



verbraucherzentrale

#KLARTEXTnahrungsergänzung

KLARTEXT NAHRUNGSERGÄNZUNG – VERBRAUCHERZENTRALEN STARTEN WEBANGEBOT

Christa Bergmann, Leiterin Referat Lebensmittel, Verbraucherzentrale Sachsen- Anhalt

KLARTEXT NAHRUNGSERGÄNZUNG

- ❖ Konsum von NEM
- ❖ Versorgungslage in Deutschland
- ❖ Kauf-Motivation der Verbraucher
- ❖ Verbraucher im Info-Dschungel
- ❖ Internetangebot **Klartext-Nahrungsergaenzung.de** gibt verlässliche Antworten auf Verbraucherfragen
- ❖ Verbraucherpolitische Forderungen



KLARTEXT NAHRUNGSERGÄNZUNG

- ❖ **35 Prozent der Verbraucherinnen und Verbraucher** nehmen Nahrungsergänzungsmittel zu sich
- ❖ **Eine Milliarde Euro Umsatz** durch Nahrungsergänzungsmittel jährlich (allein in Supermärkten, Drogerien und (Internet-) Apotheken)
- ❖ **Trotz guter Nährstoffversorgung** in Deutschland



Foto: VZ Sachsen-Anhalt

GUTE NÄHRSTOFFVERSORGUNG IN DEUTSCHLAND

- ❖ **Stellungnahme der DGE: Nährstoffversorgung in Deutschland (DGE, 2012)**
Versorgung mit Nährstoffen hat heute ganzjährig ein hohes Niveau
- ❖ **Ergebnisse der Nationalen Verzehrstudie (NVS II)** Der weitaus größte Teile unserer Bevölkerung ist heute mit Nährstoffen ausreichend versorgt.
- ❖ Supplementverwender/innen sind bereits ohne Supplement überdurchschnittlich gut mit Nährstoffen versorgt.

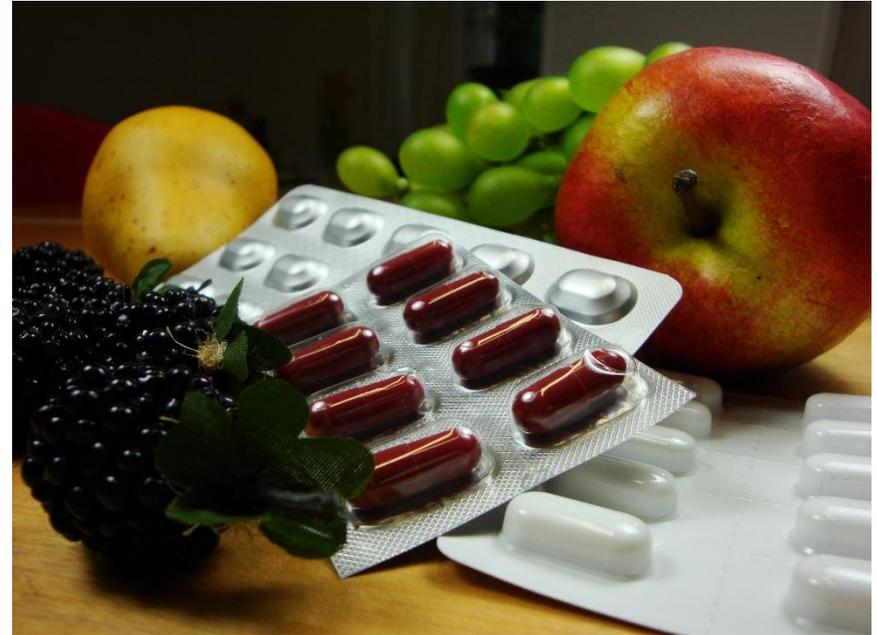


Foto: VZ Bayern

BEI AUSREICHENDER NÄHRSTOFFVERSORGUNG...

... führt die zusätzliche Nährstoffaufnahme

- ❖ zu keiner Verbesserung körperlicher Leistungen
- ❖ zu keiner Verbesserung geistiger Leistungen
- ❖ zu keiner Steigerung der Körperabwehr (Immunstatus)
- ❖ zu keiner Steigerung der Fertilität
- ❖ zu keiner nachweisbaren Verlangsamung des Alterungsprozesses

Health Claims!!

