

Quelle: <https://www.naturepower.de/vitalstoff-journal/fakten-widerreden/politisches/stellungnahme-des-nem-verbandes-zu-spiegel-artikel-vitamin-eur-der-spiegel-32012/print.html>

Stellungnahme des NEM-Verbandes zu Spiegel-Artikel "Vitamin €", Der Spiegel 3/2012

In der Ausgabe des Spiegels 3/2012 findet sich der Artikel „Vitamin €“, der einseitig und undifferenziert den Eindruck vermittelt, dass sämtliche Vitaminpräparate ohne Nutzen für die Verbraucher und im Gegenteil sogar gesundheitsschädlich sind.

Der Artikel bezieht sich auf publizierte Studien, die nicht etwa neu sondern teilweise schon Jahrzehnte alt sind, wie eine Studie aus dem Jahr 1994, die Risiken für Raucher durch die Einnahme von Vitamin E und Beta-Carotin andeutete. Es wird nun der Eindruck erweckt, dass die Vitamine A und Beta-Carotin generell für Raucher schädlich sind. Mit keinem Wort wird darauf eingegangen, dass die Bewertung von Präparaten mit β -Carotin differenziert zu betrachten ist.

Die im Spiegel-Artikel zitierten Studien sind nicht neu

Die angeblich das Risiko von allen Beta-Carotin-Produkten zeigenden Studien wurden nur an langjährigen extremen Rauchern und Asbestarbeitern durchgeführt.

In der ATBC-Studie erhielten 29.133 Männer (50- 69 Jahre bei Studienbeginn), die im Mittel seit 36 Jahren durchschnittlich 20 Zigaretten am Tag geraucht hatten, über 5-8 Jahre täglich 20 mg Beta-Carotin sowie 50 mg Tocopherolacetat oder ein Placebo. Bei den Personen handelte es sich um Menschen mit drastisch erhöhtem Krebsrisiko.

Andere antioxidativ bedeutsamen Nährstoffe wurden nicht zugeführt

Vitamine müssen dem Körper immer in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander gegeben werden.

Jede über einen längeren Zeitraum verabreichte einseitige Gabe nur einzelner Vitamine führt zu einem Ungleichgewicht. Es entsteht dann Mangel an anderen Vitaminen mit entsprechenden Folgewirkungen. Genaugenommen kann also bei solchen Studien kein eindeutiges Bild herauskommen, da gerade Vitamine sich der monokausal angelegten Betrachtungsweise solcher Studien entziehen.

Soweit in der Studie Lungenkrebsinzidenz und -mortalität als erhöht festgestellt wurden, muss davon ausgegangen werden, dass ein erheblicher Teil der Personen aufgrund des langjährigen Extremrauchens bzw. der Asbestbelastung bereits Krebszellen im Frühstadium in sich trug. Es ist daher davon auszugehen, dass die Krebserkrankungen wahrscheinlich nur vorzeitig erkannt worden sind. Eine Kausalität zwischen dem beschleunigten Wachstum der Krebszellen und dem zugeführten β -Carotin ist dagegen nicht belegt.

Auch in der Caret-Studie erhielten 18.314 starke Raucher (24- 28 Zigaretten am Tag) und Asbest-exponierte Arbeiter über 5 Jahre täglich entweder 30 mg β -Carotin plus 25.000 i.E. Vitamin A (= 7,5 mg) oder ein Placebo. Im Gesamtkollektiv war das Lungenkrebsrisiko um 28 % erhöht. Auch hier kann dies jedoch auf das erhöhte Risiko bei Rauchern und Asbestarbeitern zurückgeführt werden. Zum Beispiel konnte festgestellt werden, dass das Risiko bei ehemaligen Rauchern nicht erhöht war. Auch hier gilt wieder, dass die extrem hohe Gabe von Vitamin A das erhöhte Lungenkrebsrisiko schlüssig erklärt, da hochdosiertes Vitamin A für wachsende Zellen als Wachstumsfaktor bekannt ist. Ein Beleg für eine entsprechende Wirkung von hochdosiertem β Carotin oder Vitamin A in

lebensmitteltypischen Dosierungen liegt dagegen nicht vor. Diese Wertung wird auch vom wissenschaftlichen Lebensmittelausschuss der EU (Scientific Committee) geteilt.

