

Beispiele für irreführende Produkte mit Gesundheitswerbung trotz Health Claims-Verordnung

Produkt	Health Claim	Bewertung von foodwatch	Hintergrundinformation zum Produkt	Zutaten und Nährwerte
Danone Actimel (Sorte Classic)	<p><u>Schauseite</u> „enthält Vit. B6 und D. Diese tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.“</p> <p><u>Rückseite</u> „Vitamin B6 kann zudem zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung beitragen.“</p>	<p>Vor Inkrafttreten der Health-Claim-Verordnung suggerierte Danone, der Joghurt-Drink „Actimel“ würde wegen seiner Probiotika vor Erkältungen schützen. Nachdem kein Claim dafür zugelassen wurde, dienen nun Vitamin-Zusätze als Schlupfloch für die Image-Bewahrung: Für Vitamin B6 und D sind Claims für eine positive Wirkung auf das Immunsystem zugelassen.</p> <p>Die zugesetzten Vitamine sind ernährungsphysiologisch nicht notwendig, suggerieren aber, „Actimel“ sei ein gesundes Produkt. Und das, obwohl es sich in Wahrheit um eine Zuckerbombe handelt – so enthält z.B. die Sorte Classic ähnlich viel Zucker wie Coca Cola.</p>	<p><u>Goldener Windbeutel 2009 für Actimel</u> Aus der Verbraucherabstimmung zum „Goldenen Windbeutel“ für die dreisteste Werbelüge des Jahres 2009 ging Actimel als Gewinner hervor.¹</p> <p><u>Vitaminzusätze und Versorgungssituation</u> Nach Einschätzung der führenden deutschen Ernährungs-Institute ist Deutschland kein Vitaminmangelnd.² Die mittlere Zufuhr von Vitamin B6 liegt in Deutschland über der empfohlenen minimalen Tageszufuhr der staatlichen Ernährungsinstitute Deutschlands, der Schweiz sowie Österreich³ (D-A-CH-Referenzwerte).⁴ Im Schnitt wird „mehr [B6] aufgenommen [...] als zur Bedarfsdeckung für erforderlich gehalten wird“⁵. Die Vitamin D-Versorgung ist in Deutschland nicht ausreichend gesichert, vor allem im Winter.⁶ Die Bedarfsdeckung über die Nahrung ist gering⁷, jedoch ist unser Körper in der Lage, Vitamin D mit Hilfe von UV-Strahlung selbst zu synthetisieren. Diese körpereigene Synthese sollte bei der Bedarfsdeckung im Vordergrund stehen. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) lehnt eine Anreicherung von Lebensmitteln mit Vitamin D ausdrücklich ab: „Eine Anreicherung von Lebensmitteln mit Vitamin D ist nicht empfehlenswert. Im Vordergrund steht die körpereigene Bildung des Vitamin D und damit die Empfehlung, Vitamin D durch Sonnenbestrahlung der Haut zu bilden.“⁸</p>	<p><u>Zutaten</u> Joghurt, entrahmte Milch, Zucker, Traubenzucker, Molkenzerzeugnis, Vitamin B6 und D, Kultur Lactobacillus casei.</p> <p><u>Nährwertangaben/ 100g</u> Energie: 71 kcal Fett: 1,6g - davon gesättigt 1,1g Kohlenhydrate: 10,5g - davon Zucker 10,5 g Eiweiß: 2,8g Salz: 0,1g Calcium: 120mg Vitamin B6: 0,42mg Vitamin D: 0,75 µg</p>

¹ Foodwatch (2009): Die dreisteste Werbelüge 2009. http://www.abgespeist.de/der_goldene_windbeutel/das_ergebnis/index_ger.html

² Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE): Deutschland ist kein Vitaminmangelnd. Pressemitteilung vom 17.07.2012. <http://www.dge.de/modules.php?name=News&file=article&sid=1231>

³ Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE), die Österreichische Gesellschaft für Ernährung (ÖGE), die Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung (SGE)

⁴ Vgl. Max Rubner Institut (MRI) (2008): Nationale Verzehrsstudie II (NVS II), Teil 2, S. 253. http://www.mri.bund.de/fileadmin/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf und vgl. auch Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) (2012): 12. Ernährungsbericht. S.70/71.

⁵ Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) (2004): Verwendung von Vitaminen in Lebensmitteln, S.159. http://www.bfr.bund.de/cm/350/verwendung_von_vitaminen_in_lebensmitteln.pdf

⁶ Vgl. MRI (2007): NVS II, Teil 2, S.110: „Bei Männern und Frauen liegt in allen Altersgruppen der Median der Vitamin D-Zufuhr deutlich unter der empfohlenen Zufuhr.“; Vgl. ebd. S.248; Vgl. für Kinder: Robert Koch Institut (RKI) (2007): Ernährungsstudie als KiGGS-Modul (EsKiMo-Studie), S.43: „Die mediane Zufuhr von Vitamin D durch

Lebensmittel ist sowohl bei Jungen als auch bei Mädchen viel niedriger als der Referenzwert.“ und ebd. S.39-40. http://www.mri.bund.de/fileadmin/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf

⁷ Vgl. DGE (2012): 12. Ernährungsbericht. S.63.

