

Lebensmittel mit gesundheitlichem Zusatznutzen

Liebe Leserinnen und Leser,



wir weisen Sie immer darauf hin, dass optimale Gesundheit sehr sehr viel mit gesunder Ernährung zu tun hat. Die Lebensmittelindustrie wirbt seit einigen Jahren vermehrt für Produkte, die einen "Zusatznutzen" haben. Zu diesem Themenkomplex möchte ich Sie heute mit einer Meldung informieren, dass es seit dem 1.7.2007 eine EU-Weite Neuregelung gibt, nach der solche "Zusatznutzen" belegt werden müssen.

Forschungs-Report informiert über funktionelle Lebensmittel

„Funktionelle Lebensmittel“ verzeichnen seit Jahren steigende Umsätze. Die Werbung verspricht durch den Genuss dieser Lebensmittel einen verbesserten Gesundheitsschutz. Beeinflusst werden sollen vor allem der Magen-Darmtrakt, das Herz-Kreislauf-System und der Knochenbau (Osteoporosevorbeugung). Darüber hinaus soll die Stimmung sowie die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit gesteigert werden. Vielen Verbraucher ist jedoch nicht ganz klar, was sich wirklich hinter dem Lebensmittel mit gesundheitlichem Zusatznutzen („functional food“) verbirgt. Darüber informiert nun die aktuelle Ausgabe des „Forschungs-Report“, das Wissenschaftsmagazin des Senats der Bundesforschungsanstalten.

Lebensmittelhersteller, die mit gesundheitsbezogenen Aussagen für ihr Produkt werben wollen, müssen in Zukunft belegen, dass die entsprechende Wirkung auch tatsächlich eintritt. Dies schreibt die neue Regelung der EU „Health-Claims“ vor, die ab dem 1. Juli 2007 gilt, berichtet Dr. Rolf Großklaus vom . Denn an probiotischen Milchprodukten, Cholesterinspiegel-senkenden Margarinen und an mit Vitaminen angereicherten Säften herrscht in deutschen Supermärkten kein Mangel. Aber was ist wirklich dran an den angepriesenen gesundheitsfördernden Wirkungen funktioneller Lebensmittel? Was ist wissenschaftlich erwiesen? Was bewirkt ein zuviel? So musste beispielsweise eine Studie in Finnland über - die Wirkung einer hohen Dosierung von Beta-Carotin auf das Lungenkrebsrisiko bei Rauchern – abgebrochen werden, als sich ein erhöhtes Risiko für die Studienteilnehmer ergab.

Über die vielfältigen Wirkungsweisen von probiotischen Milchprodukten informiert Dr. Michael de Vrese von der Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel (BfEL) in Kiel. Er konnte unter anderem nachweisen, dass ein regelmäßig verzehrter probiotischer Joghurt zwar nicht die

Häufigkeit von Erkältungskrankheiten, wohl aber Krankheitsdauer und -symptome verringern kann.

Die zahlreichen gesundheitsfördernden Stoffe, die in Obst und Gemüse vorhanden sind, werden nicht alle gleichermaßen von unserem Körper aufgenommen. Einige dieser gesundheitsfördernden „sekundären Pflanzenstoffe“ werden wieder ausgeschieden, ohne ihre positiven Wirkungen zu entfalten. So verdeutlicht Dr. Esther Mayer-Miebach von der BfEL in Karlsruhe am Beispiel des roten Tomatenfarbstoffs Lycopin, der auch in Hagebutten und Karotten vorkommt, wie leicht es ist "funktionelle Gemüseprodukte" selbst zu kreieren. Dies ist von großem Interesse, weil der so Lycopin nachweislich das Erkrankungsrisiko für Prostatakrebs senkt. Es gilt: Mehr Lycopin wird aus erhitzten Tomatenprodukten wie Tomatenmark, -soße oder -saft aufgenommen, weniger aus rohen Früchten. Auch erhitzte Karottenpürees enthalten deutlich mehr bioverfügbares Lycopin als die rohen Möhren. Fleischforscher der BfEL in Kulmbach berichten über ihre Versuche, Lycopin in Wurstwaren zu "verpacken".

Beinflusst werden kann die Konzentration bestimmter gesundheitsrelevanter Stoffe in Fleisch- und Wurstwaren auch durch die Fütterung der Tiere. Professor Gerhard Flachowsky von der Bundesforschungsanstalt für Landwirtschaft (FAL) in Braunschweig zeigt dies am Beispiel von Jod: Der Jodgehalt in der Milch lässt sich durch Jodzugabe in der Tiernahrung erheblich steigern. Allerdings stellt sich auch die Frage, ob es nicht auch zu einer Überversorgung kommen kann. Und, wie kann man dieser begegnen?

Neben dem Schwerpunktthema „Funktionelle Lebensmittel“ informiert der aktuelle Forschungs-Report über die derzeitige Zeckensituation und über Nützlinge im Gewächshaus. Der 56-seitige Forschungs-Report 1/2007 kann kostenlos bezogen werden über die Geschäftsstelle des Senats der Bundesforschungsanstalten, Bundesallee 50, 38116 Braunschweig. E-mail:michael.welling@fal.de, Tel.: 0531 / 596-1016. Oder im Internet unter Forschungsreport.

Hauptaufgabe der Bundesforschungsanstalten ist es, wissenschaftliche Grundlagen als Entscheidungshilfen für die Ernährungs-, Landwirtschafts- und Verbraucherschutzpolitik des Bundes zu erarbeiten.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln