

Das kommt mir nicht auf den Teller!

Wer Bio kauft oder vegetarisch isst, schätzt die gesundheitlichen Risiken von unerwünschten Stoffen höher ein als Personen, die konventionelle Lebensmittel einkaufen oder Fleisch essen.



Bevor Lebensmittel auf unseren Tellern landen, haben sie bereits vielfältige Produktionsprozesse hinter sich: Sie wurden in verschiedenen Betrieben verarbeitet, verpackt und oft über weite Strecken transportiert. Trotz vieler Vorsichtsmaßnahmen können Lebensmittel mit Kontaminanten verunreinigt werden. Kontaminanten sind Stoffe, die unabsichtlich während der Produktion oder des Transports in Lebensmittel geraten. Hierzu zählen unter anderem Schwermetalle und Dioxine, aber auch Stoffe wie Acrylamid, die erst während der Herstellung oder Zubereitung entstehen.

Kontaminanten als riskant bewertet

Die Kommunikation gesundheitlicher Risiken durch unerwünschte Stoffe in Lebensmitteln gehört zu den zentralen Aufgaben des BfR. Zu wissen, welche subjektive Einstellung die Bevölkerung zu Kontaminanten hat, ist Voraussetzung für eine zielgerichtete Risikokommunikation. In einer repräsentativen Studie hat das BfR daher mehr als 1.000 Personen ab 14 Jahren zur Bekanntheit und Risikoeinschätzung von Kontaminanten befragt. Dabei wurde deutlich, dass Lebensmittelkontaminanten ein wichtiges Thema für die Verbraucherinnen und Verbraucher darstellen: Das damit verbundene gesundheitliche Risiko wird häufig als hoch eingeschätzt. Zudem meidet knapp die Hälfte (49 %) der Befragten nach eigenen Angaben bewusst Lebensmittel, denen eine hohe Belastung mit Kontaminanten nachgesagt wird.

Ein weiterer Aspekt der BfR-Studie widmete sich der Frage, ob Ernährungsstile mit der Risikowahrnehmung von Kontaminanten zusammenhängen. Dafür wurden Aussagen von Personen verglichen, die Fleisch essen oder auf Fleisch verzichten, sowie Aussagen von Personen, die bevorzugt ökologisch oder konventionell erzeugte Lebensmittel einkaufen. Demnach schätzten Personen, die regelmäßig Bio-Lebensmittel einkaufen, das gesundheitliche Risiko von Kontaminanten höher ein als Personen, die vorwiegend konventionell einkaufen. Genauso sahen vegetarisch lebende Personen in Lebensmittelkontaminanten ein höheres gesundheitliches Risiko als Personen, die Fleisch essen. Wer Bio einkauft oder sich vegetarisch ernährt, gab zudem häufiger (67 % bzw. 57 %) als der Durchschnitt der Bevölkerung an, mit Kontaminanten belastete Lebensmittel bewusst zu vermeiden.

Unerwünscht ist nicht gleich unerwünscht

Während aus wissenschaftlicher Sicht vor allem Kontaminanten unerwünscht sind, stören sich Konsumentinnen und Konsumenten auch an zugelassenen Inhaltsstoffen in Lebensmitteln. Am häufigsten werden Geschmacksverstärker, Konservierungs- oder Aromastoffe als Beispiele für unerwünschte Stoffe genannt. Viele schätzen diese Stoffe als kritisch ein, obwohl, ausgehend von den tatsächlichen Verzehrsmengen, aus wissenschaftlicher Sicht kein Gesundheitsrisiko besteht. Um unbegründete Ängste zu zerstreuen, besteht eine Aufgabe der Risikokommunikation deshalb auch darin, zu erläutern, welche Substanzen als gesundheitlich unbedenklich bewertet wurden.

Spezifische Kontaminanten unterschiedlich bekannt

Die Befragung zu spezifischen Kontaminanten wie Dioxin in Eiern oder Milch, Arsen in Reis und Reisprodukten, Acrylamid in Pommes frites und getoastetem Brot, Benzpyren in Grillfleisch, Quecksilber in Fisch oder Pyrrolizidinalkaloiden in Tee und Honig ergab: Wer Bio einkauft, kannte fast alle Kontaminanten häufiger als Personen, die konventionell erzeugte Lebensmittel kaufen. Personen mit vegetarischer Ernährungsweise kannten nur die Kontaminanten in tierischen Produkten häufiger als Allesesser. Diese Wissensunterschiede hatten allerdings keinen Einfluss auf die Einschätzung des gesundheitlichen Risikos dieser Kontaminanten.

Die Studie zeigte, dass Vegetarierinnen und Vegetarier sowie Bio-Käuferinnen und Bio-Käufer das Gesundheitsrisiko von Kontaminanten zwar allgemein höher bewerten. Das gesundheitliche Risiko von konkreten Beispielen von Kontaminanten schätzten Personen, die Bio einkaufen oder vegetarisch essen, allerdings gleich hoch ein wie Personen, die Fleisch oder konventionell erzeugte Lebensmittel essen. Ob tatsächlich der Ernährungsstil Ursache für die Risikowahrnehmung von Kontaminanten ist oder ob die ablehnende Haltung zu Kontaminanten bestimmt, warum sich manche Menschen für einen vegetarischen bzw. ökologischen Lebensstil entscheiden – das sollte in weiteren Studien geklärt werden. ■

Mehr erfahren:
Koch et al. 2017. Risikowahrnehmung von Kontaminanten in Lebensmitteln. Bundesgesundheitsblatt 60: 7, 774–782 (Open Access)

Ernährungsstil beeinflusst Risikowahrnehmung zu Kontaminanten

Wenn Kontaminanten in Lebensmitteln enthalten sind: Inwiefern stellt das Ihrer Ansicht nach ein gesundheitliches Risiko dar?

1 = gar kein Risiko
5 = sehr hohes Risiko

