



## „ mo:ma Morgenmagazin Beitrag Service: Vitamine im Winter

Laudert, 29.01.2018

Liebe Mitglieder,  
sehr geehrte Damen und Herren,

am 05. Dezember 2017 berichtete das ZDF in der Sendung „Morgenmagazin“ über Vitamine im Winter.

Dies hat uns dazu bewogen, entsprechend zu reagieren. Lesen Sie hier die Stellungnahme an die Redaktion vom ZDF Morgenmagazin von unserem Herrn Dr. Büttner, in dieser er deutlich und mit aller Sachlichkeit die in der o. g. Sendung, Behauptungen widerlegt.

Herr Dr. Büttner zitiert:

Darin befinden sich leider einige Tatsachenbehauptungen, die nicht dem Stand der Wissenschaft entsprechen.

Unserer Ansicht nach erfolgt damit eine Falschinformation der Verbraucher, die nicht nur Gesundheitsrisiken mit sich bringen kann, sondern auch die Interessen der Mitglieder unseres Verbandes signifikant beeinträchtigt.

1. Dies gilt zunächst für die pauschale Behauptung von Frau Spellerberg, Ernährungsexpertin „einen Vitaminmangel haben die Deutschen sicherlich nicht.“

Hierzu dürfen wir darauf verweisen, dass das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) z.B. für Vitamin A ausführt „laut nationaler Verzehrstudie erreichen ca. 25% aller Altersgruppen nur 60-80% der Empfehlungen, wobei die Gruppe der 13-18-Jährigen die niedrigste Zufuhr aufweist (Adolf et al, 1995). Ferner heißt es dort „Risikogruppen für eine suboptimale Versorgung sind insbesondere Schwangere und Stillende, bei denen eine ausreichende Zufuhr dadurch erschwert wird, dass der Bedarf an Vitamin A in diesen Lebens-

NEM Verband mittelständischer  
europäischer Hersteller und  
Distributoren von Nahrungs-  
ergänzungsmitteln & Gesund-  
heitsprodukten e.V.

Sitz des NEM-Verbandes:  
Horst-Uhlig-Straße 3  
D-56291 Laudert  
Telefon +49 (0) 6746 / 80298 - 20  
Telefax +49 (0) 6746 / 80298 - 21  
E-Mail info@nem-ev.de

BANKVERBINDUNG:  
KSK Rhein-Hunsrück  
Konto 6 619 449  
BLZ 560 517 90  
IBAN: DE98 5605 1790 0006 6194 49  
BIC: MALADE51SIM

VORSTAND IM SINNE  
DES § 26 BGB:  
Manfred Scheffler  
Präsident

STEUERNUMMER: 22/654/1934/2  
Finanzamt Koblenz  
VEREINSREGISTER: VR 20187  
Amtsgericht Koblenz  
Umsatzsteuer-ID-Nr.:  
DE 270736306

[www.nem-ev.de](http://www.nem-ev.de)



phasen erhöht ist ... Weitere Risikogruppen für eine geringe Vitamin A Zufuhr sind Bevölkerungsgruppen, die eine extrem einseitige Ernährungsweise bzw. Diäten praktizieren.“

Zu Vitamin D heißt es dort „Die für die Bundesrepublik Deutschland vorliegenden Daten über den Versorgungsstatus an Vitamin D weisen darauf hin, dass das Risiko eines klinischen Mangels oder Speicharentleerung für bestimmte Altersgruppen, vor allem Schwangere, Stillende, Säuglinge und Kleinkindern sowie ältere Menschen besteht, insbesondere wenn Sie nur selten dem Sonnenlicht ausgesetzt sind. Eine weitere Risikogruppe sind farbige Migranten ... Die Inzidenz der Vitamin-D-Mangelrachitis wird in Deutschland bei Kindern auf mindestens 400 Fälle pro Jahr geschätzt“.

Zu Vitamin E heißt es dort, dass die mittlere tägliche Zufuhr an Vitamin E in allen Altersgruppen der weiblichen Personen mit 86% als nicht ausreichend bezeichnet wurde. Für die Hälfte der Männer lag die Vitamin E Aufnahme unter den von der DEG genannten Empfehlungen. Die Mehrzahl der Frauen erreichte die Empfehlungen nicht.

