tee, Rotbuschtee, Sanddorn, Schizandra, Shiitake, Weizengrasssaft, Zitronen-/ Limonengras,
„Powerstoffe“ in Energy Drinks	Carnitin, Taurin, Koffein, Glucuronolacton, Inosit, Cholin
Probiotika	Bifidobacterium lactis BB, L. casei, L. acidophilus, L. casei shirota, Lactobacillen, LC 1, LGG, Probiotische Kulturen
Sekundäre Pflanzenstoffe bzw. Pflanzenextrakte, die für bestimmte sekundäre Pflanzenstoffe stehen	Lykopen, Flavonoide (Grüner Tee, Rotwein), Anthocyane (Rotwein, Rote Trauben), Phytoöstrogene (Soja, Rotklee)
Vergorene Pflanzenstoffe	Apfelessig, Honig, Kombucha, vergorene Rote Bete und Sellerie, vergorenes Brot/Getreide
Ballaststoffe	Ballaststoffe aus Dinkelgrieß und Roggenkleie, Ballaststoffe aus Obst und Gemüse, Getreiderohfaser/ Kleie, Haferrohfaser, Haferspelzkleie, Pektin
Prebiotika	Inulin, Oligofruktose
Sauerstoff	
Fettsäuren	Fischöl (DHA), Borretschöl, Kürbiskernöl
Algen	Spirulina

<sup>1</sup> VIELL B: Funktionelle Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmittel – Wissenschaftliche Gesichtspunkte. *Bundesgesundheitsbl-Gesundheitsforsch-Gesundheitsschutz* 3: 193-204, 2001

<sup>2</sup> *Pressed Wirtschaftsvereinigung Alkoholfreie Getränke (wafg)*, 04.01.2002, zitiert in *dge-info* (7): 105, 2002

hinsichtlich Wirksubstanzen, Wirkstoffmengen, Werbeaussagen, Aufmachung und Kennzeichnung sowie weiterer Merkmale wie Zusatzstoffe, Verpackung und Preis bewertet.

Diese Getränke enthielten 103 verschiedene zugesetzte Wirksubstanzen von Apfelessig und Aloe vera über Johanneskraut, Kombucha, Taurin und Vitaminen bis hin zu Zitronengras (Tabelle 1). Pro Getränk waren es bis zu 13 verschiedene Stoffe. Meist wurden Dreier-Kombinationen eingesetzt. Häufigste Wirksubstanzen sind verschiedene Vitamine und/oder Mineralstoffe, insbesondere die Vitamin-Kombination Pro-A/C/E, gefolgt von Pflanzen- bzw. Kräuterzusätzen und den besonderen „Power“-Zutaten (*Miracle Ingredients*) der Energy Drinks.

Die Werbeaussagen (Tabelle 2) zu den Getränken mit Zusatznutzen lassen sich in drei Hauptblöcke einteilen: Gesundheit (56,7 %), Wellness (21,8 %), Leistung/Power (21,4 %). Typische Gesundheitszusätze sind neben den Vitaminen Pro- und Prebiotika, Ballaststoffe, Aloe vera, Apfelessig und Grüntee. Im Wellness-Bereich dominieren Pflanzenzusätze aller Art, verschiedene Spezial-Tees und Zutaten asiatischer Herkunft wie Kombucha oder Shiitake. Bei den Power-Getränken stehen neben Koffein Zusätze wie Taurin, Cholin, Glucuronolacton, Guarana oder Ginseng im Mittelpunkt. Speziell für Vitalität und Anti-Aging werden Produkte mit Ginkgo, Grüntee, Kefir, Kombucha, Probiotika und Sauerstoff angeboten.

Anti-Aging-Produkte sind am teuersten, gefolgt von funktionellen Getränken, die Darmflora und Verdauung verbessern sollen, sowie von Wellness-Getränken und Stoffwechsel anregenden Getränken. Am preisgünstigsten sind Vitamingetränke und dabei vor allem die ACE-Getränke.

