

## NEWSLETTER – Januar 2007

Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V.



Liebe Leserinnen und Leser,

in der monatlichen Information der DGEM e.V. geht es im Januar 2007 um folgende Themen:

+ **„Health Claims“ – neue europäische Verordnung bringt Licht ins Dunkle**

Wirkung von Nahrungsergänzungsmitteln muss wissenschaftlich belegbar sein

+ **nutritionDay 2007 – Stichtag 25. Januar 2007**

Zusätzlicher Termin für Pflegeheime am 22. Januar 2007

Weitere Meldungen aus der Wissenschaft

+ **Zentrale Stellschraube im Insulinstoffwechsel entdeckt**

+ **Sichere Verpackung für Lebensmittel**

+ **Veranstaltungen**

---

### „Health Claims“ - neue europäische Verordnung bringt Licht ins Dunkle

Wirkung von Nahrungsergänzungsmitteln muss wissenschaftlich belegbar sein

Nahrungsergänzungsmittel sind Lebensmittel, die einen oder mehrere Nährstoffe in konzentrierter Form enthalten. Das können zum Beispiel Vitamine, Mineralstoffe oder Spurenelemente sein. Diese Nährstoffe können in Form von Tabletten, Kapseln oder Dragees verabreicht werden. Oder sie befinden sich im so genannten „Functional Food“. Das heißt, normalen Lebensmitteln werden diese Stoffe auch zum Zwecke der Anreicherung zugesetzt. Meist werden sie in einem höheren Preissegment verkauft. Ob als Tabletten, Kapseln, Dragees oder in üblichen Lebensmitteln, bisher bestanden keine einheitlichen Vorschriften über nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben. Das wird sich mit der neuen europäischen "Health Claims" - Verordnung ändern. Die Verordnung tritt im Januar 2007 in Kraft und gilt voraussichtlich ab 1. Juli 2007. Sie steht als pdf unter [www.dgem.de/newsletter.htm](http://www.dgem.de/newsletter.htm) zur Verfügung. Rolf Grossklaus, Ernährungsmediziner im Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR), zur neuen Verordnung.

Herausgeber:

DGEM e.V.

Präsident Prof. Dr.

Georg Kreymann

Olivaer Platz 7

10707 Berlin

[infostelle@dgem.de](mailto:infostelle@dgem.de)

Tel. 030/88 91-2852

Fax 030/88 91-2839

[www.dgem.de](http://www.dgem.de)

© 2007 DGEM e.V.



Deutsche  
Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**  
**Januar 2007**  
**Seite 2**

**Herr Dr. Grossklaus, im Jahr 2004 wurden nach vorsichtigen Schätzungen in Deutschland rund acht Milliarden Euro für Nahrungsergänzungsmittel ausgegeben, Tendenz steigend. Brauchen wir tatsächlich diese Mittel zur gesunden Ernährung?**

Deutschland ist kein „Vitamin-Mangelland“. Wer sich mit viel Gemüse und Obst ernährt und ein normales Gewicht hat, der braucht sicherlich keine solche Nahrungsergänzungen. Anders ist das bei älteren Menschen, die zum Beispiel chronisch krank sind oder unter Kau- oder Schluckbeschwerden leiden. Ebenso bei Schwangeren. Für diese Menschen kann eine Nahrungsergänzung sinnvoll sein, um den Tagesbedarf an Vitaminen und Mineralstoffen tatsächlich zu erhalten. Einige der Inhaltsstoffe in Kräuterextrakten können zusammen mit anderen Medikamenten zu Wechselwirkungen führen. Deshalb ist es wichtig, den behandelnden Arzt zu informieren, wenn man solche Nahrungsergänzungsmittel zu sich nimmt.

