

Lebensmittel mit Zusatznutzen

Das Zentrum für Technologiefolgen-Abschätzung des Schweizerischen Wissenschafts- und Technologierats hat sich der rechtlichen wie medizinischen Problematik der Lebensmittel mit Zusatznutzen (Functional Food) angenommen. Mitte November diskutierten in Bern interessierte Kreise – vom Konsumenten bis zur gesetzgebenden Behörde – eine gut 300 Seiten umfassende wissenschaftliche Studie über Wirkung und Folgen solcher Lebensmittel in der heutigen Ernährung.

ROLAND BILL UND ULRICH KÜNSCH,
EIDGENÖSSISCHE FORSCHUNGSANSTALT WÄDENSWIL

Wer durch die Gänge der Lebensmittelmärkte geht, stellt fest, dass immer häufiger Produkte mit gesundheitlichem Zusatznutzen zu finden sind. Diese funktionellen Lebensmittel weisen einen Gesundheitsnutzen auf, der über die vorhandenen Nährstoffe hinausgeht. Sie zeigen entweder eine positive Wirkung auf das Wohlbefinden oder wirken vorbeugend gegen Krankheiten. Heilmittel sind sie jedoch nicht. Bis heute gibt es weltweit noch keine einheitliche Definition dieser neuartigen Produkte, weshalb sie auch unter weiteren Bezeichnungen wie etwa «Designer Food», «Performance Food» oder «Nutraceutical» (zusammengesetzter Begriff aus Nutrient

und Pharmaceutical) anzutreffen sind. In Europa hat man sich in dieser Hinsicht nun zu einer Arbeitsdefinition (siehe Kasten) durchgerungen.

Die rechtliche Situation von Functional Food in der Schweiz

Lebensmittel sind keine Heilmittel, betonte Urs Klemm vom Bundesamt für Gesundheitswesen (BAG) in Bern in seinem Referat. Wenn auch die Grenzen zwischen Lebens- und Heilmittel verschwimmen, so gehören doch die «Functional Food»-Produkte nach Schweizerischem Gesetz zu den in der Lebensmittelverordnung (LMV) im Artikel 165 definierten Speziallebensmitteln. Laut Art. 19 Abs. 1c der LMV darf ein Lebensmittel nicht als Heilmittel ange-

preisien werden. Das BAG wacht über das Mass der Zusätze und über die entsprechenden Anpreisungen. Bekanntestes Beispiel ist sicher die Kuh «Lovely» aus der Milchwerbung, die wohl hätte anpreisen dürfen, dass Milch infolge des Kalziumgehaltes starke Knochen gibt, jedoch nicht, dass Milch gegen Osteoporose wirkt. Studiert man die LMV genau, so stellt man fest, dass auch diese neuen Nahrungsmittel hinsichtlich des Zusatzes nützlicher Stoffe, des Täuschungsverbot oder der Nährwertverordnung in der Schweiz gesetzlich bereits recht umfassend abgedeckt sind.

Der Einfluss auf unsere Ernährung

Wir wissen, so Paul Walter vom Biochemischen Institut in Basel, dass wir mit einer ausgewogenen Ernährung mit viel Früchten, Gemüse und

Das Frühstück der Zukunft – Food Design statt Butterbrot?



Stärkeprodukten, etwas Fleisch und Fisch alle lebenswichtigen Nährstoffe aufnehmen. Trotzdem fehlt uns in unserer täglichen Hektik die Zeit, einer ausgewogenen Ernährung die nötige Beachtung zu schenken. Somit könnten die «Functional Food»-Produkte mit Zusätzen von Kalzium zur Erhaltung der Knochenmasse, mit Antioxidantien zur Verminderung schädlicher Radikale, Nahrungsfasern für die Verdauung, Prä- und Probiotika für die Dickdarmaktivität, Folsäure gegen Herz-Kreislauferkrankungen etc. einen wesentlichen Beitrag zur gesundheitlichen Prävention, besonders bei älteren oder gesundheitlich geschwächten Menschen beisteuern.