⁸ BfR: Fragen und Antworten zu Vitamin D. Stand 22.10.2012. http://www.bfr.bund.de/de/ausgewaehlte_fragen_und_antworten_zu_vitamin_d-131898.html#topic_131912

<p>Mondelēz belVita Frühstückskeks (Sorte Honig & Nüsse)</p>	<p><u>Schauseite:</u> „Energie für den ganzen Vormittag“</p> <p><u>Rückseite:</u> „Energie für den ganzen Vormittag. Durch ausgewählte Zutaten aus dem vollen Korn und das besonders schonende Backverfahren bleiben die natürlichen Vorzüge des Getreides erhalten und ermöglichen, als Bestandteil eines ausgewogenen Frühstücks, eine kontinuierliche und schrittweise Abgabe von Kohlenhydraten über vier Stunden.“</p>	<p>Unverblümt freut sich die deutsche PR-Chefin von Mondelēz: „Mit dieser Produktinnovation, die speziell für das Frühstück entwickelt wurde, haben wir einen ganz neuen Verwendungsanlass für Kekse etabliert.“⁹</p> <p>Der belVita-Frühstückskeks unterscheidet sich in seinen Nährwerten nicht wesentlich von anderen Keksen. Mit 26% Zucker und 17% Fett ist er eine Süßigkeit und hat mehr Zucker und mehr Fett als der Vollkorn-Keks oder auch der klassische Butterkeks von Leibniz. Mondelēz dringt mit diesem unausgewogenen Snack in eine der Hauptmahlzeiten ein. Vitaminzusätze nach dem Gießkannen-Prinzip machen aus Keksen kein gesundes Frühstück.</p>	<p><u>Langsam verdauliche Stärke</u> Mondelēz wirbt damit, dass beim Verzehr des Frühstückskeks „belVita“ Kohlenhydrate langsamer abgegeben werden und der Keks so über den „ganzen Vormittag“ Energie spende. Jedoch kann die Art und Weise, wie Nahrung verstoffwechselt wird, individuell sehr unterschiedlich sein und solch allgemeine Aussagen sind demnach kaum haltbar. Da Mondelez seine Behauptung auf vier unveröffentlichte Studien stützt, ist z.B. unklar, bei wie vielen Probanden der Effekt nachgewiesen worden konnte. Generell werden Vollkornprodukte langsamer verstoffwechselt. Allerdings besteht der belVita-Keks zu 40% aus dem günstigeren Auszugsweizenmehl und ist damit weit davon entfernt, ein reines Vollkornprodukt zu sein.</p> <p><u>Vitaminzusätze und Versorgungssituation</u> Dem Keks sind die Vitamine B1, B2, B6, Niacin, Pantothensäure und Folsäure zugesetzt, wobei hierfür offenbar kein ernährungsphysiologisches Konzept existiert. Die Zufuhr der Vitamine B1, B2 und B6 liegt in Deutschland im Durchschnitt über den D-A-CH-Referenzwerten. Auch die D-A-CH-Referenzwerte für Niacin werden in Deutschland im Schnitt deutlich überschritten. Die Aufnahme erreicht in manchen Altersgruppen knapp 250% des Referenzwertes.¹⁰ „Die Versorgung in Deutschland [mit Pantothensäure] wird allgemein als bedarfsdeckend angesehen“¹¹, wobei der genaue Bedarf an Pantothensäure unbekannt ist und nur Schätzwerte existieren.</p>	<p><u>Zutaten</u> Getreide 61,7% [Weizenmehl 41,6%, Vollkorngetreide 20,1% (Haferflocken 9,9%, Weizenvollkornmehl 3,2%, Gerstenvollkornmehl 2,6%, Weizenflocken 2,4%, Roggenvollkornmehl 1%, Dinkelvollkornmehl 1%)], Zucker, pflanzliches Fett, Schokoladenstückchen 3,1% [Zucker, Kakaomasse, Kakaobutter, Emulgator (Sojalecithin)], geröstete Haselnüsse 2,5%, Honig 2%, Backtriebmittel (Natriumhydrogencarbonat, Ammoniumhydrogencarbonat), Aromen, Speisesalz, Säuerungsmittel (Citronensäure), Emulgator (Sojalecithin), Niacin, Pantothensäure, Vitamin B6, Vitamin B2, Vitamin B1, Folsäure.</p> <p><u>Nährwertangaben/100g</u> Energie: 465 kcal Fett: 17g - davon gesättigt 4,3g Kohlenhydrate: 67,5g - davon Zucker 26g Eiweiß: 7,4g Salz: 0,36g Vitamin B1: 0,32mg Vitamin B2: 0,94mg Niacin (B3): 9,7mg Vitamin B6: 0,21mg Folsäure: 120 µg Pantothensäure (B5): 4,7mg</p>
<p>Stockmeyer Ferdi Fuchs Salami</p>	<p><u>Schauseite</u> „Der tägliche Beitrag für eine gesunde Ernährung“</p> <p><u>Rückseite</u> „Vitamine B1, Niacin und</p>	<p>Der Zusatz von Vitaminen macht aus Salami kein gesundes Produkt. Die Ferdi Fuchs Salami hat ein unausgewogenes Nährwertprofil: Die Lebensmittelampel würde drei</p>	<p><u>Salz und Bluthochdruck</u> Die tägliche Salzaufnahme von Kindern ist laut BfR zu hoch. Daher empfiehlt das Institut die Verringerung des Salzgehaltes in Lebensmitteln: „Hoher Salzkonsum kann den Blutdruck erhöhen und Erkrankungen am Herz bewirken.“¹⁴</p>	<p><u>Zutaten</u> Schweinefleisch, jodiertes Speisesalz, Traubenzucker, Glucosesirup, Gewürze, Gewürzextrakte, Antioxidationsmittel: Natriumascorbat, Vitamine (Niacin, Vitamin E, D-Calciumpantothenat, Vitamine B6, B1, Folsäure, Biotin), Konservierungsstoff:</p>

