



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Bereich Gesundheitsschutz

Kantonales Labor

Autorin: Evelyn Ilg Hampe

Nahrungsmittel für Sportlerinnen und Sportler aus Geschäften und dem Internet / Zulässigkeit der Zutaten, Protein-, Fett- und Zuckergehalte, Allergene, Folsäure und Kennzeichnung

Anzahl untersuchte Proben: 14

beanstandet: 4

Beanstandungsgründe:

Zulässigkeit der Zutaten (2)

Fettgehalt (2), Proteingehalt (1)

Kennzeichnung (3)

Ausgangslage

Vor allem Sportler, welche Muskelmasse zulegen wollen, sind an Proteinpräparaten interessiert. Diese Ergänzungsnahrungen gehören zu den Speziallebensmitteln. Auch Nahrungsergänzungsmittel wie Vitamin- und Mineralstoffpräparate werden von sportlich Aktiven häufig konsumiert. Man findet solche Produkte vor allem in Sportgeschäften, Fitnesscentern oder Sportabteilungen von Warenhäusern. Immer häufiger werden solche Produkte über das Internet bezogen.

Auch Nahrungsmittel für Sportler können für Allergiker ein Risiko darstellen, wenn Produzenten auf den gleichen Anlagen z.B. Produkte mit und ohne Milch, Ei oder Soja herstellen und Verschleppungen dieser Allergene möglich sind. Hinweise wie „kann Spuren von xy enthalten“ machen Allergiker auf diese Problematik aufmerksam.



Untersuchungsziele

Im Rahmen der Kampagne wurde folgenden Fragen nachgegangen:

- Werden Zutaten deklariert, die in Lebensmitteln nicht zulässig sind?
- Stimmen die deklarierten Protein-, Fett- und Zuckergehalte?
- Können Allergene nachgewiesen werden, die nicht deklariert sind?
- Stimmen die deklarierten Gehalte an Folsäure?
- Werden die allgemeinen Anforderungen an die Deklaration eingehalten?

Gesetzliche Grundlagen

Protein- und Aminosäurepräparate und Produkte zur Energiebereitstellung gehören zu den Nahrungsmitteln für Personen mit erhöhtem Energie- und Nährwertbedarf, auch „Ergänzungsnahrung“ genannt und sind in Art. 20 der Verordnung über Speziallebensmittel umschrieben. Flüssige Präparate oder solche in Kapsel-, Tabletten- oder Pulverform, die Vitamine, Mineralstoffe oder sonstige Stoffe mit ernährungsspezifischer oder physiologischer Wirkung in konzentrierter Form enthalten und zur Ergänzung der Ernährung mit diesen Stoffen dienen, sind sogenannte Nahrungsergänzungsmittel und werden in Art. 22 umschrieben. Die Zulässigkeit der Zusätze bei beiden Gruppen sowie deren Höchstmengen richten sich nach den Anhängen 12 bis 14 dieser Verordnung.

Für Allergene gelten gemäss Lebensmittelkennzeichnungsverordnung (LKV) Art. 8 folgende Regelungen:

Zutaten (Lebensmittel und Zusatzstoffe), die allergene oder andere unerwünschte Reaktionen auslösende Stoffe (nach Anhang 1) sind oder aus solchen gewonnen wurden, müssen in jedem Fall im Verzeichnis der Zutaten deutlich bezeichnet werden. Auf diese Zutaten muss auch dann hingewiesen werden, wenn sie nicht absichtlich zugesetzt werden, sondern unbeabsichtigt in

ein anderes Lebensmittel gelangt sind (unbeabsichtigte Vermischungen oder Kontaminationen), sofern ihr Anteil, z.B. im Falle von Milch, 1 g pro Kilogramm oder Liter genussfertiges Lebensmittel übersteigen könnte. Hinweise, wie „kann Spuren von Milch enthalten“ sind unmittelbar nach dem Verzeichnis der Zutaten anzubringen.

Die Angaben auf der Verpackung müssen korrekt sein (Täuschungsverbot, Art. 10 LGV). Weiter gelten die allgemeinen Deklarationsvorschriften der LKV.

Probenbeschreibung

In fünf verschiedenen für Sportler spezialisierten Geschäften (oder Sportabteilungen von Grossverteilern) in Basel-Stadt wurden neun Proben erhoben. Fünf weitere Proben wurden im Internet bei zwei Anbietern mit Schweizer Kontaktadresse bestellt, wobei bei der Bestellung darauf hingewiesen wurde, dass die Produkte im Rahmen einer amtlichen Kontrolle bestellt und untersucht werden und der Lieferant über die Ergebnisse informiert wird.

Die bei einem weiteren Anbieter bestellte Ware, die als „versandfertig in 24 Stunden“ oder „versandfertig in 3-4 Tagen“ gekennzeichnet war, kam nie an, obwohl die Bestellung bestätigt wurde und sich eine Person aus diesem Betrieb zunächst bei uns erkundigte, was analysiert wird. Mehrfache Rückfragen beim Lieferanten, warum die bestellte Ware nicht eintreffe, blieben schlussendlich unbeantwortet.