Bei 24 von 238 Produkten wurden Kennzeichnungsfehler festgestellt. Hinzu kommen Aussagen zu mindestens 9 Produkten, die nach Auffassung der Verbraucherzentralen gegen § 17 LMBG<sup>3</sup> verstoßen, d. h. irreführend sind. Das bedeutet insgesamt Beanstandungen bei fast 14 % der eingekauften Getränke – und dabei waren weder die Produktqualität, noch die analytische Überprüfung der Nährwertangaben oder die Sicherheit der Lebensmittel auf dem Prüfstand. Hinzu kommen noch fast 100 Produkte, deren Hersteller mögliche Gesundheitsgefährdungen in Kauf nehmen, da sie auf sinnvolle Warnhinweise im Hinblick auf Alkoholgehalt bzw. Sport (bei Energy Drinks) oder Beta-Carotin verzichten.

## Handlungsfelder bestehen hinsichtlich

### a) Notwendigkeit, Sinnhaftigkeit und Nutzen

- Vitaminanreicherungen wurden bei mehr als der Hälfte der Getränke (54,6 %) festgestellt. Vitamine werden Getränken gerne zugesetzt, um diesen ein gesundes Image zu verleihen. Die Sinnhaftigkeit muss jedoch oftmals bezweifelt werden. Die Anreicherung der Getränke mit Vitaminen wie C, Niacin, Vitamin B<sub>6</sub> oder Vitamin B<sub>12</sub> lässt sich durch die vorliegenden Daten zur Versorgungslage der Bevölkerung nicht rechtfertigen. Folsäure dagegen, ein Vitamin mit deutlicher Diskrepanz zwischen Empfehlung<sup>4</sup> und tatsächlicher Aufnahme<sup>5</sup> wurde nur bei 36 % der mit Vitaminen angereicherten Getränke zugesetzt.

<sup>3</sup> Schutz vor Irreführung und Täuschung

<sup>4</sup> D.A.CH: Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, DGE 2000

<sup>5</sup> MENSINK G: Was essen wir heute? Ernährungsverhalten in Deutschland. Beiträge zur Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Robert-Koch-Institut, Berlin 2002

**Tabelle 2:** Werbestrategien / Werbeaussagen

<b>Werbung mit</b>	<b>Beispiel</b>	<b>Prozent der 238 Produkte</b>
<b>GESUNDHEIT</b>		
Vitamine/ Mineralstoffe	Eine Extra-Portion Calcium, mehr Calcium und Magnesium für die Muskelfunktion	33,2
ACE/Zellaktivierung	Zellschutz, Schutz vor freien Radikalen, antioxidativ	19,3
Gesunde Ernährung	Trägt zur gesunden Ernährung bei	13,9
Gesundheit	Wertvoller Beitrag für Ihre Gesundheit, Für gesundheitsorientierte Genießer, Schütz dich!, wahres Gesundheitselixier	13,9
Stärkung der Immunabwehr	Stärkt das Immunsystem, Stabilisiert Ihre Abwehrkräfte, kann aktiv die körpereigenen Abwehrkräfte stärken	10,5
Frühstücks-Ersatz	Frühstücks-Drink, das gesunde Frühstück, Trinkfrühstück	6,3
Darmflora / Darmfunktion	Unterstützt das Wachstum der Darmflora, positiver Einfluss auf die Darmflora	5,0
Verdauung	Fördert die Verdauung, positiver Einfluss auf die Verdauungsfunktion, unterstützt die Verdauung, Regelmäßige Verdauung	3,8
Fettstoffwechsel	Die Omega-3-Fettsäure DHA braucht Ihr Körper täglich	0,4
<b>WELLNESS</b>		
Wohlbefinden/ Wellness	Für das tägliche Wohlbefinden, zur Entspannung, Einklang von Körper und Seele	22,7
Natur	Gesundheitsprogramm der Natur, die grüne Kraft aus dem Gras, im natürlichen Verbund, reich an natürlichem Vitamin C, natürlich, pflanzlich	10,9
Tradition/altes Wissen	Traditionelle Rezeptur, seit mehr als 1000 Jahren	3,8
<b>LEISTUNG / POWER</b>		
Trend/Power	Energiespender, gegen Müdigkeit, belebend, Leistungssteigerung	14,7
Sportler-Produkt	Fitness, für körperlich Aktive, Fit aktiv, Fitgenuss	10,5
Vitalität/Anti-Aging	Die grüne Kraft, Jungbrunnen, Quelle ewiger Jugend, Pfad zu langem Leben, inspiriert zu Kreativität und Geistesleistung	3,8
Stoffwechsel-Aktivierung	Regt den Stoffwechsel an, Fördert den Zellstoffwechsel	1,3

Auch die zugesetzten Mengen lassen kein ernährungswissenschaftlich basiertes Konzept erkennen. So finden sich Gehalte von 2-200 % der empfohlenen Tagesdosis nach RDA<sup>6</sup> pro 100 ml Getränk, mit einem Liter wäre der Tagesbedarf bis zu 20fach gedeckt – mit einem einzigen Lebensmittel.

