

Rück- und Seitenblicke im Zeitalter der Ernährungsver(w)irrung



Die in der ernährungswissenschaftlichen Forschung Tätigen wissen ein (leidvolles) Lied davon zu singen: Das Diktum des „publish or perish“ hat zwischenzeitlich ein publizistisches

Hochdruckgebiet erzeugt, welches zu einer Flut an neuen, oft verwirrenden Informationen führt. Mit dieser Diagnose vor Augen hat sich der Ernährungswissenschaftler Dr. Alexander Ströhle daran gemacht, die gegenwärtig grassierende „babylonische Ernährungsver(w)irrung“ analytisch aufzubereiten. Dabei stellt der Autor einen Rück- und Seitenblick auf das ernährungswissenschaftliche Werk von Werner Kollath (1892–1970) an, dem Nestor der Vollwerternährung, und beleuchtet dessen Einsichten im Lichte der aktuellen wissenschaftlichen Literatur. In vier Hauptkapiteln unterteilt, erfährt der Leser hier, wie es im Klappentext heißt „Informatives zu den Hintergrün-

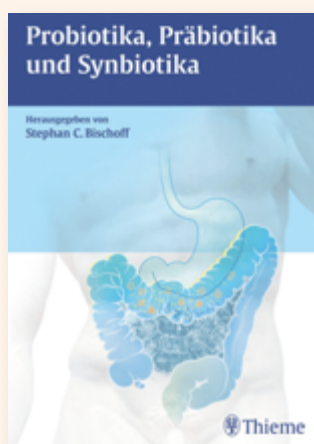
den und Ursachen widersprüchlicher Ernährungsempfehlungen, welche präventiv-medizinische Bedeutung der Ernährung und einzelnen Lebensmitteln zukommt, wie die typische westliche Ernährungsweise Übergewichtig und krank macht sowie die neuesten Forschungsergebnisse rund um das Sonnenvitamin D“. Tatsächlich stellt das Werk eine Fundgrube für Informationen dar, die hier nicht nur systematisch und intelligent aufbereitet, sondern auch mit Sprachwitz und Ironie präsentiert werden. Sowohl inhaltlich als stilistisch dürfte es auf dem deutschsprachigen Markt derzeit wenig Vergleichbares geben. Einziger Wehmuts tropfen: Mit 108 Seiten ist das Werk etwas

kurz geraten; ein zukünftiger Ausbau und eine Erweiterung der Themen also wünschenswert. Das Buch ist insbesondere Studierenden der Ernährungswissenschaft und verwandter Disziplinen sowie für Mittlerpersonen im Gesundheitswesen als leicht verdauliche, aber sehr sättigende Lektüre ans Herz zu legen. Im Zeitalter der „evidenzbasierten Medizin“ lautet das Urteil daher „überzeugend“! ■

Frank Döring, Kiel

Alexander Ströhle
Rück- und Seitenblicke im Zeitalter der Ernährungsver(w)irrung. Eine Hommage an Werner Kollath.
Ralf Reglin Verlag, Köln (2009)
108 Seiten, 19,80 €
ISBN: 3-930620-58-6

Probiotika, Präbiotika und Synbiotika



Seit vielen Jahren und in zunehmendem Umfang werden Probiotika, Präbiotika und Synbiotika Lebensmitteln zugesetzt, als Nahrungsergänzungsmittel angeboten und im medizinischen Bereich verwendet. Es gibt darüber bereits eine umfangreiche Literatur, leider aber auch viele

wissenschaftlich nicht belegte Werbebotschaften.

Der Herausgeber hat zusammen mit mehr als 50 weiteren Autoren – Medizinern, Mikrobiologen, Lebensmittelwissenschaftlern und Ernährungsfachleuten – eine umfassende Darstellung aller Aspekte dieser Wirkstoffgruppen zusammengetragen. In den beiden ersten Kapiteln werden die physiologischen und mikrobiologischen Grundlagen dargestellt: die Darmflora und das intestinale Immunsystem, die „Angriffspunkte“ für die Probiotika, sowie deren Taxonomie und Funktionen. Das dritte Kapitel ist dann der Prävention von Erkrankungen durch Probiotika und deren medizinischer Bedeutung gewidmet. Hier gehen die Autoren auf viele Krankheitsbilder ein, in denen die ge-

nannten Wirkstoffe sinnvolle Hilfen in der Ernährung bieten können, wie Diarrhöen, chronische Darmerkrankungen, Obstipation, Dickdarntumoren, Lebererkrankungen, Dermatitis und andere.

Wenngleich die medizinischen Aspekte im Vordergrund stehen, so wird doch nicht verschwiegen, dass Pro-, Prä- und Synbiotika keine Arzneimittel, sondern Lebensmittel sind. Sie unterliegen damit den lebensmittelrechtlichen Bestimmungen, was von manchen Anbietern geflissentlich übersehen wird, indem sie solche Präparate als Nahrungsergänzungsmittel oder funktionelle Lebensmittel anbieten. Es wird z. B. das Dilemma aufgezeigt, dass es keine sicheren Belege für grundsätzliche Unterschiede zwischen pro-

biotischen (fermentierten) Milcherzeugnissen und probiotischen Mikroorganismen-Präparaten gibt. Lebensmittelrechtlich darf deshalb bei letzteren also allenfalls ein präventiver Einsatz beworben werden, nicht aber krankheitsbezogene Effekte.

Es ist dem Herausgeber gut gelungen, die vielen Einzelbeiträge zu einem leicht benutzbaren Gesamtwerk zu vereinigen, welches eine Lücke im Schrifttum schließt und in die Handbibliothek jedes Ernährungswissenschaftlers gehört. ■

Erich Lück, Bad Soden a. T.