Weder die ATBC-Studie, noch die Caret-Studie belegen die gesundheitliche Bedenklichkeit einer Zufuhr von β -Carotin-Präparaten. Beide Studien wurden mit hochgefährdeten Risikogruppen durchgeführt. Es handelte sich um langjährige, starke Raucher mit einem Zigarettenkonsum von über 20 Zigaretten pro Tag und mehr über einen Zeitraum von mehr als 30 Jahren. Ferner wurden diese Studien über einen Zeitraum von 5 bis 8 bzw. über 4 Jahre durchgeführt.

Vitamine wirken nur im Verbund

Jeder erfahrene Ernährungswissenschaftler würde schon bei der Anlage der Studie den Kopf schütteln, denn Vitamine müssen dem Körper immer in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander gegeben werden. Jede über einen längeren Zeitraum verabreichte einseitige Gabe nur einzelner Vitamine führt zu einem Ungleichgewicht. Es entsteht dann Mangel an anderen Vitaminen, die dann entsprechende Folgewirkungen auslösen. Genaugenommen kann also bei solchen Studien ganz generell kein eindeutiges Bild herauskommen, da gerade Vitamine sich der monokausal angelegten Betrachtungsweise solcher Studien entziehen. Das ist eins der ganz großen Probleme bei der wissenschaftlichen Untersuchung der Bedeutung einzelner Vitamine.

Was waren die Ziele der Studien?

Sowohl die ATBC-Studie, als auch die Caret-Studie wurden mit dem Studienziel durchgeführt zu bestätigen, dass durch Einnahme von β -Carotin das Lungenkrebsrisiko gesenkt werden kann. Dieses Studienergebnis konnte jedoch nicht bestätigt werden. Einen weiteren wissenschaftlichen Beleg konnten diese Studien jedoch nicht begründen. Insbesondere ist nicht wissenschaftlich belegt, dass synthetisches β -Carotin in hohen Konzentrationen bei starken Rauchern die Entstehung von Lungenkrebs verstärkt. Auch wenn die Studie diesen Eindruck vermittelt: Es könnte auch sein, dass es der vermehrte Mangel an Vitamin C war, der durch die Unausgewogenheit entstand, der durch die einseitig verstärkte Gabe von β -Carotin entstanden ist. Selbst die Behauptung, dass es die synthetisch hergestellten Vitamine waren, ist nicht schlüssig. Das ließe sich wissenschaftlich sauber nur feststellen, wenn man eine kontrollierte und randomisierte doppelblinde Studie mit synthetischen und natürlichen Vitaminen vornehme.

Man kann mit einer Studie immer nur das beweisen, was im Studiendesign angelegt ist. Alles andere ist unwissenschaftlich. Ein Verdrehen der Studienergebnisse ist höchst unlauter und inakzeptabel.

Andere Studien beweisen die Ungefährlichkeit

Im Übrigen liegt eine Vielzahl klinischer Studien vor, welche die Unbedenklichkeit einer höher dosierten β -Carotin-Supplementierung zeigen. In der Studie „Lack of effect of long-term supplementation with β -carotene on the incidence of malignant neoplasms and cardiovascular disease“ von Hennekens, Buring et al. wurden bei einer Tagesdosierung von β -Carotin über einen Zeitraum von 12 Jahren keine negative gesundheitliche Auswirkung festgestellt. Im Abstract heißt es hierzu:

“Conclusions: In this trial among healthy man, 12 years of supplementation with β -carotene produced neither benefit nor harm in terms of the incidence of malignant neoplasms, cardiovascular disease, or death from all causes.”

Auch in dieser Studie waren Raucher als Probanden aufgenommen worden. Weder im Gesamtkollektiv, noch bei den beteiligten Rauchern wurde jedoch ein erhöhtes Lungenkrebsrisiko festgestellt. Das gleiche Ergebnis zeigte die klinische Studie von Lee et al. „ β -carotene supplementation and

incidence of cancer and cardiovascular disease: the woman's health study" aus dem Jahr 1999. Dort heißt es zusammenfassend:

"Conclusion: Among apparently healthy women there was no benefit or harm from β -carotene supplementation for a limited period on the incidence of cancer or of cardiovascular disease."

Hier erfolgte eine Überprüfung über einen Zeitraum von im Schnitt 4,1 Jahren.

In der klinischen Studie "A randomized, placebo-controlled, clinical trial of high-dose supplementation with vitamins C and E, beta-carotene, and zinc for age-related macular degeneration and vision loss. AREDS Report Nr. 8" wird eine Supplementierung mit verschiedenen Vitaminen und 15 mg β -Carotin empfohlen. Etwaige negative gesundheitliche Auswirkungen einer derartigen β -Carotin-Dosierung wurden nicht festgestellt.