⁹ Lebensmittelzeitung (44-2013), Journal „Fit for Future“

¹⁰ Vgl. Max Rubner Institut (MRI) (2008): NVS II, Teil 2, S. 114 (B1), S.116 (B2), S. 118 (Niacin), S.120 (B6). http://www.mri.bund.de/fileadmin/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf (letzter Abruf 01.11.2013). S. 114 – 116 sowie 118 -120 ; Vgl. auch Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) (2012): 12. Ernährungsbericht S.117.

¹¹ Stahl, Anna/ Hesecker, Helmut (2009): Pantothensäure. Physiologie, Vorkommen, Analytik, Referenzwerte und Versorgung in Deutschland. Ernährungsumschau 07/09, S.409.

Biotin tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Vitamin B6 trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Folsäure trägt zur Verringerung von Müdigkeit bei. Pantothenensäure trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei. Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen."

rote Werte für Fett, gesättigte Fettsäuren und Salz zeigen.¹² Kinder essen bereits deutlich mehr Wurst als von den Ernährungsgesellschaften empfohlen.¹³ Der Health Claim auf Wurst verstärkt diese Problematik. Die Vitamine werden ohne ernährungsphysiologisches Konzept zugesetzt, um dem Produkt ein gesünderes Image zu verleihen.

Vitaminzusätze und Versorgungssituation

Bei Kindern überschreitet die durchschnittliche tägliche Aufnahme von **Vitamin B1**¹⁵, **Biotin**¹⁶ und **Niacin**¹⁷ die D-ACH-Referenzwerte deutlich. Das BfR schreibt: „Bei angereicherten Lebensmitteln bringt eine wesentliche Erhöhung der empfohlenen täglichen Vitaminzufuhr [Niacin] keinen zusätzlichen ernährungsphysiologischen Nutzen.“¹⁸ Bei Kindern von 1-7 Jahren empfiehlt die DGE eine tägliche **Pantothenensäure**-Aufnahme von 4 mg, bei den 7 bis unter 13-jährigen 5 mg.¹⁹ Diese Werte werden laut RKI im Schnitt erreicht.²⁰

Die Referenzwerte für **Vitamin E** werden von den 6-11 Jährigen im Schnitt nicht erreicht.²¹ Die DGE geht aber von einer Unterschätzung der tatsächlichen Zufuhr aus²² und das BfR sieht keinen Anlass, Lebensmittel mit Vitamin E anzureichern, im Gegenteil: „Da die Versorgungslage der deutschen Bevölkerung als weitgehend gesichert angesehen werden kann, ergibt sich zunächst keine Notwendigkeit für eine Fortifizierung [Lebensmittelanreicherung] [...]“²³

Natriumnitrit,
Buchenholzrauch. 100g Mini Salami werden aus 151g Fleisch hergestellt.

Nährwertangaben/ 100g
Energie: 398 kcal
Eiweiß: 27g
Kohlenhydrate: 1,0g
- davon Zucker 0,2g
Fett: 31,5g
- davon gesättigt 16,3g
Ballaststoffe 1,0g
Natrium: 1,6g
Vitamin E 3,5mg
Vitamin B1 1,1mg
Vitamin B6: 1,0mg
Niacin: 11,7mg
Pantothenensäure: 2,3mg
Folsäure: 40µg
Biotin: 40µg

Adelholzener Active O2 (Sorten: Muscle Function, Bone Structure)

Sorte Muscle Function Rückseite
„Magnesium trägt zur normalen Muskelfunktion bei.“
Sorte Bone Structure Rückseite

Der Zusatz von Mineralstoffen macht aus einem Soft-Drink (4% Zucker) kein gesundes Produkt. Soft-Drinks sind ein eigener Risikofaktor für Übergewicht und für damit verbundene Herzkrankheiten und Diabetes Typ II.

Gesundheitsorganisationen für Marketing-Beschränkungen

Die Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin²⁴, die Deutsche Diabetes-Hilfe²⁵, die Deutsche Adipositas-Gesellschaft²⁶, die Internationale Adipositas-Gesellschaft²⁷, die Europäischen Herzgesellschaften²⁸ oder der amerikanische Verband der Kinderärzte²⁹ – all diese Organisationen plädieren für Marketing-Beschränkungen von Soft Drinks, da erhöhter Konsum zuckergesüßter Getränke

Zutaten (Muscle Function)
Natürliches Mineralwasser, Fruktose, Säuerungsmittel Citronensäure, natürliches Aroma, Magnesiumcarbonat, Süßstoffe: Natriumcyclamat, Saccharin-Natrium und Acesulfam-K, Sauerstoff 0,004%.