In der Schweiz werden laut der in Bern vorgestellten Technology Assessment (TA) Studie bereits über 100 verschiedene Produkte und Produktvarianten angeboten, die einen gesundheitlichen Zusatznutzen versprechen. Diese reichen vom Vitaminplus-Gummidrops über cholesterinsenkendes Brot bis hin zum verdauungsunterstützenden Vanilleeis. Steigende Marktanteile sind auch bei den alkoholfreien Getränken auszumachen. Während in der Schweiz keine Zahlen vorliegen, verzeichnet Deutschland allein bei den ACE-Getränken (Zusatz der Vitamine A, C und E) eine Zunahme von 33,2 Prozent. Das Spektrum der angebotenen Getränke mit Zusatznutzen ist breit. Es reicht vom Mineralwasser mit Grüntee-Extrakt über den Orangensaft mit Milchkalzium, Zink, Magnesium und Vitamin D3 bis hin zu den Energy Drinks. Der unangefochtene Marktleader bei diesen Kult-Getränken, Red Bull, verzeichnete 1999 den horrenden Absatz von 114,5 Mio. Dosen! Besonderer Aufmerksamkeit erfreuen sich neuerdings die «TrinkSnacks», eine Mischung aus



Fruchtsäften, prebiotischen Ballaststoffen, Vitamin C und einem Schuss Joghurt als hochwertige, trinkbare Zwischenmahlzeiten.

Wer genießt hat mehr vom Leben!

So sinnvoll all diese «Functional Food»-Produkte bei einem gezielten Einsatz für bestimmte Konsumentengruppen auch sein können, so muss doch, betonte die Stiftung für Konsumentenschutz, vor einer übertriebenen Anpreisung und falschen Erwartungen an solche Produkte gewarnt werden.

Schliesslich weiss man in dem jungen Forschungszweig der Lebensmittelindustrie noch wenig darüber,

Europäische Definition: Functional Food

In den Jahren 1995–1998 wurde in der EU ein auf wissenschaftlichen Erkenntnissen beruhender Antrag zur Erklärung von Functional Food erarbeitet. Dieser Arbeitsdefinition zufolge können Lebensmittel als Functional Food angesehen werden, wenn hinreichend bewiesen ist, dass sie eine oder mehrere Körperfunktionen so beeinflussen, dass davon positive Wirkungen auf den Gesundheitszustand und/oder auf die Verringerung des Erkrankungsrisikos ausgehen. Functional Food müssen Lebensmittel sein und die Wirkungen müssen von solchen Mengen ausgeübt werden, die normalen Verzehrgewohnheiten entsprechen. Sie sind keine Pillen oder Kapseln, sondern Bestandteil einer normalen Ernährungsweise. Sie können wie folgt funktionell gemacht werden:

1. Entfernung eines Lebensmittelbestandteils, der unerwünschte Effekte ausübt,
2. Erhöhung der Konzentration eines natürlichen, bereits enthaltenen Lebensmittelbestandteils auf Werte, die die erwarteten Wirkungen auslösen,
3. Zusatz von Stoffen, die in den meisten Lebensmitteln normalerweise nicht vorkommen,
4. Substitution eines Lebensmittelbestandteiles, dessen (übermässiger) Verzehr unerwünschte Effekte hat, durch einen ernährungsphysiologisch günstiger beurteilten Bestandteil,
5. Verbesserung der Bioverfügbarkeit von Lebensmittelinhaltsstoffen, die günstige Wirkungen ausüben.

Quelle: TA-Studie 2000; Seite 14/15

wie lange diese Zusatzstoffe konsumiert werden müssten, damit eine nachweisbare Wirkung eintritt. Fachleute vermuten, dass dazu in den meisten Fällen ein regelmässiger, über viele Jahre anhaltender Verzehr erforderlich wäre. Für eine stabile Gesundheit spielt die Ernährung sicher eine wesentliche Rolle, doch wirken sich Faktoren wie etwa die genetische Disposition, das seelische Gleichgewicht oder die tägliche Bewegung ebenso stark auf unser Wohlbefinden aus.