### **Wie ist das bei so genanntem „Functional Food“?**

„Functional Food“ sind Lebensmittel mit gesundheitsfördernden Eigenschaften und keine Arzneimittel. Das sollte jedem Verbraucher klar sein. Was momentan noch fehlt ist ein wissenschaftliches Konzept als Grundlage der Forschung für die Entwicklung von „Functional Food“. Nur wenige funktionelle Lebensmittelbestandteile sind bisher eingehend untersucht worden. Der Verbraucher sollte sich deshalb fragen, ob er tatsächlich solche Lebensmittel braucht oder ob er sich nicht besser abwechslungsreicher ernähren könnte. Keinesfalls kann "Functional Food" dazu dienen, unser schlechtes Ernährungsverhalten zu kompensieren.

### **Wie kann der Verbraucher sicher sein, dass er nichts Schädliches zu sich nimmt?**

Nahrungsergänzungsmittel und mit solchen Stoffen angereicherte Lebensmittel sind Lebensmittel und müssen deshalb unbedenklich sein. Das heißt, eine gesundheitliche Gefährdung durch den Verzehr solcher

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Deutsche  
Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**  
Januar 2007  
Seite 3

Lebensmittel ist ausgeschlossen. Hier kommt auf den Hersteller eine große Verantwortung zu, nur solche Stoffe zu verwenden, die für den Körper bioverfügbar und sicher sind.

### **Mit der neuen Verordnung der Europäischen Kommission werden die nährwert- und gesundheitsbezogenen Angaben für Lebensmittel neu bewertet. Was hat der Verbraucher davon?**

Es muss nun wissenschaftlich belegt sein, dass ein Nahrungsmittel einen bestimmten Gesundheitsaspekt tatsächlich auch hat. Bisher gibt es nur wenige Studien in diesem Bereich. Daher ist es sowohl für die Industrie als auch für den Verbraucher nützlich, dass nur noch belegbare Aussagen gemacht werden dürfen. Damit ist gewährleistet, dass keine völlig nutzlosen Lebensmittel mit Nährstoffzusätzen in den Handel kommen. Es werden nationale Listen anerkannter in Gebrauch befindlicher Angaben erstellt, die vom Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) auf ihren Wahrheitsgehalt überprüft werden. Neue gesundheitsbezogene Werbeaussagen müssen von der Europäischen Kommission nach Prüfung durch die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit zugelassen werden. Es wird dann auch ein für Europa einheitliches System geben.

### **Können Sie ein Beispiel nennen, wie solche Aussagen demnächst aussehen könnten?**

Zum Beispiel könnte bei einem Folsäureprodukt für Schwangere auf der Packung stehen: Dieses Produkt minimiert das Risiko eines Neuralrohrdefektes (offener Rücken) während der Schwangerschaft für das Baby. Mit der neuen Verordnung wäre das nach wissenschaftlich belegten Erkenntnissen möglich.

### **Wenn die gesundheitsfördernden Wirkungen belegt und auch genannt werden, sollte dann nicht jeder auch solche Nahrungsergänzungsmittel nehmen?**

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Deutsche  
Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**  
**Januar 2007**  
**Seite 4**

Nahrungsergänzungsmittel sind nur für einige Gruppen wirklich sinnvoll. Viel hilft meist nicht viel, sondern schadet eher. Besser sind eine ausgewogene Ernährung und sportliche Betätigung.

### **Vielen Dank für das Gespräch.**

Ansprechpartner:  
Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR)  
Direktor und Prof. Dr. med. Rolf Grossklaus  
Thielallee. 88-92  
14195 Berlin  
[rolf.grossklaus@bfr.bund.de](mailto:rolf.grossklaus@bfr.bund.de)

---

### **nutritionDay 2007 – Stichtag 25. Januar 2007** Zusätzlicher Termin für Pflegeheime am 22. Februar 2007

Pflegeheime, die am europaweiten „nutritionDay“ teilnehmen wollen, können dies zusätzlich zum 25. Januar auch am 22. Februar 2007 tun. Der zusätzliche Termin für Pflegeheime wird angeboten, weil die Teilnahmemöglichkeit für Pflegeheime erst kurzfristig eingerichtet worden war. Nähere Informationen unter [www.nutritionday.org](http://www.nutritionday.org). Dort finden sich auch weiteren Informationsunterlagen.