Nährwertangaben/100 ml (Muscle Function)
Energie: 17 kcal
Eiweiß: <0,1g

¹⁴ http://www.bfr.bund.de/cm/343/bfr_empfeht_massnahmen_zur_verringerung_des_salzgehaltes_in_lebensmitteln.pdf

¹² <http://www.foodwatch.org/de/informieren/ampelkennzeichnung/mehr-zum-thema/so-funktioniert-die-ampel/>

¹³ RKI (2007): EsKiMo-Studie, S.60: „Ein Großteil der Kinder und Jugendlichen liegt mit seinem Fleisch- und Wurstkonsum im Bereich über der Empfehlung bis hin zur doppelten Menge. Besonders bemerkenswert ist der hohe Anteil an Jungen zwischen 12 und 17 Jahren, die mehr als das Dreifache der empfohlenen Fleisch- und Wurstmengen verzehren.“ http://www.bmelv.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/EsKiMoStudie.pdf?__blob=publicationFile

¹⁵ Vgl. Robert Koch Institut (RKI) (2007): Ernährungsstudie als KiGGS-Modul (EsKiMo – Studie), S.39 – 40, S.44. http://www.bmelv.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/EsKiMoStudie.pdf?__blob=publicationFile

¹⁶ Vgl. RKI (2007): EsKiMo – Studie, S.39 – 40. http://www.bmelv.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/EsKiMoStudie.pdf?__blob=publicationFile

¹⁷ Vgl. RKI (2007): EsKiMo – Studie, S.39-40, S.45. http://www.bmelv.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/EsKiMoStudie.pdf?__blob=publicationFile http://www.bmelv.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/EsKiMoStudie.pdf?__blob=publicationFile

¹⁸ BfR (2004): Verwendung von Vitaminen in Lebensmitteln, S.143. http://www.bfr.bund.de/cm/350/verwendung_von_vitaminen_in_lebensmitteln.pdf

¹⁹ DGE Webseite: Referenzwerte für Pantothenensäure. <http://www.dge.de/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=4&page=5>

²⁰ Vgl. RKI (2007): EsKiMo – Studie, S.116 – 117. http://www.bmelv.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/EsKiMoStudie.pdf?__blob=publicationFile

²¹ Vgl. RKI (2007): EsKiMo – Studie, S.43 – 44. http://www.bmelv.de/SharedDocs/Downloads/Ernaehrung/EsKiMoStudie.pdf?__blob=publicationFile

²² Vgl. DGE 2012: 12.Ernährungsbericht. S.63.

²³ BfR (2004): Verwendung von Vitaminen in Lebensmitteln, S.100. http://www.bfr.bund.de/cm/350/verwendung_von_vitaminen_in_lebensmitteln.pdf

²⁴ https://www.dgki.de/uploads/media/2008_Zuckerhaltige_Getraenke.pdf

²⁵ <http://www.diabetesde.org/presse/pressemitteilungen/detail/kategorie/uebergewicht/zurueck/pressemitteilungen-3/artikel/europaeischer-adipositas-tag-am-18-mai-2013-diabetesde-warn-t-trink-dich-nicht-dick/>

²⁶ <http://www.ernaehrungs-umschau.de/archiv/news/?page=22&id=3381>

²⁷ Vgl. ebd.

²⁸ http://www.herzstiftung.de/pressemitteilungen_artikel.php?articles_ID=531

²⁹ <http://pediatrics.aappublications.org/content/113/1/152.full>

„Calcium trägt zur Erhaltung der normalen Knochenstruktur bei.“

Der zusätzliche Nutzen des beigefügten Magnesiums (Sorte Muscle Function) ist fraglich, weil wir in Deutschland im Schnitt gut damit versorgt sind.

Die primäre Zielgruppe des Produkts – junge Männer – überschreitet den täglichen Calciumbedarf deutlich. Der Zusatz des Mineralstoffs in der Sorte Bone Structure ist demnach im besten Fall überflüssig.

die Entstehung von Übergewicht fördert.

Mineralstoffzusätze und Versorgungssituation

„Der Median der Magnesiumzufuhr liegt bei Männern und Frauen in allen Altersgruppen über der empfohlenen Menger, mit Ausnahme der jungen Frauen im Alter von 14-18 Jahren.“³⁰

„Die für die Bundesrepublik Deutschland vorliegenden Daten über den Versorgungszustand an Magnesium geben keinen Hinweis bei gesunden Erwachsenen auf eine unzureichende Magnesiumaufnahme im Bereich der Zufuhrempfehlungen.“³¹

Die Calciumversorgung ist in der deutschen Bevölkerung sehr unterschiedlich: 10% der Bevölkerung unterschreiten die Referenzwerte, Männer zwischen 19 und 50 Jahren - überschreiten sie hingegen deutlich.³²

Kohlenhydrate: 4,0g
- davon Zucker: 4,0g
Fett: <0,1g
- davon gesättigt: <0,1g
Ballaststoffe: <0,1g
Natrium: <0,008g
Magnesium: 16,65mg

Zutaten (Bone Structure)
Natürliches Mineralwasser, Fruktose, Säuerungsmittel Citronensäure, Calciumlactat, natürliches Aroma, Magnesiumcarbonat, Süßstoffe: Natriumcyclamat, Natrium-Saccharin und Acesulfam-K, Sauerstoff 0,004%.