...ABER ZU RISIKEN EINER ERHÖHTEN NÄHRSTOFFAUFNAHME

- ❖ **Vitamin A und D**

(klass. Hypervitaminosen: A: Teratogene, D: Nierenverkalkung)

- ❖ **Vitamin K** (Gegenspieler von blutgerinnungshemmenden Medikamenten)

- ❖ **Vitamin C** (Nierensteine)

- ❖ **Vitamin B₆** (→ Neuropathien)

- ❖ **Eisen** (Eisenüberladung: KHK)

Keine Höchstmengen für Nahrungsergänzungsmittel festgelegt !

MARKTCHECK MAGNESIUM-PRODUKTE

- ❖ 42 Produkte insgesamt getestet
- ❖ 27 Produkte aus dem Einzelhandel
- ❖ 15 Produkte aus dem Internet



Foto: VZ Bayern

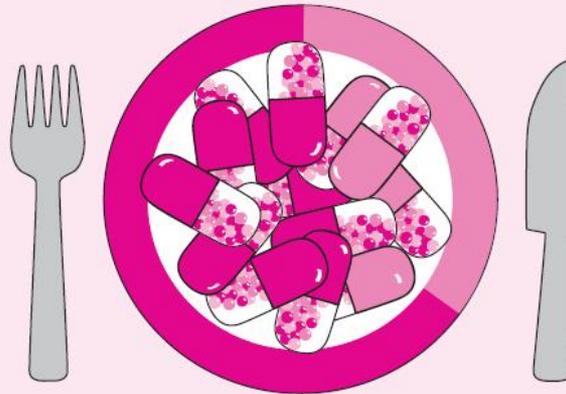
MARKTCHECK MAGNESIUMPRÄPARATE

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL MIT MAGNESIUM: HÄUFIG ÜBERDOSIERT!



Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) empfiehlt, höchstens 250 mg Magnesium pro Tag über Nahrungsergänzungsmitteln aufzunehmen.

64% der Produkte sind im Magnesiumgehalt überdosiert.



verbraucherzentrale

Quelle: Marktcheck „Magnesiumhaltige Nahrungsergänzungsmittel“ von Klartext-Nahrungsergänzung.de, September 2016,
© Verbraucherzentralen, Datenbasis: 42 magnesiumhaltige Nahrungsergänzungsmittel aus dem Einzelhandel und Internet
Das Projekt Klartext-Nahrungsergänzung.de wird vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft gefördert.

verbraucherzentrale

WEITERE ERGEBNISSE DES MARKTCHECKS MAGNESIUM-PRODUKTE

- ❖ **Überdosierungen** in verschiedenen Produkten:
zu viel Zink, Folsäure, Vitamin C oder Vitamin B6
- ❖ **Unzulässige Werbeaussagen:**
bei zwei Prozent der Produkte aus dem Einzelhandel und 40 Prozent der Internetprodukte
- ❖ **Vorgeschriebene Warnhinweise** fehlen bei vielen Internetangeboten



Foto: VZ Bayern

„SONSTIGE STOFFE“ IN NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTELN

- ❖ Nicht essentielle Spurenelemente:
Silizium, Bor, Vanadium ...
- ❖ Ungesättigte Fettsäuren (Omega-3-Fettsäuren)
- ❖ Einzelne Aminosäuren (→ Gefahr von Imbalanzen)
- ❖ Pflanzenextrakte/-zubereitungen (Botanicals) u.a.



Foto: VZ Sachsen-Anhalt

- ❖ **Die Nem-V regelt weder, welche sonstigen Stoffe in Nahrungsergänzungsmitteln eingesetzt werden dürfen noch in welcher Qualität und Menge.**

STELLUNGNAHME DES BFR VOM 23.1.2013

- ❖ Menschen, die sich ausgewogen ernähren, brauchen keine Nahrungsergänzungsmittel.
- ❖ Die meisten Bürger sind über normale Lebensmittel mit Vitaminen und Mineralstoffen gut versorgt.
- ❖ Sie decken damit den zum Lebens notwendigen Bedarf ab.
- ❖ Darüber hinaus haben Vitamine und Mineralien keinen Nutzen – aber möglicherweise Risiken.

