

AK-Test: Nahrungsergänzungsmittel sind unnötig und teuer

Utl.: Gesundheitsnutzen nicht belegt - Kennzeichnung unbefriedigend =

Wien (AK) - Jeder zweite Österreicher hat im Vorjahr zumindest einmal Nahrungsergänzungsmittel gekauft. Die AK hat 42 Produkte getestet: Meist sind die Mittel für alle gedacht, was uns am ehesten fehlt wird, in der Zusammensetzung aber kaum berücksichtigt. Manche Mittel sind auch für bestimmte Zielgruppen bestimmt, aber auch hier ist die Zusammensetzung fachlich nicht nachvollziehbar. Außerdem ist wissenschaftlich nicht belegt, dass Vitamine und Mineralstoffe in Pillenform einen Gesundheitsnutzen bringen, sagt AK Ernährungsexpertin Petra Lehner. Nur zwei waren ausreichend und richtig gekennzeichnet. Warnhinweise und der Hinweis, dass Nahrungsergänzungen kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung sind, fehlen fast überall.

Nahrungsergänzungsmittel boomen, und Konsumenten greifen gerne zu, wenn Gesundheit in Pillenform, schöne Haare, glatte Haut, höhere Leistungsfähigkeit oder Schutz vor Umwelteinflüssen durch Vitamine oder andere Substanzen versprochen wird. Oft wird der Eindruck erweckt, dass unsere Lebensmittel nährstoffarm wären und die benötigten Inhaltsstoffe nicht liefern, so Lehner. Alles falsch, unsere Nährstoffbedarf kann problemlos mit normalen Lebensmitteln gedeckt werden.

Die AK hat 42 Nahrungsergänzungsmittel wie Kapseln, Brause- oder Lutschtabletten in Drogeriemärkten gekauft. Die meisten Produkte sind Vitamin-Mineralstoffmischungen. Je mehr, umso besser, ist scheinbar die Devise, auch wenn die "Breite" an Substanzen physiologisch nichts bringt. Die Preise sind saftig - Konsumenten zahlen durchschnittlich 5,9 Euro für die Monatsration. Zudem sind Nahrungsergänzungen im Vergleich mit normalen Lebensmitteln, die den jeweiligen Wirkstoff enthalten, viel teurer. So kostet ein Traubenzuckerlutscher mit Vitamin C und Kalzium rund 28 Cent und enthält 17,5 mg Vitamin C. Ein Glas Orangensaft enthält mindestens das dreifache an Vitamin C und kostet genau so viel.

Die Kennzeichnung ist bei gut der Hälfte der Produkte ungenügend, da die jeweiligen Anteile, die ein Produkt zur Tagesbedarfsdeckung liefert, nicht angegeben werden. Das ist aber eine wesentliche

Information, um Werbeaussagen zu verifizieren und verschiedene Produkte zu vergleichen. Bei einem Viertel der Produkte suggerieren die Erklärungen am Etikett, dass eine ausreichende Versorgung mit Nährstoffen über die normale Ernährung nicht möglich ist. Das ist falsch, irreführend und nach der Nahrungsergänzungsmittel-Verordnung auch verboten, sagt Lehner. Die vorgeschriebenen Warnhinweise (außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren, nicht mehr als die empfohlene Tagesdosis einnehmen, Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung) sind nur auf zwei Produkten zu finden. Rechtlich ist das noch in Ordnung, da Restbestände abverkauft werden dürfen.

SERVICE: Tipps für Nahrungsergänzungsmittel unter www.konsumentenschutz.at.

~

Rückfragehinweis: AK Wien
Doris Strecker
Kommunikation
Tel.: (++43-1) 501 65 2677
<mailto:doris.strecker@akwien.at>
<http://wien.arbeiterkammer.at>

~

*** OTS-ORIGINALTEXT UNTER AUSSCHLISSLICHER INHALTLICHER
VERANTWORTUNG DES AUSENDERS ***

~

OTS0102 2004-04-15/11:05

~

151105 Apr 04

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20040415_OTS0102