Nährwerte/ 100ml (Bone Structure)
Energie: 17 kcal
Eiweiß: <0,1g
Kohlenhydrate: 4,0g
- davon Zucker: 4,0g
Fett: <0,1g
- davon gesättigt: <0,1g
Ballaststoffe: <0,1g
Natrium: <0,008g
Calcium: 36 mg

Trinkwasser, pflanzliches Öl, 12,5% Pflanzensterinester*, pflanzliches Fett, Emulgatoren (Lecithine, Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren), Vitamine (E, A, D), Säuerungsmittel (Milchsäure, Citronensäure), Aroma, Farbstoff (Carotine).
*entspricht 7,5g Pflanzensterinen in 100g

Nährwerte/ 100g
Energie: 360 kcal
Eiweiß: 0g
Kohlenhydrate: 0g
Fett (ohne 7,5 g Sterine*), davon 40g
- gesättigte Fettsäuren 9g
- einfach ungesättigte Fettsäuren 10g
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren 20g
davon
- Omega-3 Fettsäuren 3,4g
- Omega-6 Fettsäuren 17g
Ballaststoffe: 0g

Unilever Becel pro- activ

Schauseite
„Senkt aktiv den Cholesterinspiegel.“

Seitenfläche
„Der Verzehr von 1,5-2,4 g Pflanzensterinen täglich kann den Cholesterinspiegel in 2-3 Wochen um 7-10% senken. Ein hoher Cholesterinwert gehört zu den Risikofaktoren der koronaren Herzkrankheit. Die Reduzierung eines dieser Faktoren kann

Unilever suggeriert, Becel pro.activ schütze wegen seiner cholesterinsenkenden Wirkung vor Herzkrankheiten. Das kann Unilever nicht belegen. Mehr noch: Das Produkt steht sogar im Verdacht – trotz cholesterinsenkender Wirkung – Ablagerungen in Gefäßen zu verursachen und damit das Risiko für Herzkrankheiten zu erhöhen.³³

Trotz möglicher Gesundheitsrisiken und nachweislichem Verzehr der

Potenzielle Nebenwirkungen von Pflanzensterinen

Das BfR warnt aufgrund potenzieller Nebenwirkungen vor dem Produkt und schlussfolgert, dass der Verzehr von gesunden Menschen ohne Cholesterinproblem „ausdrücklich vermieden“ werden solle.³⁵ Jüngere Studien haben das BfR dazu veranlasst, eine erneute Bewertung durch die EFSA zu fordern.³⁶

Gerichtliche Auseinandersetzung foodwatch gegen Unilever

Im November 2011 hatte foodwatch Becel pro.activ erstmals kritisiert.³⁷ Unilever reagierte mit einer Pressemitteilung, in der Prof. Hans-Ulrich Klör von der Universität Gießen behauptet: „Aus wissenschaftlicher Sicht gibt es keinen Hinweis darauf, dass der Verzehr Pflanzensterinangereicherter Produkte mit Nebenwirkungen in Verbindung zu bringen ist“. Da dies aus Sicht von foodwatch eine

³⁰MRI (2008): NVS II, Teil 2, S.134. http://www.mri.bund.de/fileadmin/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf

³¹BfR (2004):Verwendung von Mineralstoffen in Lebensmitteln, S.127. http://www.bfr.bund.de/cm/350/verwendung_von_mineralstoffen_in_lebensmitteln_bfr_wissenschaft_4_2004.pdf (letzter Abruf: 01.11.2013).

³²Vgl. MRI (2008): NVS II, Teil 2, S. 132. http://www.mri.bund.de/fileadmin/Institute/EV/NVSII_Abschlussbericht_Teil_2.pdf (letzter Abruf: 01.11.2013).

³³Eine Auswahl der Quellen siehe http://www.abgespeist.de/becel_proactiv/quellen/quellen/index_ger.html