KAUFMOTIVATION

- ❖ **Für die Gesundheit förderliche Wirkung erwartet**, forsa-Umfrage i.A. Verbraucherzentralen, 2016
- ❖ **Vorbeugung, Linderung und Heilung von Krankheiten erwartet**, wird aus den Anfragen bei den Verbraucherzentralen deutlich
- ❖ **Widerspricht ihrer eigentlichen Zweckbestimmung: EU-RL (Erwägungsgrund 15) geht davon aus:**

„Nahrungsergänzungsmittel werden von den Verbrauchern zur Ergänzung der Zufuhr aus der Ernährung gekauft“

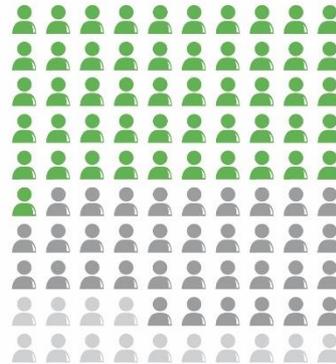
REPRÄSENTATIVE UMFRAGE

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL: FÖRDERLICH ODER SCHÄDLICH?



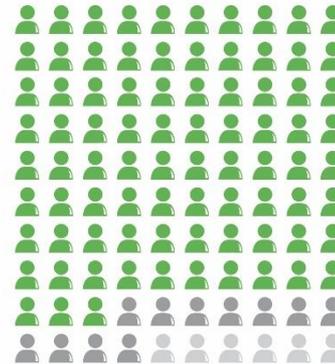
Alle Befragten

51 % förderlich
35 % schädlich
14 % weiß nicht



Verwender von Nahrungs-
ergänzungsmitteln

83 % förderlich
11 % schädlich
6 % weiß nicht



Die Hälfte aller Befragten und der Großteil der Verwender von Nahrungs-
ergänzungsmitteln glauben, dass die Produkte die Gesundheit fördern.

verbraucherzentrale

Quelle: Repräsentative forsa-Umfrage im Auftrag von Klartext-Nahrungsergänzung.de, September 2016, © Verbraucherzentralen
Datenbasis: 1.001 Befragte, davon haben 35 Prozent in den letzten sechs Monaten eines oder mehrere Nahrungsergänzungsmittel
selbst verwendet. Das Projekt Klartext-Nahrungsergänzung.de wird vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft gefördert.

verbraucherzentrale

VERBRAUCHER IM INFO-DSCHUNGEL



Sind das jetzt eigentlich
**Lebensmittel oder
Arzneimittel?**



Foto: VZ NRW

PRÄSENTATION IM HANDEL

Arzneitee

Arzneimittel

Medizinprodukt
zum Abnehmen

MedProd
(Pflaster)

Kosmetik



NEM / Vit.

Arzneimittel
& NEM,
beide mit
Pflanzen-
auszügen

Foto: VZ NRW

VERBRAUCHER IM INFO-DSCHUNGEL



Sind das Lebensmittel oder Arzneimittel?



Foto: VZ NRW

VERBRAUCHER IM INFO-DSCHUNGEL



Nebeneinander im Regal:
Nur, was ist Lebensmittel,
was Arzneimittel?



Foto: VZ NRW

VERBRAUCHER IM INFO-DSCHUNGEL



Sind das **Lebensmittel** oder **Arzneimittel**?

Klarer Krankheitsbezug in Werbeanzeigen!

Es wird behauptet, dass das NEM „Antarktis-Krill-Care“ bei Rheuma und Arthrose von Gelenkschmerzen befreit.

Werbung – Aufgepasst!

Wer spricht denn da?

Getarnt als ein Artikel behauptet diese Anzeige, dass „Antarktis-Krill-Care“ bei Rheuma und Arthrose von Gelenkschmerzen befreit. Die Erfolgsgeschichte eines Betroffenen soll Glaubwürdigkeit erzeugen – aber Einzelfallberichte erlauben keine Aussage über den Nutzen eines Produkts. Und etwas Kurioses fiel uns auf: Die „persönlichen“ Zitate finden sich in anderen Anzeigen für das Produkt, nur mit anderen Personennamen und anderen Gesichtern. Gleichlautende Textpassagen wurden übrigens schon vor drei Jahren für ein ähnliches, aber anders zusammengesetztes Produkt verwendet.¹

Schmerzfrei?
Nahrungsergänzungsmittel sind keine wirksamen Schmerzmittel.

Neu?
Krill und seine Inhaltsstoffe sind seit Langem bekannt und wissenschaftlich untersucht.

Werbung?
Den vorgeschriebenen Hinweis „Anzeige“ muss man mit der Lupe suchen.

