

## Kurzfassung

### Neue Vorgaben für die Nährwertkennzeichnung

Grundzüge der neuen Verordnung und Einblicke in die aktuelle Diskussion

Prof. Dr. Reinhard Matissek, Köln

Seit dem 1. Juli 2007 ist die „Verordnung EG Nr. 1924/2006 über nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben über Lebensmittel“ (Claims-Verordnung) in Kraft. Sie ergänzt die Lebensmittel- und Nährwert-Kennzeichnungsverordnung und regelt nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben auf Lebensmittelverpackungen. Diese sind EU-weit nur noch dann zulässig, wenn das Lebensmittel einem noch zu definierenden Nährstoffprofil entspricht und wissenschaftlichen Nachweisen standhält. Die Nährwertprofile werden von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) unter Beteiligung der Mitgliedstaaten bis Januar 2009 festgelegt. Schon jetzt aber sorgen zusätzliche freiwillige Hinweissysteme auf Nährstoffe, wie die auf GDA-Basis (Guideline Daily Amount/Richtwert für die Tageszufuhr) oder die Ampelkennzeichnung, für kontroverse Diskussionen.

Verbraucher sollen sich darüber informieren können, was in Lebensmitteln steckt, und vor Irreführung geschützt sein. Bisher wurde das Deutsche Lebensmittelrecht mit der Lebensmittel- und Nährwert-Kennzeichnungsverordnung diesem Anspruch gerecht. Seit dem 1. Juli 2007 werden ergänzend und europaweit einheitlich auch nährwert- und gesundheitsbezogene Auslobungen auf Lebensmitteln geregelt. Die neue Claims-Verordnung soll Rechtssicherheit und gleiche Wettbewerbsbedingungen schaffen sowie möglicher Irreführung des Verbrauchers entgegenwirken.

### Begrifflichkeiten und neue Regelungen

Nährwertbezogene Auslobungen wie „leicht“ oder „fettarm“ sind nach der neuen Verordnung nur dann erlaubt, wenn sie in der ihr anhängenden Liste aufgeführt sind und die dort festgelegten spezifischen Bedingungen für ihre Verwendung erfüllen. Für gesundheitsbezogene Auslobungen wie „...stärkt die Abwehrkräfte des Körpers“ ist die

Verabschiedung einer Positivliste mit allen zugelassenen Angaben bis spätestens zum 31. Januar 2010 vorgesehen. Neu ist, dass nun auch Aussagen über die Reduzierung eines Krankheitsrisikos und zur Förderung der Gesundheit und Entwicklung von Kindern ausgelobt werden dürfen, wenn die Angaben einer wissenschaftlichen Bewertung auf höchstem Niveau standhalten und zugelassen sind.

### Umstrittene Ausgestaltung der Nährwertprofile

Für ein Lebensmittel darf nur dann mit nährwert- und gesundheitsbezogenen Auslobungen geworben werden, wenn es definierten Nährwertprofilen entspricht. Diese charakterisieren ein Lebensmittel anhand seiner Zusammensetzung. Bei der Festlegung von Nährwertprofilen sollen Nährstoffe wie beispielsweise mehrfach und einfach ungesättigte Fettsäuren, verfügbare Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe, Proteine, Ballaststoffe sowie Nährstoffe, deren übermäßige Aufnahme nicht empfohlen wird, wie z. B. Fett, gesättigte Fettsäuren, trans-Fettsäuren, Salz/Natrium und Zucker, berücksichtigt werden.

### „Signposting“ für eine gesündere Lebensmittelauswahl?

Da die Mitgliedstaaten zusätzliche Hinweissysteme auf Nährwerte eines Lebensmittels einführen können, sind verschiedene „Signpostings“ in der Diskussion. Die prominentesten Beispiele sind das britische „Ampelsystem“, das den Gehalt eines Lebensmittels an Fett, Zucker, Salz und gesättigten Fettsäuren mit den Farben Rot, Gelb und Grün markiert, sowie die Angaben von Nährstoffen auf Basis der GDA, die die europäische Lebensmittelindustrie vorstellte. Kritiker sehen die „Ampel“ als Diskriminierung von Lebensmittel an. Nicht der Verzehr eines einzigen Lebensmittels sei entscheidend für die Ausgewogenheit der Ernährung, sondern die Kost insgesamt.

### Objektive Lösungen statt wertender Prinzipien

Falls sich eines der Signposting-Systeme durchsetzen sollte, wäre eine objektive Lösung wünschenswert. Wertende Prinzipien wie das „Ampelsystem“ sind abzulehnen. Eine aussagekräftige Nährwertinformation kann aber nur Teil der nach wie vor zu leistenden Aufklärung der Bevölkerung über eine ausgewogene Ernährung und einen insgesamt gesundheitsförderlichen Lebensstil sein.