	gegebenenfalls hierauf eine positive Wirkung haben.“	Produkte durch Personen ohne erhöhten Cholesterinspiegel ³⁴ hat die EU dem Claim für die Senkung des Cholesterinspiegels zugestimmt. Damit gibt die EU ihr Siegel für eine massenhafte Selbstmedikation mit ungewissem Ausgang. Quasi-Medikamente haben im Supermarktregal nichts verloren. Becel pro.activ sollte ein Zulassungsverfahren als Arzneimittel durchlaufen und ausschließlich in der Apotheke auf Rezept verkauft werden.	unwahre Tatsachenbehauptung darstellt und Risiken des Produkts verschleiert, hat foodwatch im Januar 2012 Klage gegen Unilever beim Landgericht Hamburg eingereicht. ³⁸ In erster Instanz wurde die Klage abgewiesen, da die strittige Behauptung als bloße Meinungsäußerung bewertet wurde, die einer Überprüfung auf wahr oder unwahr nicht zugänglich ist. Unabhängig von ihrem Wahrheitsgehalt darf Unilever umstrittene Aussagen vorerst weiter verbreiten. ³⁹ foodwatch hat daraufhin Berufung beim Hanseatischen Oberlandesgericht eingelegt ⁴⁰ . Die nächste Verhandlung wird in der ersten Jahreshälfte 2014 erwartet.	Natrium: 0,01g Vitamin E: 20mg Vitamin A: 800µg Vitamin D: 7,5µg *Sterine haben keinen Brennwert
Nestlé LC1	<u>Schauseite</u> „Für Ihr Wohlbefinden.“ <u>Seitenfläche</u> „Nestlé LC1 mit den speziellen Kulturen LC1 enthält wertvolles Calcium. Calcium trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.“	Nestlé LC1 wirbt mit dem „Wohlbefinden“ und begründet das mit dem Calcium-Gehalt. Als sei der Joghurt etwas ganz Besonderes. Dabei ist LC1 nicht mehr und nicht weniger als ein Naturjoghurt. Vom Preis mal abgesehen: LC1 kostet mehr als das doppelte eines normalen Joghurts. ⁴¹ Die Gesundheitswerbung dient also offenbar nur dazu, den Verbrauchern das Geld aus der Tasche zu ziehen.	<u>Probiotika-Schwindel vor der Health Claim-Verordnung</u> Jahrelang hat Nestlé mit der angeblichen „Stärkung natürlicher Abwehrkräfte“ geworben ^{42,43} und begründete dies mit den probiotischen Joghurt-Kulturen. Bis heute liegt kein zugelassener Health Claim für Probiotika vor ⁴⁴ . Von der Abwehrkräfte-Wunderwirkung ist deshalb plötzlich keine Rede mehr. Stattdessen hat LC1 nun angeblich eine „positive Wirkung“ auf das „Wohlbefinden“, ⁴⁵ was auf das enthaltene Calcium zurück zu führen sei. Dafür liegt wiederum ein zugelassener Health Claim seitens der EU vor. Probiotika hin oder her: Nestlé will das gesunde Image aufrechterhalten – auf welcher Grundlage scheint dem Konzern egal zu sein.	Nährwerte/ 100g Energie: 76kcal Eiweiß: 4,7 Kohlenhydrate: 5,6 - davon Zucker: 5,6 Fett: 3,5 - davon gesättigt: 2,4 Ballaststoffe: 0,0g Natrium: 0,07g Calcium: 154mg
Red Bull Energy Drink	<u>Schauseite</u> „Energy Drink.“	Red Bull suggeriert, der sogenannte „Energy Drink“ sei	<u>Neue Claims seit Herbst 2013</u> Bis Herbst 2013 hatte Red Bull für die Produkte z.T. explizit	Energy Drink Wasser, Saccharose, Glucose, Säureregulator

³⁵ BfR (2008), Stellungnahme: Menschen mit normalen Cholesterinwerten sollten auf den Verzehr von Lebensmittel mit zugesetzten Pflanzensterinen verzichten. http://www.bfr.bund.de/cm/343/menschen_mit_normalen_cholesterinwerten.pdf, S. 2

³⁶ BfR (2012/2013), Stellungnahme: Lebensmittel mit Pflanzensterol- und Pflanzenstanol-Zusatz: Bewertung einer neuen Studie aus den Niederlanden. <http://www.bfr.bund.de/cm/343/lebensmittel-mit-pflanzensterol-und-pflanzenstanol-zusatz-bewertung-einer-neuen-studie-aus-den-niederlanden.pdf>

³⁷ foodwatch: Pressemitteilung vom 10.11.2011: foodwatch fordert Verkaufsstopp für Becel pro.activ – Cholesterinsenkende Margarine als unkontrollierte Selbstmedikation mit unklaren Risiken und Nebenwirkungen. http://www.foodwatch.org/de/presse/pressemitteilungen/foodwatch-fordert-verkaufsstopp-fuer-becel-pro-activ-cholesterinsenkende-margarine-als-unkontrollierte-selbstmedikation-mit-unklaren-risiken-und-nebenwirkungen/?sword_list%5B0%5D=becel

³⁸ BfR (2007): Lebensmittel mit Pflanzensterinzusatz in der Wahrnehmung der Verbraucher. http://www.bfr.bund.de/cm/350/lebensmittel_mit_pflanzensterinzusatz_in_der_wahrnehmung_der_verbraucher.pdf

³⁹ foodwatch, Pressemitteilung vom 07.12.2012: foodwatch verklagt Unilever wegen Becel pro.activ http://www.foodwatch.org/de/informieren/werbeluegen/aktuelle-nachrichten/foodwatch-verklagt-unilever-wegen-becel-proactiv/?sword_list%5B0%5D=becel

⁴⁰ foodwatch: Pressemitteilung vom 14.12.2012: Urteil: Irreführung bei Becel pro.activ darf weiter gehen. http://www.foodwatch.org/de/informieren/werbeluegen/aktuelle-nachrichten/urteil-irrefuehrung-bei-becel-proactiv-darf-weiter-gehen/?sword_list%5B0%5D=becel

⁴¹ foodwatch: Pressemitteilung vom 23.01.2013: Prozess um mögliche Risiken von Becel pro.activ geht in die zweite Instanz: foodwatch legt Berufung ein – Hersteller täuscht Kunden über die Sicherheit seines Cholesterinsenkers. http://www.foodwatch.org/de/presse/pressemitteilungen/prozess-um-moegliche-risiken-von-becel-proactiv-geht-in-die-zweite-instanz-foodwatch-legt-berufung-ein/?sword_list%5B0%5D=becel

⁴² Noname-Handelsmarken Naturjoghurt mit einem Fettgehalt von 3,5% kosten üblicherweise etwa 0,65 Euro; Nestlé LC1 kosten im Handel hingegen etwa 1,55 Euro

⁴³ Vgl. You-Tube, Werbespot : Giulia Siegel für Nestlé LC1. <http://www.youtube.com/watch?v=BTWNISStjIE>