<sup>6</sup> RDA = Recommended Dietary Allowances = Empfohlene Tagesdosis laut NKV, Anlage 1

- ACE-Getränke mit der Anreicherungskombination Provitamin A (Carotin), Vitamin C und Vitamin E wurden 46mal eingekauft. Beworben werden diese Getränke immer noch mit Aussagen wie „Schütz Dich“, „Zellschutzsystem“, „hochdosiert für Ihre Gesundheit“, „stabilisiert die Abwehrkräfte“ oder „bei erhöhten Umweltbelastungen“, obwohl längst bekannt ist, dass ACE-Säfte und –Kapseln ohne Wirkung auf Sterblichkeits-, Herzinfarkt- und Krebsrate sind <sup>7</sup>.
- Mineralstoffanreicherungen sind relativ selten, meist handelt es sich um Magnesium (11,3 %) und Calcium (6,7 %). Auch hier vermissen die Verbraucherzentralen ein ernährungsphysiologisches Konzept. Mal werden zum Ausgleich von Schweißverlusten 5 mg Magnesium pro 100 ml zugesetzt, mal fast 23 mg. Insgesamt kann die sehr geringe Anreicherung kaum zu einer Verbesserung der sowieso schon guten Versorgungslage<sup>5</sup> beitragen. Calcium wird hauptsächlich den ohnehin schon calciumreichen Milchprodukten zugesetzt.
- Pflanzliche Zusätze wurden insgesamt 167mal eingesetzt, alleine, häufiger aber in Kombination verschiedener derartiger Stoffe oder zusammen mit Vitaminen. Gefunden wurden Zusätze oder Extrakte von Pflanzen wie z. B. Aloe vera, Borretsch, Cranberry, Gingko, Ginseng, Holunder, Johanniskraut, Kürbiskern, Melisse usw., aber auch Pflanzenextrakte, die für bestimmte sekundäre Pflanzenstoffe stehen, wie z. B. Grüner Tee (Flavonoide), Rotwein bzw. Roter Traubensaft (Anthocyane, Flavonoide), Soja/Rotklee (Phytoöstrogene) und Stoffe wie Apfelessig, Spirulina oder Kombucha. Die meisten derartigen Zusätze überzeugen nicht durch ihre Wirkung, dafür ist die Dosierung häufig viel zu gering, sondern sie werden durch gezielte Marketingmaßnahmen außerhalb des direkten Produktbereichs (z. B. Ratgeberbücher, Internet) in der breiten Bevölkerung bekannt gemacht. Durch weit überzogene Darstellungen zu gesundheitsfördernden und heilenden Wirkungen, die oft jeglicher Grundlage entbehren, wird ihnen ein besonderes Gesundheitsimage „verpasst“. So werden selbst winzigste Anteile von Apfelessig, Grüntee oder Aloe vera zu Heilsbringern - wobei sich die Anbieter über die genauen Wirkversprechen längst nicht immer einig sind. In besonders krassen Fällen findet sogar nur das entsprechende Aroma Anwendung.
- Unter den 23 Probiotika finden sich 7 sogenannte „Trittbrettfahrer“, die die offensive Werbung für bisher am Markt vorhandene probiotische Milchprodukte und deren Bekanntheitsgrad bei der Bevölkerung ausnutzen, um auf dieser Welle ihre eigenen Produkte ohne eigene Auslobung anzubieten. Fehlende Angaben zu Keimzahlen bei allen Getränken und bei 16 fehlende Hinweise auf einen für die erwünschte Wirkung nötigen regelmäßigen Verzehr der probiotischen Getränke erwecken den Anschein, dass bei den meisten die beworbenen Wirkungen eher auf die Bakterien als solche abzielen und weniger Aussagen zum Getränk selber darstellen.
- Prebiotika wurden in insgesamt 16 Getränken (6,7 %) gefunden, meist als Oligofruktose, seltener als Inulin. Die entsprechend der Verzehrsempfehlungen zuzuführenden Prebiotikamengen sind mit 0,26-1,7 g pro Tag für physiologisch relevante Effekte zu gering. Hierfür ist eine längerfristige tägliche Aufnahme von 4-12,5 g nötig.<sup>8</sup>
- Zugesezte Ballaststoffe finden sich in erster Linie bei sogenannten „Trinkfrühstücks“. Es ist zweifelhaft, ob die durchschnittlich zugesezten 0,9 g löslichen Ballaststoffe pro 100 ml für eine wirkliche Verbesserung der Verdauung tatsächlich ausreichen. Die Empfehlungen