Stephan C. Bischoff (Hg)
Probiotika, Präbiotika und Synbiotika
Georg Thieme Verlag (2009)
320 Seiten, gebunden, 39,95 €
ISBN 978-3-13-144891-0

Internetportale der Europäischen Union zum Thema Lebensmittelqualität und -sicherheit

www.eufic.org

Herausgeber: Europäisches Informationszentrum für Lebensmittel (wird von der Europäischen Kommission und der europäischen Lebensmittel- und Getränkeindustrie mitfinanziert)



Was macht EUFIC?

EUFIC (The European Food Information Council, Hauptsitz in Brüssel) ist eine gemeinnützige Organisation, die fundierte und für Konsumenten leicht verständliche Informationen über Lebensmittelsicherheit und -qualität sowie Gesundheit und Ernährung liefert. Das Institut hat sich zur Aufgabe gemacht, das Verständnis und die Kenntnisse der Konsumenten zu diesen Themen zu verbessern und sie über ihre aktive Rolle aufzuklären. Alle veröffentlichten Informationen werden von den Mitgliedern des Wissenschaftlichen Beratungsgremiums des EUFIC (Scientific Advisory Board – SAB) geprüft. Das Gremium umfasst eine Gruppe von Expert/innen aus ganz Europa, die EUFIC bei seinen Informations- und Kommunikationsprogrammen beraten und gewährleisten, dass alle Daten wissenschaftlich belegt und inhaltlich korrekt sind. EUFIC wird von einem Vorstandsgremium geleitet,

dessen Mitglieder von den Mitgliedsunternehmen (u. a. Coca-Cola, Danone, Ferrero, Kraft Foods, McDonald's, Nestlé, Procter & Gamble, Südzucker, Unilever und Yakult) ernannt werden. Alle Mitglieder haben sich mit der Transparenzverpflichtung des EUFIC einverstanden erklärt.

Was findet man auf der Seite?

Die Seite ist zunächst in neun Rubriken unterteilt. Informationen in deutsch finden sich zu den Themen Lebensmittelsicherheit & Qualität,

Lebensmitteltechnologie, Ernährung, Gesundheit & Lebensstil sowie ernährungsbedingte Krankheiten. Weitere Rubriken, die leider nur in Englisch verfügbar sind, sind Consumer Insights, Food for Thought oder EU-Initiativen. Zu den jeweiligen Bereichen lassen sich verschiedene Unterthemen öffnen, jeder Text steht auch als pdf zum Download zur Verfügung. Besonders ausführlich ist der Beitrag zu „Funktionellen Lebensmitteln“. Auch die Artikel zu ernährungsbedingten Krankheiten sind einfach, aber informativ dargestellt. Die Seite ist ansprechend und modern gestaltet und bietet Basisinformationen in vielen Bereichen. Sie eignet sich gut für Laien und scheint trotz der Unternehmensbeteiligungen an EUFIC recht neutrale Informationen zu liefern. Es macht Spaß, hier zu stöbern und sich z. B. in der Rubrik „Food Today“ über aktuelle Erkenntnisse im Ernährungsbereich zu informieren. ■

www.efsa.europa.eu

Herausgeber: Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA)

Was macht die EFSA?

Die EFSA (European Food Safety Authority) wurde von der EU im Jahr 2002 als Folge einiger Lebensmittelkrisen in den späten 1990er Jahren eingerichtet. Sie hat die Aufgabe, sämtliche Risiken der Lebensmittel- und Futtermittelsicherheit innerhalb der Lebensmittelkette zu bewerten und zu veröffentlichen. In ihrer Eigenschaft als Risikobewertungsbehörde erstellt sie auf der Grundlage wissenschaftlicher Forschung (die sie auch selbst finanziell unterstützen kann) wissenschaftliche Gutachten und Empfehlungen, welche als Arbeitsgrundlage für Politik und Gesetzgebung der Gemeinschaft dienen. Dies können z. B. Entscheidungen über genehmigungspflichtige Stoffe wie Pesticide oder Lebensmittelzusatzstoffe oder die Entwicklung neuer rechtlicher und politischer Rahmenbedingungen im Bereich der Ernährungsweise sein.

Die EFSA ist eine unabhängige europäische Behörde, die aus dem EU-Haushalt finanziert wird, aber unabhängig von der Europäischen Kommission, dem Europäischen Parlament und den EU-Mitgliedstaaten handelt.

Was findet man auf der Seite?

Für Informationssuchende ist vor allem der Bereich „Themen von A-Z“ interessant, der von Acrylamid über Antibiotikaresis-

tenz und Nanotechnologie bis Vogelgrippe Einblicke in die aktuelle Diskussion zu Themen der Lebensmittelsicherheit gibt. Im Bereich „Wissenschaftliche



Dokumente“ können wissenschaftliche Veröffentlichungen und Studien zu diesen Themen abgerufen werden, „Veranstaltungen“ informiert über themenbezogene Tagungen der EFSA.

Von besonderem aktuellem Interesse ist die Entwicklung der neuen Health Claims. Die EFSA ist beauftragt, die ordnungsgemäße Verwendung solcher Claims durch Unternehmen zu überprüfen. Neue Claims müssen von Unternehmen dazu bei der EFSA angemeldet werden. Unter der Rubrik „Nachrichten/News“ und dann „Häufig gestellte Fragen“ finden sich die wichtigsten Informationen: Was sind Health Claims (Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben), wie werden sie entwickelt und was sind die Anforderungen an einen Claim?

Wer Einblick in die Diskussion zur Lebensmittelsicherheit und der Zusammenarbeit auf europäischer Ebene erhalten will, sollte sich ein wenig Zeit nehmen und die Homepage der EFSA mal genauer ansehen. ■