Zu Vitamin K wird dort bestätigt, dass Vitamin-K-Mangelercheinungen durch einen echten Mangel an Vitamin K (z.B. alimentär oder resorptiv) oder bei der therapeutischen Anwendung bestimmter Medikamente durch Blockade des Vitamin-K-Zyklus hervorgerufen werden können. Das Risiko eines Vitamin-K-Mangels wird bei Neugeborenen und gestillten Säuglingen besonders hoch eingeschätzt. Ursache dafür ist der geringe Vitamin-K-Transfer durch die Plazenta.

Zu Vitamin B 1 heißt es dort, dass die für die BRD vorliegenden Daten zur Aufnahme von Vitaminen bereits darauf hinweisen, dass etwa 1/3 der Frauen die empfohlene Zufuhr nicht erreichen. Mangelzustände könnten insbesondere auch in Abhängigkeit vom Alkoholkonsum auftreten.

Zu Vitamin B 2 heißt es dort, dass die für die BRD vorliegenden Daten zur Aufnahme von Vitamin B 2 darauf hindeuten, dass etwa ¼ der erwachsenen Frauen die für das Vitamin empfohlene Zufuhr nicht erreichen. Insbesondere bei untergewichtigen Frauen und Männern sowie in Abhängigkeit vom Zigaretten und Alkoholkonsum bestehen Mangelzustände.

Auch für Vitamin B 6 wird festgestellt, dass bei 4,2% der Bevölkerung suboptimale Versorgungszustände festgestellt wurden. Zum Beispiel für untergewichtige Frauen, aber auch bei Rauchern.

Auch für Biotin wurde ein ernährungsbedingter Biotinmangel im Zusammenhang mit parenteraler Ernährung, mit chronischem Verzehr von rohen Eiern und mit biotinfreien Diäten beschrieben.

Zu Vitamin C wird festgestellt, dass sich z.B. bei Männern über 55 Jahren eine höhere Prävalenz (14%) zu niedriger Plasmaspiegel unterhalb des Referenzwertes abzeichnet. Auch die Gruppe der Männer zwischen 35 und 44 Jahren falle durch eine erhöhte Prävalenz niedrigerer Vitamin-C-Plasmaspiegel auf.

Auch für schwangere Frauen und stillende Mütter werden ein erhöhter Vitamin C Bedarf bestätigt.

NEM Verband mittelständischer europäischer Hersteller und Distributoren von Nahrungsergänzungsmitteln & Gesundheitsprodukten e.V.

Sitz des NEM-Verbandes:  
Horst-Uhlig-Straße 3  
D-56291 Laudert  
Telefon +49 (0) 6746 / 80298 - 20  
Telefax +49 (0) 6746 / 80298 - 21  
E-Mail info@nem-ev.de

BANKVERBINDUNG:  
KSK Rhein-Hunsrück  
Konto 6 619 449  
BLZ 560 517 90  
IBAN: DE98 5605 1790 0006 6194 49  
BIC: MALADE51SIM

VORSTAND IM SINNE  
DES § 26 BGB:  
Manfred Scheffler  
Präsident

STEUERNUMMER: 22/654/1934/2  
Finanzamt Koblenz  
VEREINSREGISTER: VR 20187  
Amtsgericht Koblenz  
Umsatzsteuer-ID-Nr.:  
DE 270736306



Im Ergebnis ist somit die Formulierung, dass die Deutschen generell sicherlich keinen Vitaminmangel aufweisen falsch.

2. Ferner behauptet in dem Beitrag eine Frau Professorin Zopf, dass es keiner weiteren Zufuhr konzentrierter Vitamine bedarf und niemand dadurch gesünder wird oder gesünder bleibt, wenn man sich „normal ernährt“.

Hierbei verwechselt Frau Professorin Zopf vermutlich eine gesunde, ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung mit einer normalen Ernährung.

Bereits der Gesetzgeber hat in Erwägungsgrund 3 der Richtlinie 2002/46/EG festgestellt:

„Eine geeignete, abwechslungsreiche Ernährung sollte in der Regel alle für eine normale Entwicklung und die Erhaltung einer guten Gesundheit erforderlichen Nährstoffe in den Mengen bieten, die auf der Grundlage allgemein anerkannter wissenschaftlicher Daten ermittelt wurden und empfohlen werden. Aus Untersuchungen geht jedoch hervor, dass dieser Idealfall in der Gemeinschaft nicht auf alle Nährstoffe und alle Bevölkerungsgruppen zutrifft.“

Es wäre somit zutreffend auszuführen, dass für normale gesunde Verbraucher, die sich ausgewogen und abwechslungsreich ernähren und viel Obst und Gemüse am Tag essen es in der Regel keiner weiteren Zufuhr von Vitaminen bedarf.