In den großen Standardwerken der Ernährungsphysiologie wird β -Carotin als Nährstoff ohne erkennbare Toxizität beschrieben (Ohlson, 1998). Auch nach der Übersichtsarbeit von Lachance (1998) zur Toxikologie der Mikronährstoffe ist eine langzeitige β -Carotin-Zufuhr von mindestens bis 300 mg am Tag als sicher einzustufen.

EFSA bestätigt die Unbedenklichkeit von Beta-Carotin

Auch in den jüngeren legislativen Maßnahmen der Europäischen Union im Lebensmittelrecht wurde eine angebliche Bedenklichkeit von β -Carotin offensichtlich nicht zugrundegelegt. So hat der europäische Gesetzgeber in der Richtlinie 2001/15/EG vom 15. Februar 2001 die Zulässigkeit von β -Carotin in allen Lebensmitteln zur besonderen (diätetischen) Ernährung ohne Mengenbegrenzung geregelt.

Auch in der Zusatzstoff-Zulassungsverordnung wird die Verwendung von β -Carotin als Zusatzstoff in Anlage 1 in der zulässigen Höchstmenge für die Verwendung in Lebensmitteln nicht begrenzt. Auch dies spricht dafür, dass kein wissenschaftlicher Konsens für eine gesundheitliche Bedenklichkeit einer höheren Dosierung von β -Carotin besteht, da sonst hier vom Gesetzgeber eine Höchstmenge vorgegeben worden wäre.

Selbstverpflichtung der Wirtschaft

Unabhängig hiervon hat sich die Wirtschaft bereits im Jahr 2001 verpflichtet, in Getränken nicht mehr als 2 mg isoliertes β -Carotin pro 100 ml einzusetzen. Nahrungsergänzungsmittel, deren Verzehrempfehlung über 4.8 mg isoliertes β -Carotin liegt, wurden entweder mit einem Hinweis gekennzeichnet, dass dieses Produkt für starke Raucher nicht geeignet ist oder mit einem Hinweis aufgenommen, dass die Anwendung zeitlich begrenzt sein sollte.

Die Vorgaben gelten auch für zugelassene Arzneimittel

Auch in den jüngeren legislativen Maßnahmen der Europäischen Union im Lebensmittelrecht wurde eine angebliche Bedenklichkeit von β -Carotin offensichtlich nicht zugrundegelegt. So hat der europäische Gesetzgeber in der Richtlinie 2001/15/EG vom 15. Februar 2001 die Zulässigkeit von β -Carotin in allen Lebensmitteln zur besonderen (diätetischen) Ernährung ohne Mengenbegrenzung geregelt.

Wenn die empfohlene tägliche Einnahmemenge 20 mg β -Carotin überschreitet, sollen starke Raucher (Personen, die mehr als 20 oder mehr Zigaretten am Tag rauchen) auf das Medikament verzichten. Bei Arzneimitteln, die zwischen 2 und 20 mg β -Carotin pro Tagesdosis enthalten, ist auf dem Beipackzettel ein Warnhinweis anzubringen, dass das Arzneimittel von starken Rauchern mit einem Konsum von 20 und mehr Zigaretten am Tag nicht über einen längeren Zeitraum regelmäßig eingenommen werden

sollen. In dem Spiegel-Artikel wird somit völlig irreführend der Eindruck erweckt, dass alle Vitamin-A- und β -Carotin-Präparate unabhängig von ihrer Dosierung und Kennzeichnung für Raucher schädlich wären. Dies ist schlichtweg falsch. Dann müsste man eigentlich - das wäre nur konsequent - auf den Verzehr größerer Mengen Karotten verzichten.

Die Studie zu Vitamin E betrifft ein Arzneimittel und kein Vitamin-Produkt

Auch die publizierte Studie, wonach Vitamin E das Prostatakrebsrisiko erhöhen soll, wird undifferenziert wiedergegeben:

Die Studie wurde durchgeführt mit Tagesdosierungen von 400 I.E. (268 mg Vitamin E am Tag).

Hierbei handelt es sich nach der Rechtsprechung des Bundesverwaltungsgerichts vom 25.07.2007 (ZLR 2008, S. 80 ff.) um ein pharmakologisch wirkendes Arzneimittel, das ohne Zulassung durch das BfArM nicht verkehrsfähig ist.