Schutz für Gelenke?
Diese Werbebehauptung ist für Krillöl definitiv nicht erlaubt.²

Führende Wissenschaftlerin?
Die Dame arbeitet für den kanadischen Krillöl-Hersteller Neptune.³

„Antarktis-Krill-Care“ ist ein Nahrungsergänzungsmittel (Anbieter: P.M.C. Handels GmbH). Es enthält hauptsächlich aus Meereskreben (Krill) hergestelltes Öl und kostet monatlich über 200 €.⁴ Ein Nutzen von Krillöl zur Schmerzbehandlung bei Gelenkerkrankungen ist nicht überzeugend durch wissenschaftliche Studien belegt. Die Europäische Kontrollbehörde EFSA hat deshalb schon die weichere Behauptung „hilft die Behaglichkeit empfindlicher Gelenke zu verbessern“ nicht erlaubt.² Wer unter Arthrose leidet, sollte sich ärztlich beraten lassen (GPS/ 2/2016, S. 12).

1 Antarktis-Krill-Komplex www.horizonet.net (Suchbegriff Krill) (Abruf 19.8.2016)
 2 EFSA (2012) Scientific Opinion. EFSA Journal 10, S. 3003
 3 <http://neptunecorp.com/en/meet-neptunes-tina-sampalis-m-d-ph-d/> (Abruf 18.8.2016)
 4 Gemäß Dosierungsempfehlung, 69,50 € für 60 Kapseln
 Abbildung: Werbeanzeige aus Das goldene Blatt Nr. 33, 13.8.2016

Quelle: „Gute Pillen- Schlechte Pillen, Nr.5, Oktober 2016

VERBRAUCHER IM INFO-DSCHUNGEL



Multivitamine für Kinder
oder Multivitamin-Bärchen für
Kinder:

Wo liegt der
Unterschied?



Fotos: VZ NRW

VERBRAUCHER IM INFO-DSCHUNGEL



Solche **Schlankheitsmittel** kann ich auf deutschen Internetmarktplätzen kaufen.

Nun höre ich, sie enthalten lebensgefährliches Sibutramin und/oder Phenolphthalein!



Fotos: VZ NRW und Sachsen-Anhalt

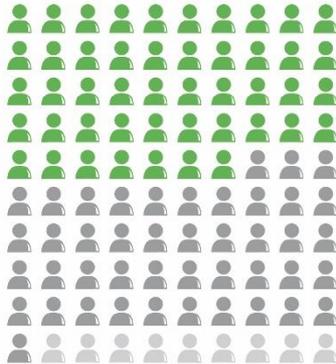
REPRÄSENTATIVE UMFRAGE

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL: WERDEN SIE STAATLICH GEPRÜFT?



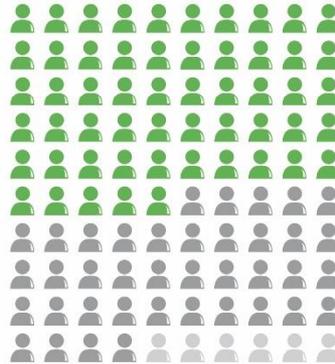
Alle Befragten

47 % ja
44 % nein
9 % weiß nicht



Verwender von Nahrungs-
ergänzungsmitteln

55 % ja
39 % nein
6 % weiß nicht



Fast die Hälfte aller Befragten denkt, dass die Produkte auf ihre Wirksamkeit und Sicherheit staatlich geprüft werden.

verbraucherzentrale

Quelle: Repräsentative forsa-Umfrage im Auftrag von Klartext-Nahrungsergänzung.de, September 2016, © Verbraucherzentralen
Datenbasis: 1.001 Befragte, davon haben 35 Prozent in den letzten sechs Monaten eines oder mehrere Nahrungsergänzungsmittel selbst verwendet. Das Projekt Klartext-Nahrungsergänzung.de wird vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft gefördert.

verbraucherzentrale

PROBLEME MIT NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTELN

- ❖ **Werbung** fördert hohe Verbrauchererwartungen
- ❖ Unklare Abgrenzung zu **Arzneimitteln**
- ❖ **Gesetzeslücken:**
Keine Höchstmengen, fehlende Regelungen für sonstige Stoffe
- ❖ Gefahr von **Überdosierung**
- ❖ **Wechselwirkung mit Medikamenten**
- ❖ **Gesundheitsschädliche Stoffe insb. im Internethandel**
- ❖ Unzureichende Überwachung von **Sicherheit und Wirksamkeit**
- ❖ Internetangebot ***Klartext-Nahrungsergaenzung.de*** gibt verlässliche Antworten auf Verbraucherfragen