⁴⁴ Vgl. xad Kampagnenarchiv, Werbespot : Nestlé LC1 http://www.xad.de/30798_nestle-deutschland-ic-1.htm

⁴⁵ Siehe z.B. Stichwortsuche „probiotic“ im Health Claim-Register der EFSA unter <http://ec.europa.eu/nuhclaims/>

⁴⁶ Nestlé LC1 Webseite: <http://www.lc1.de/fuer-ihre-wohlbefinden/>

/ Shot

Belebt Geist und Körper.“

Rückseite

„RED BULL Energy Drink – weltweit geschätzt von Spitzensportlern, Studenten, in stark fordernden Berufen sowie bei langen Autofahrten.“

ein geeignetes Sportgetränk, da es „von Spitzensportlern geschätzt“ werde und „Geist und Körper“ belebe. Als Soft-Drink mit 11 % Zucker ist Red Bull hypertonisch und kann weder Flüssigkeits- noch Mineralstoffverlust ausgleichen. Damit ist Red Bull als Sportgetränk ungeeignet.⁴⁶ Schlimmer noch: Wissenschaftler warnen vor gefährlichen Nebenwirkungen – gerade in Zusammenhang mit Sport oder auch Alkohol. Es häufen sich Fälle von Nierenversagen, Krampfanfällen, Herzrhythmusstörungen und sogar Todesfällen, die in Verbindung mit Energy Drinks gebracht werden.⁴⁷ Aus Sicht von foodwatch sollten die Produkte nicht an Jugendliche und Kinder verkauft werden dürfen und deutliche Warnhinweise zu möglichen Risiken auf der Schauseite tragen.⁴⁸

von der EU zugelassene Health Claims verwendet („B-Komplex Vitamine tragen zur geistigen Leistungsfähigkeit (Pantothensäure) sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei (Niacin, Pantothensäure, B6, B12)“) Neuerdings verzichtet Red Bull auf diese Vitamin-Claims und verspricht stattdessen, Red Bull sei „weltweit geschätzt von Spitzensportlern, Studenten, in stark fordernden Berufen sowie bei langen Autofahrten“. Diese Claims sind neu. Die Botschaft ist dieselbe. Der Trick: Diese Aussagen fallen wohl kaum unter die Definition der „gesundheitsbezogenen Angabe“ im Sinne der Health-Claim-Verordnung und sind somit juristisch schwer angreifbar. Das Problem bleibt bestehen: Ein Soft-Drink mit potenziellen Nebenwirkungen ist kein empfehlenswertes Sportgetränk. Trotzdem kann Red Bull im Marketing genau diesen Eindruck vermitteln.

Red Bull Energy Shot

Der Red Bull Energy Shot (60ml-Flasche) ist ein Sonderfall: Mit der vierfachen Konzentration an Koffein und Taurin im Vergleich zur üblichen 250ml-Dose ist die Gefahr der Überdosierung hier besonders groß.⁴⁹ Energy Shots sind auch laut BfR „nicht sicher“ im Sinne des Lebensmittelrechts.⁵⁰ Aus Gründen des vorsorglichen Gesundheitsschutzes sollte diese hochkonzentrierte Form der Energy-Getränke verboten werden.

(Natriumcitrate, Magnesiumcarbonat), Kohlensäure, Säuerungsmittel Zitronensäure, Taurin (0,4%), Koffein (0,03%); Inosit; Vitamine (Niacin, Panthothensäure, B6, B12), Aroma, Farbstoffe(einfache Zuckerulöl, Riboflavin).

Nährwerte/ 100ml

Energie: 45 kcal
Eiweiß: 0g
Kohlenhydrate: 11g
- davon Zucker: 11g
Fett: 0g
- davon gesättigt: 0g
Ballaststoffe: 0g
Natrium: 0,04g
Vitamine:
Niacin: 8mg
Panthothensäure: 2mg
Vitamin B6: 2mg
Vitamin B12: 2µg

Energy Shot

Wasser, Saccharose, Glucose, Taurin, Säuerungsmittel, Zitronensäure, Säureregulator Natriumcitrat, Koffein, Glucuronolacton, Inosit, Vitamine (Niacin, Pantothensäure, B6, B12), Süßungsmittel Sucralose, Antioxidationsmittel Ascorbinsäure, Aroma, Farbstoffe (einfaches Zuckerulöl, Riboflavin).

Nährwerte/ 100ml

Energie: 45 kcal
Eiweiß: 0g
Kohlenhydrate: 10,7g
- davon Zucker: 10,7g
Fett: 0g
- davon gesättigte Fettsäuren: 0g
Ballaststoffe: 0g
Natrium: 0,07g
Niacin: 27mg
Panthothensäure: 10mg
Vitamin B6: 2,3mg
Vitamin B12: 4,2mg
Taurin: 1667mg
Koffein: 133mg

⁴⁶ Vgl. Stiftung Warentest: Artikel vom 31.07.2013: Energy Drinks: Riskanter Koffein-Kick. <http://www.test.de/Energy-Drinks-Riskanter-Koffein-Kick-4573293-0/>

⁴⁷ Vgl. Ernährungsumschau Nr 5, Mai 2011: Energy Drinks und Energy Shots. http://www.ernaehrungs-umschau.de/media/pdf/pdf_2011/05_11/EU05_2011_B17_B20.qxd.pdf und BfR: Pressemitteilung vom 13.03.2008: Neue Humandaten zur Bewertung von Energydrinks. http://www.bfr.bund.de/cm/343/neue_humandaten_zur_bewertung_von_energydrinks.pdf

⁴⁸ Hintergrundtext mit konkreten Forderungen von foodwatch unter <http://www.foodwatch.org/de/informieren/energy-drinks/mehr-zum-thema/regulierung-notwendig/>

⁴⁹ Vgl. ebd.