Leider wissen das die Redakteure des Spiegel nicht. Warum haben die im Artikel befragten Experten die Redakteure nicht darauf hingewiesen?

Entsprechende Dosierungen sind somit für angereicherte Lebensmittel und Nahrungsergänzungsmitteln in Deutschland nicht zulässig und nicht erhältlich. Unabhängig hiervon ist festzustellen, dass die SWOG (South West Oncology Group) noch prüft, ob die Vitaminkonzentrationen im Blut vor Studienbeginn das Risiko im Sinne einer Überversorgung erklären kann. Es ist somit überhaupt nicht geklärt, welche Vitaminkonzentrationen die getesteten Probanden vor Beginn der Studie aufwiesen. Soweit in dem Spiegel-Artikel suggeriert wird, dass alle Vitamin-E-Präparate, die in Deutschland als Nahrungsergänzungsmittel oder angereicherte Lebensmittel vertrieben werden, Prostatakrebs hervorrufen können, ist dies durch die klinische Datenlage in keiner Weise begründet.

Mit Vitaminen angereicherte Lebensmittel

Auch wird in dem Spiegel-Beitrag der Eindruck erweckt, dass bereits eine Vielzahl von Nahrungsmitteln mit angereicherten Vitaminen oder Mineralstoffen von den Verbrauchern konsumiert werden.

Tatsächlich fanden sich im Jahr 2010 lediglich Anteile von 6% angereicherten Lebensmitteln im Markt.

Erhöhter Bedarf

Soweit in dem Spiegel-Artikel ferner suggeriert wird, dass die Lebensmittelindustrie den Verbrauchern suggeriere, dass über eine normale Ernährung nicht ausreichend Vitamine und Mineralstoffe zugeführt werden, ist dies ebenfalls unzutreffend. Den Vertreibern von Nahrungsergänzungsmitteln ist gemäß § 4 Abs. 4 NEMV ausdrücklich untersagt, Nahrungsergänzungsmittel damit zu bewerben, dass im Allgemeinen die Zufuhr angemessener Nährstoffmengen bei einer ausgewogenen, abwechslungsreichen Ernährung nicht möglich sei.

Tatsächlich hat der Europäische Gesetzgeber jedoch bereits in Erwägungsgrund 3 der Nahrungsergänzungsmittel-Richtlinie 2002/46/EG festgestellt, dass eine geeignete, abwechslungsreiche Ernährung in der Regel alle für eine normale Entwicklung und die Erhaltung einer guten Gesundheit erforderlichen Nährstoffe enthalten sollte. Aus Untersuchungen sei jedoch hervorgegangen, dass dieser Idealfall in der Gemeinschaft nicht auf alle Nährstoffe und alle Bevölkerungsgruppen zutrifft. Der Europäische Gesetzgeber selbst hat somit darauf verwiesen, dass für einzelne Nährstoffe und Bevölkerungsgruppen ein erhöhter Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen besteht.

Wir verweisen ferner auf die Ergebnisse der nationalen Verzehrstudie NVS II. wonach z.B. für die Vitamine D, E, B1 und Folsäure ein erhöhter Bedarf der Bevölkerung festgestellt wird. Es mag unstrittig sein, dass bei Verzehr großer Mengen Obst und Gemüse die weitere Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen nicht notwendig ist. Eine solche Ernährungsform entspricht jedoch nicht den in Deutschland üblichen Verzehrsmustern großer Teile der Bevölkerung.

Nutzlose Präparate?

In den wiedergegebenen Zitaten von Herrn Jürgen Windler vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit und Gesundheitswesen (IQWiG) und Herrn Peter Jüni, Universität Bern, wird der Eindruck erweckt, dass die Hersteller nutzlose Präparate herstellen würden. So heißt es in dem Artikel:

„Die meisten unabhängigen Wissenschaftler sind sich einig: abgesehen von Folsäure für Frauen im gebärfähigen Alter und Vitamin D für Babys und Altenheimbewohner haben Vitaminpräparate keinen Nutzen, sind also schlicht rausgeworfenes Geld. Mehr noch: der Studienfachmann Peter Jüni kommt nach Auswertung des Cochrain-Berichts zu dem Ergebnis, dass in Deutschland die Vitaminpräparate hochgerechnet für mehrere tausend Todesfälle pro Jahr verantwortlich sein könnten.“

Der Satz steht im Konjunktiv. Einen Beweis bleiben Peter Jüni und der Spiegel schuldig. Vitamine haben kein Potential zum Töten von Menschen.