<sup>7</sup> MRC/BHF Heart Protection Study of antioxidant vitamin supplementation in 20536 high-risk individuals: a randomized placebo-controlled trial. *The Lancet* **260**: 23-33, 2002

<sup>8</sup> VENHAUS S: Nahrung für die Einzeller in uns. *Nachr Chem Tech Lab* **47** (6): 663-663, 1999. Zitiert in HAHN A: Nahrungsergänzungsmittel, S. 237. Stuttgart: Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, 2001

liegen immerhin bei 30 g Gesamtballaststoff-Aufnahme pro Tag , mit dem Frühstück sollten ca. 25 % davon aufgenommen werden.

Insgesamt lässt sich feststellen, dass die verwendeten Wirksubstanzen in den funktionellen Getränken dieser Markterhebung Verbrauchern keinen echten Nutzen bringen. Entweder sind die Zusätze unnötig oder in einer wenig sinnvollen Zusammensetzung vorhanden. In einigen Fällen könnten von ihnen sogar Gesundheitsgefahren für Verbraucher ausgehen. Und nicht zuletzt sind die Werbeaussagen häufiger geeignet, Verbraucher über den tatsächlichen Effekt eines funktionellen Getränks zu täuschen, in dem nur über die Wirkung der eingesetzten Substanz berichtet wird, nicht aber darüber, dass es keine Untersuchungen zur Wirksamkeit des Getränks gibt bzw. die verwendete Dosierung für eine entsprechende Wirkung zu gering ist. Hier besteht klarer Regelungsbedarf.

## b) Anreicherungen mit Beta-Carotin, Koffein und Pflanzenzusätzen

- Problematisch ist vor allem die Anreicherung mit **Beta-Carotin** (Provitamin A) zu sehen. Aus wissenschaftlichen Studien ist bekannt, dass Beta-Carotin in isolierter Form schon bei einer täglichen Aufnahme von nur 20 mg bei starken Rauchern und Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen Gesundheitsschäden verursachen kann. Beta-Carotin wurde in insgesamt 71 Getränken in sehr unterschiedlicher Dosierung zur Vitamin-Anreicherung eingesetzt. Dabei wurde ein Produkt angetroffen, das laut Packungsaufschrift pro 100 ml 6 mg isoliertes Beta-Carotin enthielt. Mit einem Liter Getränk würde man somit 60 mg isoliertes Beta-Carotin aufnehmen. Auch Warnhinweise für starke Raucher gab es nicht. Und das trotz einer Empfehlung des BgVV von 2001, wonach Hersteller besser auf die Verwendung von isoliertem Beta-Carotin in vitaminisierten Lebensmitteln verzichten sollten. Außerdem wurde empfohlen, Höchstmengen festzusetzen, die sicherstellen, dass pro Tag nicht mehr als 2 mg Beta-Carotin in isolierter Form aufgenommen werden<sup>9</sup>.
- Nach einer schon drei Jahre alten Empfehlung des BgVV sowie einer Allgemeinverfügung nach § 47a LMBG vom 28.02.1994 ist bei sogenannten Energy Drinks, welche größere Mengen **Koffein** und andere Substanzen wie Taurin, Glucuronolacton, Cholin etc. enthalten, auf den hohen Koffeingehalt hinzuweisen und ein entsprechender Warnhinweis anzubringen. Zusätzlich wurde ein Warnhinweis hinsichtlich möglicher unerwünschter Wirkungen beim Konsum größerer Mengen bei ausgiebiger sportlicher Betätigung oder zusammen mit Alkohol empfohlen. Bei den eingekauften 28 Energy Drinks fehlte bei 82 % dieser zweite Hinweis, aber auch der erste war nur bei 68 %, den Produkten mit besonders hohen Gehalten, vorhanden. Spätestens zum 01.07.2004 muss sich das allerdings ändern, dann ist zumindest der Hinweis auf einen Koffeingehalt über 150 mg/l Vorschrift<sup>10</sup>. Probleme, die sich beim Sport ergeben könnten, werden ganz verschwiegen – und dabei wird und sollte gerade beim Sport reichlich getrunken werden. Außerdem geht der Trend hin zu immer größeren Packungseinheiten (bis zu 1,5 Liter). Aufgrund der unklaren wissenschaftlichen Datenlage und des aktuellen Kenntnisstandes über unerwünschte Wirkungen im Zusammenhang mit dem Konsum von Energy Drinks scheint die Verpflichtung zum Anbringen von Warnhinweisen als alleinige Maßnahme zur Risikominimierung nicht ausreichend zu sein.