Normal ist dies jedoch gerade nicht. Die normale Ernährung zeichnet sich vielmehr gerade durch einseitige Essensgewohnheiten aus, Fast Food, Kantinenessen etc.

Da der Gesetzgeber somit schon festgestellt hat, dass bei einer nicht ausgewogenen konventionell eher einseitigen Ernährung es durch Essenzufuhr weiterer Nährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe bedarf, ist auch diese Aussage in Ihrem Beitrag zumindest gegenüber den Verbrauchern unklar bzw. erweckt einen falschen Eindruck.

Verbraucher die sich in besonderen physiologischen Bedingungen befinden und einen erhöhten Bedarf an Vitaminen/Mineralstoffen aufweisen können zudem trotz normaler Ernährung einen zusätzlichen Bedarf an konzentrierten Vitaminen haben. Es reicht gilt dies für die Verbraucher, die sich nicht ausgewogen und abwechslungsreich ernähren.

3. Darüber hinaus wird der Eindruck erweckt, dass Verbraucher konzentrierte Vitamine nur nach einer Blutentnahme aufnehmen sollten. Nicht jeder gesunde Mensch sollte einfach auf die Unbedenklichkeit von Vitaminen vertrauen.

NEM Verband mittelständischer europäischer Hersteller und Distributoren von Nahrungsergänzungsmitteln & Gesundheitsprodukten e.V.

Sitz des NEM-Verbandes:  
Horst-Uhlig-Straße 3  
D-56291 Laudert  
Telefon +49 (0) 6746 / 80298 - 20  
Telefax +49 (0) 6746 / 80298 - 21  
E-Mail [info@nem-ev.de](mailto:info@nem-ev.de)

BANKVERBINDUNG:  
KSK Rhein-Hunsrück  
Konto 6619449  
BLZ 560 517 90  
IBAN: DE98 5605 1790 0006 6194 49  
BIC: MALADE51SIM

VORSTAND IM SINNE  
DES § 26 BGB:  
Manfred Scheffler  
Präsident

STEUERNUMMER: 22/654/1934/2  
Finanzamt Koblenz  
VEREINSREGISTER: VR 20187  
Amtsgericht Koblenz  
Umsatzsteuer-ID-Nr.:  
DE 270736306



Damit suggerieren Sie eine gesundheitliche Bedenklichkeit von üblichen Vitaminpräparaten. Anhaltspunkte für solche Risiken sind für die in Deutschland verkehrsfähigen Vitaminpräparate nicht ersichtlich.

Festzustellen ist auch, dass viele Verbraucher die von Ihnen vorgeschlagene Zufuhr von 700 Gramm Obst/Gemüse täglich nicht praktizieren können oder wollen. In diesem Zusammenhang würden wir es durchaus als sinnvoll erachten, Verbraucher darüber zu informieren, dass sie auch über Vitamine in Nahrungsergänzungsmitteln eine entsprechende Vitaminversorgung sicherstellen können.

Damit würde den tatsächlichen Verzehrsmustern in Deutschland sicherlich deutlich eher entsprochen werden.

Wir würden uns freuen, wenn Sie in einem der zukünftigen Beiträge den unserer Ansicht nach falschen Eindruck korrigieren könnten.

Dr. Thomas Büttner  
Rechtsanwalt  
Lebensmittelrechtlicher Beirat des NEM e.V.

Manfred Scheffler  
Präsident des NEM e.V.



NEM Verband mittelständischer europäischer Hersteller und Distributoren von Nahrungsergänzungsmitteln & Gesundheitsprodukten e.V.

Sitz des NEM-Verbandes:  
Horst-Uhlig-Straße 3  
D-56291 Laudert  
Telefon +49 (0) 6746 / 80298 - 20  
Telefax +49 (0) 6746 / 80298 - 21  
E-Mail info@nem-ev.de

BANKVERBINDUNG:  
KSK Rhein-Hunsrück  
Konto 6619449  
BLZ 560 517 90  
IBAN: DE98 5605 1790 0006 6194 49  
BIC: MALADE51SIM

VORSTAND IM SINNE  
DES § 26 BGB:  
Manfred Scheffler  
Präsident

STEUERNUMMER: 22/654/1934/2  
Finanzamt Koblenz  
VEREINSREGISTER: VR 20187  
Amtsgericht Koblenz  
Umsatzsteuer-ID-Nr.:  
DE 270736306