

Ernährung im Rampenlicht

PRESSE



TK-Beeren: Erhitzen schützt vor lebensmittelbedingten Erkrankungen

Mit Hepatitis-A oder Noroviren kontaminierte TK - Beeren waren in den letzten Jahren häufig Auslöser lebensmittelbedingter Krankheitsausbrüche. Die Ursache dafür kann etwa verunreinigtes Bewässerungswasser, unsachgemäße Düngung oder mangelnde Personalhygiene sein. Importe von TK-Beeren in die EU unterliegen mittlerweile verstärkten Kontrollen, bei denen auch immer wieder Kontaminationen mit Noroviren festgestellt werden. Im Einzelhandel wurde 2017 allerdings nur eine von 432 TK-Himbeer-Proben dazu beanstandet, bei TK-Erdbeeren war es 2015 ebenfalls nur eine von 150 Proben. In Beeren werden häufig auch Rückstände von Pflanzenschutzmitteln (größtenteils Mehrfachrückstände) nachgewiesen: bei 90 % der Erd-, Johannis- und Brom-beeren und bei zwei Drittel der Him- und Heidelbeeren. Bei Bio-Erdbeeren waren weniger als 25 % betroffen. Zu hohe Werte wiesen 2017 aber nur 0,4 % der Erdbeeren, 0,8 % der Him- bzw. Heidelbeeren und 5 – 10 % der Johannis- bzw. Brombeeren auf. Bei TK-Johannisbeeren waren 16,3 % betroffen, also fast doppelt so viele wie beim Frischobst. Es wird gründliches Waschen von frischem Obst bzw. Erhitzen von TK-Obst vor dem Verzehr empfohlen.

https://www.bvl.bund.de/DE/08_PresseInfothek/01_FuerJournalisten_Presse/01_Pressemitteilungen/01_Lebensmittel/20

Schadstoffe in Coffee-to-go-Bambusbechern?

Die Stiftung Warentest hat zwölf verschiedene Mehrwegbecher aus Bambus getestet und davon neun als mangelhaft beurteilt. Zwei wurden aufgrund der abgegebenen Schadstoffmengen und der Kennzeichnung negativ bewertet, fünf wegen irreführender Bewerbung als umweltfreundliche Alternative zu Einwegbechern.

Sieben Becher gaben bei der Befüllung mit heißer Flüssigkeit unzulässige Mengen an Schadstoffen ab. Die Verbraucherzentrale Bundesverband (vzbv) fordert nun ein Verbot von Bambusbechern mit Kunststoffanteil, da sie für Heißgetränke offenbar ungeeignet sind.

<https://lebensmittelpraxis.de/handel-aktuell/25050-verbraucherzentrale-bundesverband-vzbv-bambusbecher-mit-kunststoffanteil-verbieten-2019-07-23-10-01-09.html>

Arsen in österreichischen Schwammerln?

Wissenschaftler der Uni Graz analysierten mehr als 1.000 Proben von 230 heimischen Pilzarten. Die Ergebnisse zeigten generell eine starke Anreicherung aller Spurenelemente – Mineralstoffe wie auch Schwermetalle – in den Pilzen. Häufig wurde ein hoher Gehalt an anorganischem Arsen festgestellt, der auch den EU-Grenzwert für Reis von 0,2 mg/kg überschreitet. Die Aufnahme von hohen Arsen-Konzentrationen über einen längeren Zeitraum kann zu chronischen Vergiftungen führen. In üblichen Mengen verzehrt, sollten Pilze aber diesbezüglich keine Gefahr darstellen. Am konzentriertesten sind die Spurenelemente in den Röhren unter der Kappe. Um möglichst wenig potenziell schädliche Stoffe aufzunehmen, empfehlen die Forscher nur Stiel und Kappe zu verzehren oder Kulturpilze zu essen, da diese auf spurenelementarmen Substraten gezüchtet werden.

<https://chemie.uni-graz.at/de/neuigkeiten/detail/article/reiche-schwammerl-3/>

Mikrobiom: Gute Bakterien gegen Übergewicht?

Laut zahlreicher Studien ist die Zusammensetzung der Bakteriengemeinschaft im Darm eng mit der Neigung zu Übergewicht verbunden. Durch die Verpflanzung des entsprechenden Mikrobioms kann man Mäuse sogar dicker bzw. dünner machen. US-Forscher haben nun untersucht, welche Mikroben dafür verantwortlich sind und wie man sie beeinflussen kann. So sind Antibiotika, übertriebene Hygiene und ballaststoffarme Nahrung kontraproduktiv für „gute“ Bakterien. Auch Störungen des Immunsystems haben in Tierversuchen bei Mäusen das Mikrobiom nachhaltig negativ verändert und zu Übergewicht geführt. Es lagen im Gegensatz zu den gesunden Tieren nur wenig gutartige Clostridia-Stämme vor, die laut den Forschern eine zu hohe Fettaufnahme durch den Darm verhindern. Umgekehrt lagen sehr viele schwefelverarbeitende Bakterien vor, die wiederum den Clostridien entgegenwirken. Eine gezielte Behandlung von übergewichtigen Mäusen mit Clostridien führte zu Gewichtsabnahme bei den Tieren. Diese Ergebnisse könnten zukünftig auch für die Behandlung von übergewichtigen Menschen relevant sein.