<sup>9</sup> BUNDESINSTITUT FÜR GESUNDHEITLICHEN VERBRAUCHERSCHUTZ: Gesundheitlich bedenklich: BgVV empfiehlt Höchstmengen für isoliertes Beta-Carotin. *Pressedienst* 05/2001 vom 31.01.2001

<sup>10</sup> EU-Richtlinie über die Etikettierung von chininhaltigen und von koffeinhaltigen Lebensmitteln 2002/67/EG vom 18.07.2002

- Der Einsatz von **Arzneipflanzen** wie Ginkgo, Ginseng oder Johanniskraut bei diesen Getränken ist durch die unkontrollierte Zufuhr von nicht festgelegten Mengen kritisch zu bewerten. Entweder sie sind nur in geringen Mengen enthalten und dann weder nützlich noch schädlich oder aber höher dosiert ein schwer kalkulierbares Risiko, z. B. hinsichtlich möglicher Interaktionen mit anderen Medikamenten. Müssen Arzt und Apotheker vielleicht demnächst zur Abschätzung von Nebenwirkungen auch nach den möglichen Zutaten in funktionellen Getränken fragen? Ähnlich sieht es bei Phytoöstrogen reichen Zusätzen aus Soja und Rotklee aus. Vor allem bei hoher Dosierung über einen langen Zeitraum sind Nebenwirkungen nicht auszuschließen. Nach Meinung der Verbraucherzentralen gehören Arzneipflanzen, in welcher Dosierung auch immer, nicht in Lebensmittel.

### c) Kennzeichnung und Aufmachung

- Die Nährwertkennzeichnung entsprach längst nicht immer den Vorschriften<sup>11</sup>, häufig hatten sich Fehler z. B. bei den Maßeinheiten eingeschlichen. Es wurden Nährstoffe ausgelobt, die in viel zu geringen Mengen für eine derartige Auslobung enthalten waren. Oder es fehlte bei aller Internationalität einfach an den deutschsprachigen Angaben.
- Es wurden färbende Pflanzenextrakte (z. B. Rote-Bete-Saft, Paprika-Extrakt) eingesetzt, ohne diese als solche zu kennzeichnen.
- Es wurden Zutaten wie Lotusblüte oder Kaktusfeige ausgelobt, die tatsächlich nur als Aroma enthalten waren.
- Speziell Wellness-Getränke, die Früchte im Namen nennen, enthalten häufig nur äußerst geringe Fruchtmengen, ein Trauben-Papaya-Getränk gerade mal 0,5 % Fruchtsaft. Auch ein Trinkjoghurt, der auf dem Etikett 1 ½ Pfirsiche und ½ Maracuja zeigte, enthielt nur 0,8 % Fruchtsaft. Farbe und Geschmack stammten nicht von der Frucht. Durch die bildliche Darstellung wird Verbrauchern ein deutlich höherer Gehalt suggeriert.
- Schließlich sind viele der hier erhobenen Getränke nicht definiert, so dass Verbraucher enorme Schwierigkeiten haben, die Art des Getränks zu erkennen und sich damit auch ein Bild über die Qualität zu machen. Viele gleichartige Produkte, z. B. ACE-Getränke, lassen sich nur mit Mühe durch die verschiedenen (Verkehrs-)Bezeichnungen unterscheiden und einem Getränketyp zuordnen. Hier finden sich sowohl Säfte als auch Fruchtsaftgetränke, aber auch Erfrischungsgetränke mit sehr geringem Fruchtsaftanteil.

