



Jeder Krümel für die Statistik

Lebensmittelverzehr und Ernährungsgewohnheiten werden untersucht

Was essen die Deutschen? Derzeit gibt es keine aktuellen Informationen über unsere Ernährungsgewohnheiten. Dabei ist die Frage durchaus wichtig, denn die Ernährung wirkt sich nicht nur auf das allgemeine Wohlbefinden aus, sondern auch auf die Gesundheit. Die erste und bisher größte gesamtdeutsche Studie zu den Ernährungsgewohnheiten soll nun Antworten geben. „Was esse ich – Die Nationale Verzehrsstudie“ erhebt repräsentative Daten zum aktuellen Ernährungsverhalten der 14- bis 80-Jährigen. Auftraggeber dieser Studie ist das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz.



Ob Döner oder Kohlroulade, aus dem Bioladen oder Discounter, als schneller Snack zwischendurch oder gemeinsam am Tisch: das Lebensmittelangebot und unsere Ernährungsgewohnheiten haben sich in den letzten Jahren deutlich geändert. Die letzte repräsentative Erhebung liegt fast 20 Jahre zurück und betraf nur die alten Bundesländer. Wie sieht also die Ernährungssituation heute zwischen Flensburg und Konstanz, Saarbrücken und Dresden aus:

- Welche Nährstoffe werden zuviel und welche zuwenig aufgenommen?
- Welche Unterschiede zwischen den Altersgruppen lassen sich dabei feststellen?
- Gibt es bestimmte Mahlzeitenmuster, die sich günstig oder ungünstig auf die Gesundheit auswirken?

Aktuelle Daten als Grundlage für konkrete Ernährungsempfehlungen und die Verbraucheraufklärung in Deutschland sind dringend notwendig. Das Bundesernährungsministerium hat deshalb die Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel (BfEL) in Karlsruhe beauftragt, die zweite Nationale Verzehrsstudie (NVS II) durchzuführen. Rund 20 000 Personen in 500 Städten und Gemeinden aus dem gesamten Bundesgebiet werden dafür eingehend nach ihren Essgewohnheiten befragt.

Neues Datenmaterial für Fachkräfte und Entscheidungsträger

„Das Essen im Alltag ist eine komplexe Angelegenheit. Es hat mit Gewohnheiten, Herkunft, Bildung und Einkommen zu tun. All das spiegelt sich auf dem Teller wieder“, erläutert Projektkoordinatorin Christine Brombach von der BfEL. Aus diesem Grund stehen zu Beginn der Erhebung Fragen nach dem Alter, der Schulbildung und dem Gesundheitszustand der Teilnehmer. Danach folgen ein detailliertes Interview zu den Ernährungsgewohnheiten und das Ausfüllen eines Fragebogens. Im Anschluss werden die Testpersonen noch zweimal an zufällig ausgewählten Tagen angerufen und gefragt, was sie am Tag vor dem Telefon-Interview gegessen und getrunken haben. Als Anerkennung fürs Mitmachen erhalten die Teilnehmer auf Wunsch eine schriftliche Auswertung ihrer persönlichen Ernährungsgewohnheiten mit Kommentaren und Empfehlungen. Die ermittelten Verzehrsdaten geben Aufschluss über Art und Menge der konsumierten Lebensmittel. Mit Hilfe des Bundeslebensmittelschlüssels – Europas größter Nährstoffdatenbank – kann dann fest-

gestellt werden, welche Nährstoffe über diese Lebensmittel aufgenommen wurden. Untersucht wird damit beispielsweise, wie hoch der Fettanteil in der täglichen Kost ist und welche Vitamine oder Mineralstoffe mit der Nahrung aufgenommen werden. Mit den Ergebnissen hoffen Fachkräfte, Risikogruppen besser zu erkennen, Präventionsmaßnahmen überprüfen und die Ernährungsberatung erfolgreicher gestalten zu können. Insofern kann jeder Bürger von den Ergebnissen und ihrer Umsetzung profitieren.

Ernährungsmonitoring

Es ist geplant, im Anschluss an die Basiserhebung Befragungen in kürzeren Zeitabständen mit kleineren Stichproben durchzuführen (Ernährungsmonitoring). Mit einer solchen kontinuierlichen Dokumentation des Ernährungsverhaltens lassen sich Trends in der Ernährung erkennen und verfolgen. Politische Entscheidungsträger sowie Verantwortliche in der Ernährungsaufklärung können dadurch zeitnah auf aktuelle Veränderungen reagieren.

In der EU wird ein europäisches Gesundheits- und Ernährungsmonitoring vorbereitet. Dafür werden derzeit in europäischen Forschungsprojekten Methoden und Nährstoff-Datenbanken für Ernährungserhebungen zwischen den europäischen Ländern harmonisiert.

Begleitforschung

Welche Bedeutung hat der Außer-Haus-Verzehr und wie wird er sich entwickeln, wenn zunehmend Kenntnisse zur Zubereitung der Mahlzeiten verloren gehen? Und wie sieht die Nährstoffversorgung bei Alleinerziehenden oder anderen Bevölkerungsgruppen aus?

Diese und weitere Fragen anzustoßen und mit anderen Forschungsgruppen zu koordinieren, wird im Mittelpunkt der Begleitforschung stehen. Dabei werden sich die exakten Fragestellungen zum Teil erst aus den Ergebnissen der Basiserhebung ableiten lassen.

Mit ersten Ergebnissen aus der Nationalen Verzehrsstudie II rechnen die Projektverantwortlichen im Frühjahr 2007. ■ MW

» Kontakt:

Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel,
Dr. Christine Brombach, 76131 Karlsruhe.
E-Mail: nvs.karlsruhe@bfe.de



M. Welling (8)