<https://science.orf.at/stories/2989008>

Abgeschlossen – Aktualisierung der EFSA-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr

Mit der aktuellen Veröffentlichung für die Natrium- und Chloridaufnahme ist die Aktualisierung der Referenzwerte (Dietary Reference Values – DRV) für 34 Nährstoffe nach zehn Jahren abgeschlossen. Seit 2009 haben Wissenschaftler der EFSA auf Ersuchen der Europäischen Kommission an der Adaptierung der Werte aus den 1990er Jahren für alle Makronährstoffe, Vitamine und Mineralstoffe gearbeitet. Die DRVs sind Referenzwerte für die tägliche Nährstoffaufnahme der gesunden Bevölkerung und variieren je nach Alter und Geschlecht. Sie dienen etwa politischen Entscheidungsträgern bei der Erstellung von Leitlinien, Risikomanagern im Bereich der Lebensmittelkennzeichnung, Ernährungs- und Gesundheitsexperten für die Ernährungsbewertung und -planung oder auch Lebensmittelherstellern und Ernährungsforschern bei Produktformulierungen.

<http://www.efsa.europa.eu/de/press/news/updating-drvs-job-done-after-10-years-and-34-nutrients>

Deutschland: Vegetarische Ernährungspyramide adaptiert

Laut Ernährungsreport 2019 des BMEL ernähren sich in Deutschland etwa 6 % der Bevölkerung vegetarisch. Bei den 14- bis 29-Jährigen sind es ca. 11 %. Viele Fachgesellschaften beurteilen eine vegetarische Ernährung mit Milchprodukten und Eiern als geeignete Dauerkost. Neben den allgemein kritischen Nährstoffen Jod und Vitamin D gelten bei Vegetariern auch Eisen, Zink und langkettige Omega-3-Fettsäuren (EPA, DHA) sowie Vitamin B12 und Selen als problematisch. Unter Berücksichtigung dieser kritischen Nährstoffe wurde nun die Vegetarische Lebensmittelpyramide der Universität Gießen überarbeitet. Sie gilt allerdings nur für gesunde Erwachsene.

<https://www.bzfe.de/inhalt/die-giessener-vegetarische-lebensmittelpyramide-34424.html>

Fast Food: Übergewicht durch die tägliche Versuchung?

Amerikanische Wissenschaftler haben in einer neuen Studie einen Zusammenhang zwischen der Anzahl der Fastfood-Ketten auf dem Weg von und zur Arbeit und einem erhöhten Body-Mass-Index (BMI) beobachtet. Die Anzahl „normaler“ Restaurants korrelierte hingegen mit einem niedrigeren BMI. Als Versuchsgruppe dienten 710 Grundschulmitarbeiter aus Louisiana.

<https://www.bzfe.de/inhalt/kalorienfalle-auf-dem-heimweg-34487.html>

Österreich: Lebensmittelsicherheitsbericht 2018

veröffentlicht

Im 2018 erfolgten in Österreich rund 43.581 Betriebskontrollen, wobei bei 8,5 % der Betriebe Verstöße festgestellt wurden. Daneben wurden 25.743 Proben untersucht und begutachtet (AGES, LUA Kärnten, UI Vorarlberg), die Beanstandungsquote lag bei 16,9 %. Knapp 60 % davon betrafen die Etikettierung. Gesamt sinken die Beanstandungen somit.

<https://www.verbrauchergesundheit.gv.at/lebensmittel/lebensmittelkontrolle/LMSicherheit.html>

EFSA: Einführung der Beikost ab 6 Monaten empfohlen

Die EFSA hat sich der Frage gewidmet, ab welchem Alter in der Ernährung von Säuglingen mit der Fütterung von Beikost begonnen werden soll. Nach ernährungsphysiologischen Gesichtspunkten wird eine Ergänzung durch Beikost ab einem Alter von etwa 6 Monaten empfohlen. Nur bei der Gruppe von Säuglingen mit dem Risiko eines Eisenmangels (Frühgeborene, Eisenmangel der Mutter während der Schwangerschaft, u. a.) ist eine Zufütterung vor dem sechsten Lebensmonat empfehlenswert.