Diese Ergebnisse zeigen, dass dringender Handlungsbedarf auf verschiedenen Ebenen besteht. Der Gesetzgeber ist aufgefordert, ausstehende gesetzliche Regelungen zu forcieren und Empfehlungen des BgVV / BfR zum Gesundheitsschutz zügig umzusetzen. Die Hersteller sollten neben ihrer Produktqualitätssicherung auch verstärkt die Eigenkontrolle ihrer Kennzeichnung und ihrer Werbeaussagen im Auge haben. Nicht zuletzt ist die Politik gefragt, um die Lebensmittelüberwachung finanziell und personell adäquat auszustatten. Nur so ist ihr die nötige effektive Ausübung ihrer Kontrollfunktion möglich.

## Forderungen

### Im Sinne eines vorbeugenden Gesundheitsschutzes ...

1. ist die Erarbeitung einer EU-weit gültigen Positivliste für die Anreicherung von Lebensmitteln notwendig

Begründung: Derzeit besteht die Möglichkeit, Stoffe mit Arznei Charakter, z. B. Johanniskraut oder Ginseng, und Substanzen mit ungeklärter Wirkungsweise wie z. B. Taurin oder Glucuronolacton zuzusetzen.

<sup>11</sup> Nährwertkennzeichnungsverordnung NKV, Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung LMKV



2. muss, solange es keine Positivliste gibt, auf EU-Ebene endlich geklärt werden, welche Nachweise zur gesundheitlichen Unbedenklichkeit der Zusätze von Herstellerseite aus zu erbringen sind.

Begründung: Speziell bei den Energy Drinks werden derzeit Stoffe zugesetzt, die nur deswegen nicht verboten sind, weil es keine Untersuchungen zur gesundheitlichen Auswirkung der Substanzen bei Langzeitaufnahme gibt.

3. ist unbedingt eine verbindliche Definition des Begriffs „Ballaststoffe“ auf ernährungsphysiologischer (nicht lebensmittelchemischer) Basis nötig.

Die zunehmende Anreicherung von Lebensmitteln mit wasserlöslichen Ballaststoffen (Pektine, Oligofruktose) führt möglicherweise zu einer Unausgewogenheit der Ballaststoff-Zufuhr, speziell im Verhältnis der wasserlöslichen zu den wasserunlöslichen Ballaststoffen (z. B. aus Getreide), was langfristig zu gesundheitlichen Störungen führen könnte. Hier ist eine sorgfältige wissenschaftliche Überprüfung der ernährungsphysiologischen Wirkung des vermehrten Einsatzes der verschiedenen isolierten Ballaststoffe nötig.

4. ist dringend eine EU-weite Höchstmengenregelung für die Anreicherung von Lebensmitteln nötig. Speziell der Zusatz von isoliertem Beta-Carotin (Provitamin A) muss aus gesundheitlichen Gründen geregelt werden. Dazu ist zumindest die zunächst vorgesehene nationale Verordnung umgehend zu verabschieden.

Begründung: für einen Großteil der Bevölkerung besteht durch den üblichen hohen Beta-Carotin-Zusatz aus ernährungsphysiologischen Gründen eine Gesundheitsgefährdung.

5. sollten Anreicherungen bei Lebensmitteln nur dann erfolgen, wenn alle Bevölkerungsgruppen davon profitieren. Die Mengen müssen so dosiert sein, dass Warnhinweise aus Gründen des gesundheitlichen Verbraucherschutzes unnötig sind.

### **Um eine Täuschung und Irreführung der Verbraucher zu verhindern, ...**

6. müssen eindeutige gesetzliche Regelungen der Werbeaussagen erlassen werden. Dazu ist eine schnellstmögliche Verabschiedung der VERORDNUNG ZU NÄHRWERT- UND GESUNDHEITSBEZOGENEN ANGABEN BEI LEBENSMITTELN (KOM (2003) 424 vom 16.07.2003) nötig.

Begründung: Der Markt ist derzeit geprägt durch unklare Werbeaussagen und nicht eindeutig definierte Begriffe und Umschreibungen wie „Wellness“, „Vitalität“, „Power“, „stärkend“ oder „gut für die Gesundheit“, die geeignet sind, den Verbraucher über die tatsächliche Wirkung zu täuschen. Vor Markteinführung sollte die Werbeaussage rechtlich kontrolliert und zutreffend sein.