⁵⁰ BfR: Stellungnahme vom 02.12.2009. Gesundheitliche Risiken durch den übermäßigen Verzehr von Energy Shots. http://www.bfr.bund.de/cm/343/gesundheitsliche_risiken_durch_den_uebermaessigen_verzehr_von_energy_shots.pdf

Zugelassene irreführende Health Claims, für die in Deutschland noch keine Produkte im Supermarkt zu finden sind

<p>Fruktose</p>	<p><u>Zugelassener Claim</u> „Der Verzehr von Lebensmitteln, die Fructose enthalten, führt zu einem geringeren Glucoseanstieg im Blut im Vergleich zu Lebensmitteln, die Saccharose oder Glucose enthalten.“</p>	<p>Der zugelassene Health Claim für Fruktose ermöglicht es Soft-Drinks-Herstellern ihre Produkte mit Gesundheitsbotschaften zu bewerben, obwohl diese nachweislich ein Risikofaktor für Übergewicht und für damit verbundene Herzkrankheiten und Diabetes Typ II (siehe Active O2) sind. Hinzu kommt: Fruktose ist besonders umstritten – z.B. das BfR empfiehlt sogar wegen möglicher negativer Auswirkungen, auf Fruktose „als Zuckeraustauschstoff in industriell gefertigten Lebensmitteln zu verzichten“. ⁵¹</p>	<p><u>Übergewichts-Experten kritisieren Zulassung des Health Claims</u> Derzeit wird Fruktose unter Wissenschaftlern heftig diskutiert. Lange war behauptet worden, Fruktose (Fruchtzucker) sei gesünder als andere Zucker. Der Verzehr von Fruktose wurde wegen einem geringeren Glucoseanstieg im Blut sogar Diabetikern empfohlen. Seit einiger Zeit steht Fruchtzucker jedoch im Verdacht, schädlicher zu sein als Saccharose (Haushaltszucker). Übergewichtsexperten der ganzen Welt⁵² haben die Zulassung des Health Claims für Fruktose bereits öffentlich harsch kritisiert.⁵³</p> <p><u>Fruktose als Gesundheitsrisiko</u> In einer Stellungnahme aus dem Jahr 2009 schreibt das BfR: „Eine Vielzahl neuerer Forschungsergebnisse weisen darauf hin, dass die verstärkte Aufnahme von Fruktose über industriell gefertigte Lebensmittel wie mit Fruktose gesüßte Limonaden nachteilig auf die Gesundheit wirkt: Adipositas wird gefördert, da hohe Fruktosemengen die hormonelle Gewichtsregulierung beeinflussen, und die Entstehung des metabolischen Syndroms, das in engem Zusammenhang mit Diabetes mellitus Typ 2 zu sehen ist, wird begünstigt.“⁵⁴</p>
<p>Kakaoflavanole</p>	<p><u>Zugelassener Claim</u> „Kakaoflavanole fördern die Elastizität der Blutgefäße, was zum normalen Blutfluss beiträgt.“</p>	<p>Einhellige Ernährungsempfehlungen sehen vor, nicht mehr als eine Hand voll Süßigkeiten pro Tag zu verzehren.⁵⁵ Ein Health Claim für Schokolade kann jedoch dazu führen, dass Menschen getreu dem Motto „viel hilft viel“ deutlich mehr verzehren, als sie sollten. Der zugelassene Claim bezieht sich auf 10g Schokolade (-> etwa ein Riegel einer klassischen 100g-Schokoladentafel).</p>	<p><u>Der Konzern hinter dem Claim</u> Der weltweit größte Kakao- und Schokoladenkonzern Barry Callebaut hat den Claim eingereicht und ihn sich für fünf Jahre schützen lassen. In Deutschland ist der Hersteller nicht mit eigener Marke im Supermarkt vertreten, Abnehmer sind jedoch u.a. Unilever, Nestlé oder Mars.</p>

⁵¹ BfR 2009: Erhöhte Aufnahme von Fruktose ist für

Diabetiker nicht empfehlenswert. http://www.bfr.bund.de/cm/343/erhoehte_aufnahme_von_fruktose_ist_fuer_diabetiker_nicht_empfehlenswert.pdf

⁵² Barry Popkin, Public-Health-Professor an der University of North Carolina; Michael Goran, Professor für Kindermedizin an der University of Southern California; Susanne Logstrup, Direktorin des European Heart Network und Mike Rayner, Public-Health-Professor an der Oxford University und Berater des European Heart Network

⁵³ <http://www.theguardian.com/society/2013/oct/17/obesity-experts-appalled-eu-fructose-health-claim-approval>

⁵⁴ http://www.bfr.bund.de/cm/343/erhoehte_aufnahme_von_fruktose_ist_fuer_diabetiker_nicht_empfehlenswert.pdf

⁵⁵ http://www.was-wir-essen.de/gesund/empfehlungen_aid_pyramide.php