Bei den Produkten handelte es sich um Proteinkonzentrate in Pulverform (3), Vitamin- und Mineralstoffpräparate in Kapselform (3), Proteinriegel (3), Kohlenhydrat-Gels (2), und je ein Kreatin-Präparat, ein Sportlermuesli und eine proteinreiche Brotbackmischung. Die Hälfte der Produkte trug Allergen-Hinweise. Die Produkte deklarierten folgende Produktionsländer: USA (5), Deutschland (4), Europa (3), Schweden (1) und die Schweiz (1).

Prüfverfahren

Für die Bestimmung des Proteingehaltes wurde das „Kjeldahl“-Verfahren angewandt. Der Fettgehalt wurde mittels „Soxhlet“ bestimmt. Die Zuckerarten wurden mittels Ionenchromatographie quantifiziert. Soja, Milch und Ei wurden mit verschiedenen ELISA Verfahren aufgespürt und quantifiziert. Die Folsäure wurde mit einem mikrobiologischen Verfahren bestimmt. Dabei wird das Wachstum eines Bakteriums, das auf Folsäure angewiesen ist, in Abhängigkeit von der Folsäurekonzentration gemessen.

Ergebnisse und Massnahmen

Zulässigkeit der Zutaten

Ein Multivitaminpräparat enthielt gemäss Deklaration verschiedene nicht zulässige Zutaten, u.a. Nickel, Vanadium, Silicon und Taigawurzel. Zudem war das Vitamin B12 gemäss Deklaration überdosiert. Ein anderes Nahrungsergänzungsmittelpräparat mit Taurin, Tyrosin und anderen Zutaten, welches im gleichen Geschäft erhoben wurde, enthielt gemäss Kennzeichnung u.a. Ginseng und Beta-Alanin. Diese Zutaten sind im schweizerischen Lebensmittelrecht nicht umschrieben und somit ohne Bewilligung des BAGs nicht zulässig. Beide Produkte sind in dieser Form in der Schweiz nicht verkehrsfähig. Sie wurden beanstandet und dürfen nicht mehr verkauft werden.

Nährwerte

Bei zwei Produkten stimmte der deklarierte Fettgehalt von 0 g / 100 g nicht. Analytisch konnte stattdessen bei einem Reisproteinpulver ein Fettgehalt von 2 g / 100 g und bei einem Zink-Magnesium-Gelatine-Präparat ein Fettgehalt von 3.3 g / 100 g bestimmt werden. Auch der Proteingehalt lag bei den Gelatinekapseln bei 40 g / 100 g anstelle von 0 g / 100 g. Die Produkte wurden beanstandet. Die Zuckermengen waren stets korrekt angegeben.

Allergene

Die Resultate bezüglich Allergenen waren erfreulich: Soja, Milch und Ei konnten nur in den Proben nachgewiesen werden, die die entsprechenden Allergene als Zutaten in der Zutatenliste aufgeführt hatten.

Folsäure

Nur ein Produkt enthielt Folsäure. Die deklarierte Menge entsprach der detektierten Menge.

Kennzeichnung

- Bei dem oben bereits erwähnten Reisproteinpulver lagen auch Kennzeichnungsmängel vor:
Als Zutaten enthielt das Produkt gemäss Angaben auf der Originaletikette neben den Bestandteilen aus braunem Reis auch Aromen, Guarkernmehl, Gummi arabicum, Stevia, Meersalz und Sonnenblumenöl. Diese Zutaten fehlten auf der deutschen Etiketke. Zudem ist Stevia als solches nicht zugelassen. Die Sachbezeichnung "Rice Protein" war nicht vollständig. Der Datierungstext "Mindestens haltbar bis" fehlte. Die Portionengrössen waren nicht einheitlich deklariert.
- Auf der Verpackung des oben erwähnten Vitaminpräparates waren keinerlei Angaben in einer Amtssprache vorhanden.
- Auch die oben erwähnten Gelatinekapseln waren fehlerhaft deklariert:
Die auf der Originalverpackung in Englisch deklarierten Zutaten stimmten nicht mit den Zutaten, die auf der deutschsprachigen Zusatzetikette aufgeführt waren, überein. Zudem entsprachen die für die Mineralstoffe und Vitamin B6 aufgeführten Anpreisungen nicht den in Anhang 8 LKV aufgeführten Angaben und die sehr kleine Schrift (kleiner als Arial 5.5) war nicht leicht lesbar.

Schlussfolgerungen

Von neun Proben, welche in fünf Basler Geschäften erhoben wurden, mussten vier Proben aus drei Geschäften beanstandet werden. Die fünf im Internet bestellten Proben entsprachen der Gesetzgebung. Da die Beanstandungsquote insgesamt bei fast 30% lag, werden Nahrungsergänzungsmittel und Ergänzungsnahrungen bei Gelegenheit wieder kontrolliert.