



# AK NEM

Arbeitskreis Nahrungsergänzungsmittel  
im Lebensmittelverband Deutschland e.V.

Lebensmittelverband  
Deutschland e.V.  
Arbeitskreis  
Nahrungsergänzungsmittel  
Postfach 06 02 50  
10052 Berlin  
Claire-Waldoff-Straße 7  
10117 Berlin

Tel. +49 30 206143-0  
Fax +49 30 206143-190  
info@lebensmittelverband.de  
lebensmittelverband.de

Büro Brüssel  
Avenue des Nerviens 9–31  
1040 Brüssel, Belgien  
Tel. +32 2 508 1023  
Fax +32 2 508 1025

## Positionspapier

### Was der SPIEGEL verschweigt – die Wahrheit über Nahrungsergänzungsmittel

**In der Ausgabe 23/2023 vom 3. Juni macht der SPIEGEL groß auf mit einem Anti-Nahrungsergänzungsmittel-Leitartikel, dessen Vorwürfe genauso undifferenziert wie unzutreffend sind.**

Die SPIEGEL-Autoren Jörg Blech und Martin U. Müller wollen die Öffentlichkeit vor dem „gefährlichen Geschäft mit Vitaminen, Mineralstoffen und Pflanzenextrakten“ warnen. Tatsächlich muss man aber die Öffentlichkeit vor Artikeln wie diesen warnen, die in einer unseriösen Art und Weise journalistische Grundstandards vermissen lassen und die Hersteller von Nahrungsergänzungsmitteln ebenso diskreditieren wollen, wie die Produkte selbst. Wir nehmen Stellung:

#### **Nahrungsergänzungsmittel sind Lebensmittel – und halten was sie versprechen!**

Nahrungsergänzungsmittel haben einen eindeutigen Zweck: die tägliche Ernährung mit Vitaminen, Mineralstoffen und anderen Nährstoffen zu ergänzen. So tragen sie zur ausreichenden Nährstoffversorgung und zum Erhalt der Gesundheit bei – indem sie helfen Versorgungslücken auszugleichen und Mangelerscheinungen gar nicht erst auftreten zu lassen. Heilsbringer und Wundermittel sind sie nicht und sollen sie auch nicht sein. Das behauptet auch kein seriöser Anbieter. Keinem Lebensmittel, und damit auch keinem Nahrungsergänzungsmittel, dürfen Eigenschaften der Vorbeugung, Behandlung oder Heilung einer Krankheit zugeschrieben werden – das ist Aufgabe der Arzneimittel. Angaben zu den gesundheitsförderlichen Eigenschaften von Lebensmitteln und deren Inhaltsstoffen, auch von Vitaminen und Mineralstoffen, dürfen nur gemacht werden, wenn sie wissenschaftlich geprüft und vom Gesetzgeber zugelassen worden sind. Eine vergleichbar strenge Regelung gibt es bei Arzneimitteln nicht. Es ist deshalb sicher kein Zufall, dass die Autoren Beispiele problematischer Produkte und Gesundheitsversprechen aus dem Internet anführen, wo in allen Bereichen, nicht nur bei Lebensmitteln, die Überwachung und Kontrolle des Marktes eine besondere Herausforderung darstellen. Vor unseriösen Praktiken und Produkten im Internet zu warnen, ist sinnvoll. So zu tun, als repräsentierten diese Produkte den Markt, ist ebenso unzutreffend wie unseriös.

#### **Hersteller in Deutschland nehmen ihre Verantwortung und ihre Kunden ernst**

Seriöse Hersteller von Nahrungsergänzungsmitteln, wie die Mitglieder des Arbeitskreises Nahrungsergänzungsmittel (AK NEM) im Lebensmittelverband Deutschland, stellen qualitativ hochwertige Produkte her. Sie sind weder gepanscht, noch verunreinigt, noch mit gefährlichen Stoffen versehen. Diese Unterstellung weist der AK NEM entschieden zurück. Die Hersteller agieren auch nicht im rechtsfreien Raum, wie die Autoren suggerieren. Zudem sind Nahrungsergänzungsmittel im Vergleich zu Arzneimitteln nicht von geringerer Qualität und auch nicht weniger reguliert. Nahrungsergänzungsmittel unterliegen nur einem anderen Rechtssystem,