KLARTEXT NAHRUNGSERGÄNZUNG

ZIELE:

- ❖ Verbraucherkompetenz
- ❖ Risikobewusstsein
- ❖ Partizipation der Verbraucher
- ❖ Marktbeobachtung
- ❖ Interessenvertretung



Quelle: Bogdan Suditu <https://flic.kr/p/4C85kT>

VORSTELLUNG DER WEBSITE

Themen | Beratung | Shop | Presse | Wir über uns

Klartext Nahrungsergänzung

← Zurück zum Themenbereich Nahrungsergänzung



Klartext Nahrungsergänzung

Produkte und Informationen | Ihre Anfrage | Ihre Beschwerde | Markt und Meinung



Foto: Verbraucherzentrale

Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium sind die beliebtesten in Deutschland.
Grund genug für uns nachzuforschen, was tatsächlich in ihnen steckt. Auch die Werbung haben wir unter die Lupe genommen.

weiterlesen

Produkte und Informationen
Zu Nutzen und Risiken, rechtlichen Hintergründen und Produktgruppen von Nahrungsergänzungsmitteln.

Ihre Anfrage
Haben Sie Fragen an unser Expertenteam? Sie können hier auch in unseren Antworten stöbern.

Ihre Beschwerde
Unzufrieden mit einem Nahrungsergänzungsmittel? Melden Sie es hier.

Suche
Zu suchende Schlüsselwörter

Suchen

Beschwerde-Ticker

18.01.2017
Das findet sogar der Apotheker furchtbar
Elevit 1
Vitamin A-Gehalt bei einem Nahrungsergänzungsmittel in der Schwangerschaft ist viel zu hoch. Darauf wird nirgendwo hingewiesen. Man muss schon ganz genau im Kleingedruckten schauen und sich...
→ Weiterlesen

17.01.2017
Der Arzt als Vertriebspartner
Haifischknorpelpulver
Meine Mutter ist wegen Arthrose im Kniegelenk bei einem Orthopäden in Behandlung. Bei ihrem letzten Praxisbesuch hat sie ein Haifischknorpelpulver für 100 Euro als Unterstützung der Therapie...
→ Weiterlesen
→ Weitere Beschwerden

INTERNETANGEBOT DER VERBRAUCHERZENTRALEN



VERBRAUCHER HABEN FRAGEN.



WIR GEBEN ANTWORTEN.

- ❖ Zu Wirksamkeit und Sicherheit
- ❖ Zu möglichen Risiken und unerwünschten Wirkungen
- ❖ Zur Kennzeichnung
- ❖ Zur Werbung
- ❖ Zu Vertriebswegen
- ❖ Zu problematischen Produkten
- ❖ Zum Nährstoffbedarf und natürlichen Quellen

www.klartext-nahrungsergänzung.de

INTERNETANGEBOT DER VERBRAUCHERZENTRALEN

WAS TUN WIR NOCH ?

- ❖ Wir **beobachten und analysieren den Markt**, decken Missstände auf und zeigen Lücken in Gesetzgebung und Kontrolle.
- ❖ Wir **informieren die Öffentlichkeit** über problematische Produkte und leiten ggf. rechtliche Schritte ein.
- ❖ Wir ermöglichen eine **aktive Beteiligung der Verbraucher** durch Fragen und Beschwerden sowie regelmäßige Umfragen.



POLITISCHER HANDLUNGSBEDARF

FORDERUNGEN DER VERBRAUCHERZENTRALEN UND DES VZBV:

- ❖ Gesetzliche Höchstmengenfestlegungen
- ❖ Positivliste für „sonstige Stoffe“, insbesondere Pflanzenzubereitungen
- ❖ Bis dahin:
 - Nationales Zulassungsverfahren
 - Nationale, öffentlich zugängliche Datenbank aller in Deutschland zugelassenen Nahrungsergänzungsmittel
 - Einrichtung einer nationalen Meldestelle für unerwartete (Neben-) Wirkungen von Nahrungsergänzungsmitteln (Nutriviigilanzsystem)





verbraucherzentrale

KLARTEXT NAHRUNGSERGÄNZUNG – VERBRAUCHERZENTRALEN STARTEN WEBANGEBOT

Vielen Dank!