Hierbei wird zusätzlich mit keinem Wort darauf eingegangen, dass im Rahmen der Health-Claims-Verordnung 1924/2006/EG die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) die Sicherheit und den Nutzen von Vitaminen und Mineralstoffen in jahrelangen Verfahren intensiv überprüft hat.

Die Haltung der EFSA

In diesem Zusammenhang hat die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) in einer Presseerklärung vom 28. Juli 2009 erklärt:

„Christian Larsen, der Vorsitzende des EFSA-Ausschusses für Zusatzstoffe und Nährstoffe führt aus: Millionen von Menschen in Europa verzehren regelmäßig Nahrungsergänzungsmittel zusätzlich zu Ihrer normalen Ernährung. Die Arbeit des Ausschusses soll helfen sicherzustellen, dass die Quellen von Vitaminen und Mineralstoffen die in Nahrungsergänzungsmitteln eingesetzt werden und in der Europäischen Union verkauft werden, sicher sind und effektiv die Nährstoffe in den Körper bringen können.“

In der europäischen Richtlinie 2002/46/EG und der nationalen Nahrungsergänzungsmittel-Verordnung sind die von der EFSA getesteten und für sicher befundenen Vitamine und Mineralstoffe aufgelistet. Die zuständige höchste europäische Gesundheitsbehörde hat somit die Sicherheit und den Nutzen von Nahrungsergänzungsmitteln mit Vitaminen und Mineralstoffen ausdrücklich bestätigt.

Die Health-Claims-Verordnung bestätigt den Nutzen von Nahrungsergänzungen

Darüber hinaus hat die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit im Rahmen der sogenannten Health-Claims-Verordnung 1924/2006/EG den Nutzen z.B. von Vitamin B6, Folsäure, Eisen, Magnesium, Zink und Kupfer ausdrücklich bestätigt. So heißt es z.B. in einer aktuellen Bewertung der EFSA, dass Vitamin B6 zu einem normalen Homocysteinestoffwechsel, zu einem normalen Energiestoffwechsel sowie zu normalen psychologischen Funktionen und zu einer Reduzierung von Müdigkeit und Erschöpfung sowie zu einer normalen Cysteinsynthese beiträgt.

Für Folsäure hat die europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit ausdrücklich bestätigt, dass Folsäure z.B. zu einer normalen Funktion des Immunsystems und zu einer normalen Zellteilung beiträgt und eine gesunde Schwangerschaft unterstützt. Für die Zufuhr von Eisen bestätigt die EFSA, dass Eisen zur normalen Formation roter Blutkörperchen und zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper sowie zu einer normalen Funktion des Immunsystems beiträgt. Darüber hinaus unterstützt Eisen sogar die normalen kognitiven Funktionen des Körpers.

Für den Mineralstoff Magnesium bestätigt die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit ausdrücklich, dass die Zufuhr von Magnesium unter anderem zur Elektrolytbalance und zu einem normalen Energiestoffwechsel sowie zur Aufrechterhaltung gesunder Knochen und Zähne beiträgt. In diesem Zusammenhang hat die EFSA lediglich die Wirkungsauslobungen akzeptiert, die durch wissenschaftliche Studien valide belegt waren.

Viele dieser Programmpunkte benötigen Jahre bis zur ihrer endgültigen Verabschiedung, weil sie einen langwierigen, achtstufigen Entscheidungsprozess mit einstimmiger Beschlussfassung auf jeder einzelnen Stufe durchlaufen müssen, welcher im Codex-Verfahrenshandbuch detailliert beschrieben ist. Daher sind genaue Angaben selten erhältlich, bis ein Programmpunkt sich im Endstadium der Beratung befindet. Darüber hinaus wirkt sich eine neue Norm oder Richtlinie nicht unmittelbar aus, da die nationalen Gesetze zunächst an *Codex Alimentarius* angepasst werden müssen und die neue Norm oder Richtlinie sich erst dann für Verbraucher oder Hersteller bemerkbar macht.