nämlich den spezifischen Vorgaben für Nahrungsergänzungsmittel und zusätzlich den umfangreichen gesetzlichen Vorgaben des europäischen Lebensmittelrechts, die die Sicherheit aller Lebensmittel garantieren. Diese Vorgaben sind der Grund dafür, dass Lebensmittel aus Europa allgemein und Nahrungsergänzungsmittel im Besonderen weltweit für ihre Qualität und ihre Sicherheit bekannt sind. Deshalb sind auch Nahrungsergänzungsmittel in deutschen Supermärkten, Drogerien und Apotheken sicher. Sind sie es nicht, werden sie aus dem Markt zurückgerufen. Rückrufe von Produkten aus dem Markt sind somit kein Beweis für Chaos, sondern im Gegenteil der Beleg dafür, dass die Qualitätssicherung der Unternehmen und die Lebensmittelüberwachung funktionieren.

### **Hersteller setzen sich für klare Vorgaben und europaweit einheitliches Vorgehen ein**

Mit Blick auf die Dosierungen von Vitaminen und Mineralstoffen fordert die Branche seit Jahren, dass europaweit einheitliche Höchstmengen festgelegt werden und hat dazu ganz konkrete Vorschläge gemacht. Auch mit Blick auf Pflanzenextrakte ist es mitnichten so, dass sich die Branche gegen produktspezifische Vorgaben in Bezug auf Auslobung, Qualität und Sicherheit wehrt. Im Gegenteil: Der europäische Branchenverband hat mit Unterstützung des AK NEM schon vor über zehn Jahren einen Ansatz für eine europäische Regelung von Pflanzen und Pflanz Zubereitungen in Nahrungsergänzungsmitteln entwickelt, der auf einem europaweiten Anzeigeverfahren, Listen mit erlaubten Pflanzen und zulässigen gesundheitsbezogenen Aussagen, festgelegten Qualitätskriterien und einem Meldesystem für eventuell auftretende unerwünschte Nebenwirkungen fußt. Beides ist im Interesse der Branche, um sich und seine Kunden vor den illegalen Angeboten, insbesondere im Internet, noch besser zu schützen – und um pauschalen Anfeindungen der Produktkategorie endgültig den Nährboden zu entziehen.

### **Verbraucher nehmen ihre Verantwortung ernst und ergänzen ihre Ernährung verantwortungsbewusst**

Erfreulicherweise folgen die Verbraucher bereits heute dem Rat der Autoren und lassen den gesunden Menschenverstand walten. Sie gehen nämlich nachweislich verantwortungsbewusst mit Nahrungsergänzungsmitteln um. Laut einer Umfrage des Meinungsforschungsinstituts IPSOS im Auftrag des europäischen Dachverbands der Hersteller von Nahrungsergänzungsmitteln, Food Supplements Europe, die in 14 EU-Ländern durchgeführt wurde, gaben 85 Prozent der Befragten an, die vom Hersteller angegebenen Verwendungshinweise zu befolgen. Fast genauso viele der Befragten (82 Prozent) antworteten, dass sie immer oder meistens auf das Etikett schauen, um sich über die empfohlene tägliche Verzehrsmenge zu informieren. Mehr als zwei Drittel der Studienteilnehmer (69 Prozent) waren der Meinung, dass die Produktkennzeichnungen, wie beispielsweise die Informationen zu den Inhaltsstoffen, leicht zu verstehen sind. Dies bestätigt auch die von den Autoren zitierte Umfrage des Verbraucherzentrale Bundesverbands. So heißt es in dem Report: *„Die Befragten fühlen sich über mögliche Gesundheitsrisiken von Nahrungsergänzungsmitteln mehrheitlich sehr gut oder eher gut informiert.“*