Ansprechpartnerin in Deutschland ist Dr. rer.nat. Tatjana Schütz, Tel. 030/450 51 40 59 oder e-mail [elke-tatjana.schuetz@charite.de](mailto:elke-tatjana.schuetz@charite.de)

---

Weitere Meldungen aus der Wissenschaft

### **Zentrale Stellschraube im Insulinstoffwechsel entdeckt**

Wissenschaftler des neuen interdisziplinären LIMES Zentrums (Life & Medical Sciences) der Universität Bonn haben ein neues Gen identifiziert, das eine wichtige Rolle bei der Entstehung der Zuckerkrankheit spielen könnte. Fliegen, bei denen die Erbanlage defekt ist, sind erheblich kleiner als ihre Artgenossen und leben deutlich länger. Das Gen scheint eine so zentrale Bedeutung zu haben, dass es sich seit einer

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Deutsche  
Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**Januar 2007**

**Seite 5**

knappen Milliarde Jahren kaum verändert hat: Es kommt in Fliegen, in ähnlicher Form auch in Mäusen und im Menschen vor. In der „Nature“-Ausgabe vom 14. Dezember 2006 veröffentlichten die Bonner Forscher gleich zwei Artikel zu diesem Thema. Dabei handelt es sich um die besondere Funktion eines Zelleiweißes, dem Cytohesin. Erforscht wurde das Eiweiß an der Taufliege. Ist dieses Eiweiß bei der Taufliege defekt, so ist sie kleinwüchsig. Die Größe wird bei Pflanzen und Tieren unter anderem durch Insulin bestimmt. Es entscheidet auch über Größe und Zahl der Körperzellen. Gäbe es auch in Säugetieren ein Cytohesin mit ähnlicher Funktion, so wäre dieses für die Diabetes-Forschung sehr interessant.

Quelle: [www.idw-online.de](http://www.idw-online.de) – LIMES-Zentrum der Universität Bonn  
[m.famulok@uni-bonn.de](mailto:m.famulok@uni-bonn.de)

---

### **Sichere Verpackung für Lebensmittel**

Wandern Kunststoffzusätze aus der Verpackung in die darin enthaltenen Lebensmittel, kann dies gesundheitlich bedenklich sein. Forscher haben nun ein mathematisches Modell entwickelt, um die Belastung der Nahrungsmittel schnell und einfach zu ermitteln. Damit Flaschen, Saftkartons oder Kunststofffolien langlebig und robust sind, enthalten sie Zusätze. Diese können auch in die Lebensmittel übergehen. Um die Gesundheit der Verbraucher zu schützen, sind für diese Stoffe Grenzwerte festgelegt. Die neue mathematische Formel wurde im EU-Projekt „FOODMIGROSURE“ von Forschern des Fraunhofer-Institutes für Verfahrenstechnik und Verpackung (IVV) in Freising bei München entwickelt.

Dabei wird unter anderem die Struktur der Lebensmittel, die Kunststoffart, die Zusatzstoffe sowie die Menge des durchschnittlichen Verzehr durch den Verbraucher berechnet. Ziel ist es, dieses mathe-

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Deutsche  
Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**Januar 2007**

**Seite 6**

matische Gerüst in Europa als einheitliche und standardisierte Analyse-  
methode zu etablieren.

Quelle: [www.idw-online.de](http://www.idw-online.de) und [www.fraunhofer.de](http://www.fraunhofer.de)

---

## **Veranstaltungen**

edi2007 – ernährung, diätetik, infusionstherapie

Thema „Stoffwechseltherapie“ am 23. und 24. Februar 2007 in Berlin

[www.dgem.de/veranst.htm](http://www.dgem.de/veranst.htm)

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den News-  
letter digital abonnieren  
oder abbestellen wollen,  
senden Sie bitte eine  
Info an  
[dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)