<https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.2903/j.efsa.2019.5780>

D: Nach Verbraucherbefragung kommt Nutri-Score

Die Verbraucherbefragung zu den verschiedenen Modellen der Nährwertkennzeichnung ist zugunsten des Nutri-Scores ausgefallen. Bundesministerin Klöckner will diesen nun in Deutschland einführen. Von 1.600 Befragten wählten 57 % dieses Modell, 28 % jenes des Max Rubner Instituts (MRI-Modell), 7 % Keyhole und 5 % das BLL-Modell. Entsprechende Testaufgaben zur Einordnung verschiedener Lebensmittel konnten beim Nutri-Score 70 % der Teilnehmer, beim MRI-Modell 60 % lösen. Insbesondere von Adipösen und Personen, die sich selten mit Lebensmittelinhaltsstoffen beschäftigen, wurde der Nutri-Score gut angenommen.

<https://lebensmittelpraxis.de/industrie-aktuell/25465-bundesministerin-fuer-ernaehrung-und-landwirtschaft-the-winner-is-nutri-score-2019-09-30-13-23-25.html>

Frailty-Syndrom – kann Obst und Gemüse Altersgebrechlichkeit verhindern?

Der Begriff Frailty oder Gebrechlichkeit beschreibt ein geriatrisches Syndrom, das durch eine allgemein erhöhte Anfälligkeit älterer Menschen gegenüber exogenen Stressfaktoren (Überlastung, Unruhe, Erkrankungen, etc.)

gekennzeichnet ist. Im Forschungsprojekt FRAILOMIC zur Verbesserung der Vorhersagbarkeit und Therapie des Frailty-Syndroms untersuchten Wissenschaftler Blutproben von 1.450 Studienteilnehmern aus Frankreich, Italien und Spanien. Die Probanden wurden in drei Gruppen eingeteilt: ohne Frailty-Syndrom, mit einer Vorstufe und mit entwickeltem Frailty-Syndrom. Die Blutanalysen ergaben bei der Gruppe mit Frailty-Syndrom niedrigere Werte an Vitamin D, Vitamin E und Carotinoiden und mehr oxidierte Proteine. Aus Sicht der Forscher verdeutlicht das Ergebnis die Bedeutung einer ausgewogenen, obst- und gemüsereichen Ernährung und die Relevanz des Mikronährstoffstatus als potentieller Biomarker für Frailty-Syndrom.

<https://www.bzfe.de/inhalt/obst-und-gemuese-gegen-altersgebrechlichkeit-34576.html>

Impfstoff gegen die Afrikanische Schweinepest?

Trotz erster gemeldeter Erfolge spanischer Forscher bei der Entwicklung, wird die Herstellung eines kommerziellen Impfstoffes gegen ASP aufgrund der Komplexität des Virus laut Experten noch einige Jahre dauern. Britische und belgische Wissenschaftler arbeiten derzeit an einem Virushemmer, der Wachstum und Vermehrung des Erregers eindämmen soll. Aktuell werden acht mögliche Stoffe auf ihre Wirksamkeit getestet. Vor illegalen, selbst hergestellten ASP-Impfstoffen wird in China gewarnt. Diese haben keine Wirksamkeitstests unterlaufen und könnten im schlimmsten Fall sogar zu einer erhöhten Verbreitung des Virus beitragen.

<https://www.topagrar.at/schwein/news/virushemmer-gegen-die-seuche-11822518.html>

Pilze: Herkunftsbestimmung durch Spurenelemente?

Forscher der Grazer Karl-Franzens-Universität haben mehr als 1.000 Proben von etwa 230 heimischen Pilzarten untersucht. Diese reichern Spurenelemente aus dem Boden an und können anhand dieses „Fingerabdruckes“ einer bestimmten Region bzw. auch einer bestimmten Spezies zugeordnet werden. Die Wissenschaftler vermuten, dass die Aufnahme von Spurenelementen aus dem Boden der Anlockung und dem Fressanreiz für Tiere und somit der Verbreitung der Spezies dient. Diese These soll demnächst durch Tests mit Wildschweinen untersucht werden.

<https://science.orf.at/stories/2991654/>

Glycidylfettsäureester: Keine Beanstandungen bei Fetten und Ölen

Es wurden 73 Proben pflanzlicher Fette und Öle, die als Lebensmittelzutat verwendet werden, auf ihren Gehalt

an Glycidylfettsäureester (GE), 3-MCPD (freies 3-Monochlor-propandiol) und 3-MCPD-Ester (3-Monochlorpropandiol-Ester) untersucht. 3-MCPD gilt als möglicherweise krebserregend. Seit März 2018 gibt es festgelegte Höchstgehalte für Glycidylfettsäureester in pflanzlichen Fetten und Ölen sowie für Säuglingsanfangsnahrung und Folgemilch. Es wurde keine Probe beanstandet.

https://www.ages.at/wissen-aktuell/publikationen/glycidylfettsaeureester-3-mcpd-und-3-mcpd-ester-in-fetten-und-oelen-fuer-die-lebensmittelproduktion/?tx_ageswissenaktuellseite_pi1%5Bcategory%5D=all