### **Die Versorgung mit Mikronährstoffen ist auch in Deutschland oftmals unzureichend**

Immerhin weist der Artikel selbst, wenn auch nur im letzten Satz, darauf hin, dass es Lebensphasen oder Lebensstile gibt, die eine Nahrungsergänzung für bestimmte Mikronährstoffe sinnvoll machen oder gar erfordern, z. B. eine Schwangerschaft oder eine vegane Lebensweise. Doch davon abgesehen haben nicht nur diese beiden Bevölkerungsgruppen Schwierigkeiten, sich Vitamine und

Mineralstoffe in ausreichender Menge zuzuführen. So erreichen über die Hälfte der Frauen die Zufuhrempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für Eisen nicht und nachweislich sind 60 Prozent der Deutschen, gemessen an Blutwerten, nicht ausreichend mit Vitamin D versorgt – um nur zwei Beispiele zu nennen. Richtig ist, dass eine ausgewogene, bunte und vielfältige Ernährung, die alle Lebensmittelgruppen einschließt, zu einem ausreichenden Versorgungsstatus beitragen müsste. In der Realität wird diese Ernährungsweise aber nur von den Wenigsten kontinuierlich umgesetzt, sodass sie nicht optimal mit allen Nährstoffen versorgt sind. Dies führt natürlich nicht automatisch zu einem Mangel. Das Risiko für eine Unterversorgung steigt jedoch unstrittig. Eine moderne, meist hektische berufliche und private Welt, alternative Lebensstile, bestimmte Geschmackspräferenzen, ethische oder religiöse Bedenken – es gibt viele Gründe dafür, die Ausgewogenheit der Ernährung zu vernachlässigen oder bewusst auf bestimmte Lebensmittel zu verzichten. In diesem Fall bieten Nahrungsergänzungsmittel als Teil der täglichen Ernährung eine Möglichkeit, die Nährstoffversorgung sicherzustellen, so wie es ihr Sinn und Zweck ist. Der europäische Gesetzgeber hat dies schon vor 21 Jahren erkannt und deshalb den gesetzlichen Rahmen für die Produkte beschlossen, der noch heute gilt und sich bewährt hat.

### **Information und Aufklärung sind wichtig für bewusste Kaufentscheidungen, die unzutreffende Diskreditierung der gesamten Branche ist es nicht**

Information und Aufklärung der Verbraucher über Sinn und Zweck von Nahrungsergänzungsmitteln und darüber, was sie leisten sollen und können und was sie nicht sind und können, ist auch über 20 Jahre nach Etablierung der Produkte in der Europäischen Union eine wichtige Aufgabe, der wir uns als AK NEM stellen. Wir leisten aus diesem Grund umfangreiche Aufklärungsarbeit, zum Beispiel in Form von **Broschüren** oder **Erklärfilmen** und stehen im engen Dialog mit den Behörden. Die aktuelle Darstellung im SPIEGEL-Artikel ist, genau wie die inhaltlich nahezu identischen Beiträge aus früheren Jahren, dazu nicht geeignet, denn sie zeichnet ein Zerrbild der Wirklichkeit und schürt bewusst Ängste. Eine zutreffende Berichterstattung könnte Konsumenten in ihrer Kompetenz stärken und für echte Sicherheitsprobleme sensibilisieren.

### **Arbeitskreis Nahrungsergänzungsmittel (AK NEM)**

Unter dem Dach des Lebensmittelverbands Deutschland ist der Arbeitskreis Nahrungsergänzungsmittel (AK NEM) eine Plattform für die Interessenvertretung sowie zum fachlichen Austausch über rechtliche und wissenschaftliche Fragestellungen zu Nahrungsergänzungsmitteln. Zu seinen Mitgliedern gehören neben den Herstellern von Nahrungsergänzungsmitteln auch Rohwarenhersteller sowie Dienstleister.

### **Lebensmittelverband Deutschland e. V.**

Der Lebensmittelverband Deutschland e. V. ist der Spitzenverband der deutschen Lebensmittelwirtschaft. Ihm gehören Verbände und Unternehmen der gesamten Lebensmittelkette „von Acker bis Teller“, also aus Landwirtschaft, Handwerk, Industrie, Handel und Gastronomie an. Daneben gehören zu seinen Mitgliedern auch private Untersuchungslaboratorien, Anwaltskanzleien und Einzelpersonen.