7. ist es im Hinblick auf „Claims“ unabdingbar, dass sich die wissenschaftliche Untermauerung von nährwert- und gesundheitsbezogenen Werbeaussagen ausdrücklich auf das Produkt bezieht und nicht auf den isolierten Stoff.

Begründung: Zusätze wie z. B. Heilkräuter werden oft nur in winzigsten Mengen (z. T. als Aroma) zugesetzt, ohne dass überhaupt Mengenangaben gemacht werden. Für andere Zusätze wie z. B. Omega-3-Fettsäuren werden die Mengenangaben lediglich in absoluten Zahlen gemacht und sind mangels Vergleichszahlen für Verbraucher nicht einschätzbar. Die von Verbrauchern erwartete Wirkung aufgrund der Auslobung der Wirksubstanzen lässt sich mit den zugesetzten, nicht signifikanten Mengen nicht erreichen, die Verbraucher werden irreführt.

8. muss die Nährwertkennzeichnung obligatorisch werden.

Begründung: Für alle bisher nicht in Anlage 1 der Nährwertkennzeichnungs-Verordnung (NKV) geregelten, aber häufig als essentiell ausgelobten Nährstoffe ist eine Regelung zum prozentualen Bezug mit einer empfohlenen Tagesdosis nötig. Bisher werden Angaben zu Nährstoffen wie z. B. Omega-3-Fettsäuren ge-

mäß § 5 (5) NKV lediglich in absoluten Zahlen gemacht und sind für Verbraucher nicht einschätzbar. Gleichzeitig werden selbst sehr kleine zugesetzte Mengen werbemäßig besonders hervorgehoben. Andere Zusätze wie z. B. Heilkräuter werden oft nur in winzigsten Mengen (z. T. als Aroma) zugesetzt, ohne dass überhaupt Mengenangaben gemacht werden. Die von Verbrauchern aufgrund der ausgelobten Wirksubstanzen erwartete Wirkung lässt sich damit nicht erreichen, die Verbraucher werden irreführt. Der Begriff „Ballaststoffe“ muss sowohl für die Auslobung als auch für die Nährwertkennzeichnung definiert werden. Außerdem sollte eine empfohlene Tagesmenge festgelegt werden. Derzeit erfolgt die Auslobung von Ballaststoffen oft schon bei unbedeutenden Mengen (0,9 g/100 ml), was Verbraucher aufgrund mangelnder Kennzeichnung nicht einschätzen können.

Für den Zusatz von Vitamin C muss festgelegt werden, dass die Verwendung des Antioxidationsmittels Ascorbinsäure nicht zu einer Nährwertkennzeichnung von Vitamin C berechtigt. Für Verbraucher ist der Zusatz von Vitamin C eine wertgebende Eigenschaft. Wird dieses jedoch als Antioxidationsmittel (Zusatzstoff) zugesetzt, stellt der Zusatz eine technologische Hilfe für den Hersteller dar. Lediglich in der Fruchtsaft-Verordnung (§ 4 Abs. 7) ist festgelegt, dass der Einsatz von Ascorbinsäure zu technologischen Zwecken, nicht zu einem Hinweis auf „Vitamin C“ berechtigt. Daher ist eine entsprechende gesetzliche Regelung (keine Nährwertkennzeichnung für Zusatzstoffe) z. B. im Rahmen der Nährwertkennzeichnungs-Verordnung (NKV) zur Vermeidung einer Verbrauchertäuschung nötig. Theoretisch könnten sonst auch die Farbstoffe Beta-Carotin, Riboflavin etc. als Vitaminzusatz ausgelobt werden!

### Die Hersteller sind aufgefordert, ...

- die gesundheitliche Unbedenklichkeit ihrer Produkte bzw. einzelner Zutaten vor der Markteinführung sicherzustellen,
- nur dann die Wirksamkeit von Inhaltsstoffen zu bewerben, wenn das Produkt nachgewiesenermaßen die angestrebte Wirkung entfaltet,
- eine effektive Beschränkung beim Einsatz von Beta-Carotin zu vereinbaren,
- neben der Eigenkontrolle zur Lebensmittelsicherheit auch eine verstärkte Eigenkontrolle der Produkt-Kennzeichnung einzuführen.