Der Codex Alimentarius empfiehlt die Einführung einer internationalen (!) gesetzlichen Abgrenzung zwischen Nahrungs- und Heilmitteln. Naturmittel wie beispielsweise Spitzwegerich (Wundheilung) oder Psylliumschalenpulver, das in Darmreinigungskuren unerlässlich ist, sowie zigtausend weitere würden dann zu Arzneimitteln umdefiniert. Wer dann schriebe, dass es bei Schnupfen hilfreich sein könnte, Vitamin-C-haltige Südfrüchte zu essen, könnte sich damit u.U. bereits strafbar machen.

Verharmlosung

Wenn Bürger ihrer Regierung ihre Bedenken bezüglich *Codex Alimentarius* mitteilen, lautet die übliche Antwort etwa: „Keine Sorge, der Codex ist ein freiwilliges Richtlinien- und Normensystem, das nicht bindend ist. *Codex* ist nicht das Gesetz.“

Die US Food and Drug Administration (FDA), die amerikanische Nahrungs- und Arzneimittelbehörde, hat ihren Standpunkt dazu seit Jahren klargemacht, besonders angesichts dessen, dass es bei den meisten amerikanischen Bedenken gegen den *Codex* um die negativen Auswirkungen auf die Erhältlichkeit von lebenswichtigen und gesundheitserhaltenden Nahrungsergänzungsmitteln geht. Während die FDA versucht, die Bedeutung des Codex für die Schaffung von Gesetzen bezüglich Nahrungsmitteln und Nahrungsergänzungsmitteln herunterzuspielen, geht sie manchmal mit der Wahrheit sehr „sparsam“ um.

Grobe Täuschungen durch den Spiegel

Es ist somit eine grob täuschende Darstellung des Spiegel-Artikels, dass alle Vitamin-Präparate gesundheitsschädlich seien und keinen Nutzen aufweisen würden. Dies entspricht weder den aktuellen wissenschaftlichen Überprüfungen durch die zuständige europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit noch der aktuellen Rechtslage.

Falsch ist in diesem Zusammenhang auch, wenn in dem Artikel von Frau Rubin vom BfR behauptet wird, dass die Hersteller im Unterschied zu Arzneimitteln nicht die Unbedenklichkeit ihrer Präparate nachweisen müssten, sondern die Pillen einfach registrieren lassen könne. Das Inverkehrbringen nicht sicherer Lebensmittel ist gemäß Artikel 14 Abs. 1 der Verordnung 178/2002/EG verboten. Jede Überwachungsbehörde kann mit einem Sofortvollzug den weiteren Vertrieb eines unsicheren Produktes sofort stoppen. Auch eine irreführende Bewerbung des Produktes ist nach aktueller Rechtslage gemäß §

11 Abs.1 Nr. 2 LFGB, Artikel 5, 6 der Verordnung Nr. 1924/2006/EG verboten und kann jederzeit von den Überwachungsbehörden untersagt werden. Auch diesbezüglich sind somit die Ausführungen von Frau Rupin in dem Spiegel-Artikel falsch.

Soweit in dem Artikel Herr Windeier ein Zulassungsverfahren fordert, ist festzustellen, dass eine Vielzahl der in dem Spiegel-Artikel kritisierten Dosierungen von Vitaminen ohnehin Arzneimitteldosierungen betreffen und nicht frei verkehrsfähige Nahrungsergänzungsmittel. Eine Warnung vor Vitaminpillen, wie sie von Herrn Windeier oder auch Herrn Lauterbach in dem Spiegel-Artikel gefordert wird, ist unbegründet, da die in Deutschland erhältlichen Nahrungsergänzungsmittel und angereicherten Lebensmittel verkehrsfähig sind, gesundheitlich unbedenklich und in der weit überwiegenden Mehrzahl auch mit wissenschaftlich hinreichend gesicherter Werbung in den Verkehr gebracht und beworben werden.

Kritisch zu bewerten sein mag, dass insbesondere durch Briefkastenfirmen aus dem Ausland unseriöse Präparate zum Teil über das Internet nach Deutschland kommen, in unsicheren Dosierungen und mit nicht verkehrsfähigen Zusammensetzungen oder teilweise schlecht gefälschten Präparaten unbekannter Herkunft. Hier würde es sicherlich Sinn machen, eine strengere Kontrolle zu fordern und durchzusetzen.

Eine generelle in dem Artikel jedoch suggerierte Gefährlichkeit aller Vitaminpräparate ist schlicht Unsinn und stellt vielmehr eine Verbrauchertäuschung und Panikmache durch den verantwortlichen Redakteur des Spiegels dar, die einer seriösen Berichterstattung nicht genügt.