Wirtschaftliche Betrachtungen

In der Schweiz beläuft sich das Marktvolumen an «Functional Food» auf 250 bis 300 Mio. Franken, was anteilmässig weniger als ein Prozent des gesamten Lebensmittelmarktes ausmacht. «Functional Food»-Produkte sind aus ernährungsphysiologischer Sicht interessant, doch werden sie die bestehenden Nahrungsmittel nie verdrängen, so Bärbel Hüsing vom Fraunhofer-Institut in Karlsruhe und Mitverfasserin der TA-Studie. Der Markt für Lebensmittel mit Zusatznutzen dürfte allerdings über längere Zeit Bestand haben und deshalb aus wirtschaftlichen Gründen für Gross- wie Kleinunternehmen im Multinischenmarkt interessante Perspektiven eröffnen. Laut einer Publikation des Pharmakonzerns Roche in Basel liegt der jährliche Verkaufszuwachs für funktionelle Lebensmittel und Nahrungsergänzungspräparate bei gut zehn Prozent.

Gute Studie, offene Fragen

In der die Tagung abschliessenden Diskussion hat sich gezeigt, dass vor allem von der Konsumentenseite her eine grosse Informationslücke hinsichtlich des Zusatznutzens herrscht. Am besten bekannt sind beim Verbraucher die Auswirkungen der Vitamine, was die gute Akzeptanz der ACE-Frühstücksgetränke beweist. Weniger bekannt ist dagegen die Wirkung der ungesättigten Fettsäuren. Die Anbieterseite hat dieses Problem zwar erkannt, doch scheint die Packung, bedingt durch die geringe zur Verfügung stehende Fläche, an sich kein geeignetes Mittel für einen Wissenstransfer zu sein. Die Möglichkeit einer zusätzlichen Packungsbeilage dürfte ebenfalls nicht die optimale Plattform für die Information des Konsumenten sein.

Uneinig war man sich auch hinsichtlich einer Überversorgung. Es scheint, dass die abfüllenden Betriebe zum Beispiel die Vitaminmengen so dosieren, dass sie beim Ablaufdatum noch den auf der Packung aufgedruckten Minimalwert aufweisen. Es könnte also sein, dass gerade bei der Ernährung von Säuglingen die Möglichkeit einer Überdosierung besteht. Solche strittigen Punkte führten dahin, dass von der Konsumentenseite angefragt wurde, ob die «Functional Food»-Produkte nicht in speziell gekennzeichneten Regalen im Laden angeboten werden sollten.

Die umfassende TA-Studie über Nahrungsmittel mit Zusatznutzen beleuchtet sehr detailliert einen breitgefächerten Katalog mit aktuellen Themen. Nicht zu finden sind allerdings ökologische Fragen. Wer sich bei der Zwischenverpflegung mit einem «Morning-Drink» fit hält, hat anschliessend mit der leeren Plastikflasche 24 Gramm zu entsorgendes Kunststoffmaterial in der Hand. Beim Konsum eines Apfels bleibt – abgesehen von den Kernen – höchstens ein kleiner Stiel aus Holz. Solche Aspekte sind eine Diskussion wert!

Lösungen kann und will die Studie keine offerieren, doch trägt sie dank der verständlichen Sprache und einer übersichtlichen Strukturierung der Beiträge zum Verständnis der Entwicklungen auf dem Lebensmittelsektor bei.

Literatur

Functional Food. Studie (363 Seiten) und Kurzfassung können kostenlos beim Zentrum für Technologiefolgen-Abschätzung, Inselgasse 1 in 3003 Bern bestellt werden.

Ratgeber Ernährung: Functional Food. Diese Broschüre ist kostenlos beim Verband Schweizer Milchproduzenten, Ratgeber Ernährung, Weststrasse 10 in 3000 Bern erhältlich.

RÉSUMÉ

Functional Food – Les aliments nouveaux dans le collimateur

Un colloque a réuni à Berne fabricants, distributeurs consommateurs, scientifiques et représentants des pouvoirs publics pour discuter de l'utilité des aliments fonctionnels, lesquels englobent tous les produits alimentaires censés contribuer à la prévention de maladies, au renforcement du tonus corporel ou à l'amélioration du bien-être physique. Il n'empêche que de nombreuses questions concernant la manière de traiter ces nouveaux produits relevant de la zone grise qui sépare les médicaments des denrées alimentaires n'ont pas encore été éclaircies de manière satisfaisante. Conclusion de la journée: une alimentation équilibrée est et reste la meilleure solution. Dans certains cas précis, il est toutefois indéniable que les aliments fonctionnels peuvent se révéler être un complément intéressant.