## REDAKTION UND RÜCKFRAGEN

:RELATIONS GESELLSCHAFT FÜR KOMMUNIKATION MBH

MÖRFELDER LANDSTR. 72 · 60598 FRANKFURT/M. · TEL.: (069) 963652-0 · FAX: (069) 963652-15 · E-MAIL: WPD@RELATIONS.DE

## Kurzfassung

### Essen, bis man gesund ist

Von der Illusion, Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit Patentrezepten wie dem „Polymeal“ vorbeugen zu können

Prof. Dr. Hans-Joachim F. Zunft, Potsdam-Rehbrücke

**Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind in Deutschland die Todesursache Nr. 1. Bis zum Jahr 2015 werden sie schätzungsweise auch weltweit die Statistik anführen. Mit vorbeugenden Maßnahmen könnte mehr als die Hälfte der Todesfälle vermieden werden. Einige Präventivkonzepte, wie das „Polymeal“, sind hingegen wenig zielführend, da sie zu einseitig und rigide sind, individuelle Ernährungs- und Lebensstile unberücksichtigt lassen und nicht schon frühzeitig im Kleinkindalter ansetzen.**

Bereits vor etwa zehn Jahren hat ein repräsentativ angelegter europaweiter Survey (1995 bis 1997) gezeigt, dass sich das Ernährungswissen in der Bevölkerung verbessert hat. Doch Wissen allein motiviert nicht zwangsläufig zum Handeln, wie auch die Misserfolge vieler Diätempfehlungen und -programme zeigen.

### Einmal täglich eine „Polypill“

Wald und Law schlugen im Jahr 2003 einen neuen, ungewöhnlichen Weg ein und mischten für die Primärprävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen einen Cocktail aus einem cholesterinsenkenenden Statin, drei blutdrucksenkenden Pharmaka ( $\beta$ -Blocker, ACE-Hemmer und Kalziumkanal-Blocker), Aspirin und Folsäure. Bei täglicher Einnahme soll diese „Polypill“ für jedermann im Alter ab 55 Jahren die Häufigkeit lebensbedrohender koronarer Herzerkrankungen um 88 Prozent und die eines Schlaganfalls um 80 Prozent senken. Die betroffene Bevölkerung gewönne damit im Durchschnitt 11 Jahre Lebenszeit, frei von diesen Krankheitsbildern.

### „Polymeal“ statt „Polypill“?

Angeregt von der „Polypill“ kreierte Franco et al. im Jahr 2004 das Rezept des „Polymeals“, bestehend aus täglich 150 ml Wein, 100 g dunkler Schokolade, 400 g Obst und Gemüse, 2,7 g Knoblauch, 65 g Mandeln und 65 g Fisch. Der Konsum des „Polymeals“, so die Schätzung auf Grund einer

Modellrechnung, könnte das kardiovaskuläre Erkrankungsrisiko für die Über-50-Jährigen um 76 Prozent vermindern und die Lebenserwartung der Männer dieser Altersgruppe um 6,6 Jahre und die der Frauen um 4,8 Jahre erhöhen. Doch dieser Schutzeffekt des „Polymeals“ ist rein spekulativ und fraglich, da er in voneinander unabhängigen Studien nur für die einzelnen Zutaten nachgewiesen wurde.

### Nur für Risikopatienten: das „Poly-Portfolio“

Eine weitere Poly-Variante stellt das „Poly-Portfolio“ dar, das nicht der Gesamtbevölkerung, sondern nur Risikopatienten mit kardiovaskulärem Ereignis empfohlen wird. Neben der Medikation und Lebensstiländerung ist die Ernährungsumstellung auf mediterrane Kost – reich an Obst, Gemüse, Hülsenfrüchten, Nüssen, Vollkornprodukten, Fisch und Olivenöl und supplementiert mit 1 g Fischöl täglich – der dritte wichtige Grundpfeiler dieses Konzeptes.

### Illusionen vom Erfolg

Die präventiven Poly-Konzepte sind nicht Erfolg versprechend, denn sie sind einseitig und setzen auf rigide Maßnahmen. Sie fokussieren auf die Minderung einzelner Risikofaktoren und sind praxis- bzw. alltagsuntauglich, da sie keine individuellen Bedürfnisse und Gewohnheiten berücksichtigen. Kritisch ist zudem, dass beim „Polypill“ die Medikamenteneinnahme zur Prävention eingesetzt wird, obwohl erfahrungsgemäß allein durch Ernährungsumstellung das Risiko ernährungsmitbedingter Erkrankungen minimiert werden kann. Das „Polymeal-Konzept“ hingegen setzt Lebensmittel wie Medikamente ein. Das Ernährungsregime ist kalorien- und nährstoffarm und muss deshalb durch weitere Lebensmittel ergänzt werden. Dazu allerdings machen die Autoren keine konkreten Vorschläge, was wiederum zuviel Spielraum lässt, um den geplanten kardiovaskulären Effekt zu erreichen. Sensorische, soziale und emotionale Bedürfnisse, Freude und Genuss beim Essen sowie unterschiedliche Esskulturen finden beim „Polymeal“ ebenso wenig Berücksichtigung wie eine Lebensstiländerung, die auch die Bereiche Bewegung und Stressbewältigung umfasst. Dies aber ist die Voraussetzung für den Erfolg eines Präventiv-Konzeptes, das bestenfalls schon im Kleinkindalter beginnen sollte, wie es z. B. die Initiative „Plattform Ernährung und Bewegung“ (peb) verfolgt.

## REDAKTION UND RÜCKFRAGEN

:RELATIONS GESELLSCHAFT FÜR KOMMUNIKATION MBH

MÖRFELDER LANDSTR. 72 · 60598 FRANKFURT/M. · TEL.: (069) 963652-0 · FAX: (069) 963652-15 · E-MAIL: WPD@RELATIONS.DE