



## PRESSEINFORMATION

### **Schlankheitsmittel versprechen viel – helfen aber nur wenig**

#### Illegal enthaltene Substanzen führten schon zu Todesfällen

**Nach den üppigen Feiertagen verspüren viele Menschen den Wunsch, ein wenig abzuspecken. Einige Schlankheitsmittel versprechen hier oft wahre Wunder, helfen aber meist nur wenig. Im schlimmsten Fall können sie sogar tödliche Folgen haben. Darauf weist das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) hin. Besonders Mittel, die im Internet angeboten werden, können die Gesundheit schwer schädigen.**

Schlankheitsmittel werden oft in arzneimitteltypischer Form als Tabletten, Kapseln oder in Pulverform unter der Bezeichnung Nahrungsergänzungsmittel (NEM) auf den Markt gebracht. Anders als Arzneimittel sind Nahrungsergänzungsmittel jedoch nur dazu bestimmt, dem Körper zusätzlich Vitamine, Mineralstoffe und andere Stoffe zuzuführen, um die normale Ernährung zu ergänzen. Nahrungsergänzungsmittel dürfen keine arzneiliche Wirkung entfalten – und damit auch keine Abnehmwirkung ohne reduzierte Kalorienzufuhr. Wer sich ein wirksames Präparat wünscht, muss daher auf gut wirksame Arzneimittel zurückgreifen.

Anders als bei Arzneimitteln durchlaufen Nahrungsergänzungsmittel kein behördliches Zulassungsverfahren, in dem die gesundheitliche Unbedenklichkeit vorab nachgewiesen werden muss. Der Hersteller oder Importeur ist für die Sicherheit seiner Produkte verantwortlich. Er muss sein Nahrungsergänzungsmittel beim BVL anzeigen, bevor er es in Verkehr bringt. Das BVL informiert die Bundesländer über die Anzeigen. Die Überwachungsbehörden der Bundesländer kontrollieren Nahrungsergänzungsmittel wie alle anderen Lebensmittel auch stichprobenartig.

### **Gefährliche illegale Substanzen**

Einige Geschäftemacher versuchen, ihre Schlankheitsmittel wirksam zu machen, indem sie ihnen illegale Substanzen zusetzen. Solche Produkte werden hauptsächlich im Internet

vertrieben und häufig als „100 % natürliche“ oder „rein pflanzliche“ Nahrungsergänzungsmittel angeboten. In der Tat enthalten sie jedoch nicht deklarierte pharmakologisch wirkende Stoffe in hohen Dosierungen. Nach Einnahme solcher Mittel mussten schon mehrere Todesfälle verzeichnet werden.

Um solch gefährliche Produkte im Internet zu identifizieren und den Verkauf zu stoppen, wurde 2013 beim BVL die Zentralstelle „Kontrolle der im Internet gehandelten Erzeugnisse des LFGB und Tabakerzeugnisse“, kurz G@ZIELT, ins Leben gerufen. Diese durchsucht das Internet im Auftrag der Bundesländer nach Produkten, die die Gesundheit gefährden und in Deutschland nicht verkehrsfähig sind. Die Anbieter werden den Überwachungsbehörden vor Ort gemeldet, die dann die erforderlichen Maßnahmen ergreifen und das Angebot löschen lassen. Recherchen von G@ZIELT zu Schlankheitsmitteln wurden unter anderem aufgrund der nicht angegebenen Stoffe Sibutramin, 2,4-Dinitrophenol und Synephrin durchgeführt. Auch im Europäischen Schnellwarnsystem für Lebensmittel und Futtermittel RASFF gibt es seit Jahren immer wieder Meldungen zu gefährlichen Mitteln mit diesen Substanzen.

### **Synthetischer Wirkstoff – Sibutramin**

Sibutramin, das als Appetitzügler zur Reduktion von starkem Übergewicht in Arzneimitteln verwendet worden war, wurde 2010 aufgrund seiner massiven Nebenwirkungen als Arzneimittelwirkstoff in der EU verboten. Dennoch wurden immer wieder Lebensmittel gefunden, die Sibutramin enthielten. Die Sibutramingehalte lagen dabei teilweise weit über den therapeutisch eingesetzten Dosierungen. Es kam sogar zu Todesfällen. Bei den Produkten handelte es sich um als Nahrungsergänzungsmittel vertriebene Erzeugnisse oder Aufgussgetränke, die als „Slimming Tea“ oder „Weight loss coffee“ angeboten wurden.

### **Industriechemikalie – 2,4-Dinitrophenol**

In Produkten aus dem Internet finden sich oftmals auch chemisch-synthetische illegale Beimischungen, wie 2,4-Dinitrophenol (DNP). Dabei handelt es sich um eine Industriechemikalie, die bei der Synthese von Farbstoffen, Holzschutzmitteln, Insektiziden und Sprengstoffen verwendet wird. Wenn DNP in geringer Dosis über einen längeren Zeitraum eingenommen wird, kann es zu Schädigungen von Leber, Niere, Blutbildung, Herz-Kreislauf- und Nervensystem kommen. In verschiedenen Ländern gab es in den vergangenen Jahren mehrere Todesfälle, die auf den Konsum von Produkten mit unerlaubt zugesetztem DNP zurückzuführen waren.

## **Synephrin und Koffein – riskante Kombination**

Einige als „rein pflanzlich“ deklarierte Nahrungsergänzungsmittel enthalten bedenkliche natürliche Wirkstoffe wie Synephrin, das den Energieverbrauch erhöhen, die Nahrungsaufnahme reduzieren und die Magentätigkeit steigern soll. Synephrin kommt in geringen Mengen in vielen Zitrusfrüchten vor. In Schlankheitsmitteln wird Synephrin meist in hohen Mengen in Kombination mit Koffein angeboten. Das Synephrin wird dabei meist hinter der Bezeichnung Bitterorangenextrakt versteckt, das Koffein hinter der Bezeichnung pflanzlicher Extrakte wie Guarana, Kaffee oder Grüntee-Extrakt. Synephrin und Koffein wirken beide auf das Herz-Kreislauf-System. Die Einnahme solcher Kombinationspräparate kann gefährliche Folgen haben, die von Schlafstörungen, Bluthochdruck und Herzrasen bis zu Kammerflimmern und Herzinfarkten reichen.

## **Tipps für Verbraucher**

Verbraucherinnen und Verbraucher, die Gewicht reduzieren wollen, sollten beim Kauf von Nahrungsergänzungsmitteln Folgendes beachten:

- Nahrungsergänzungsmittel dürfen keine pharmakologische Wirkung entfalten. Sie dienen nur der Ergänzung der Ernährung. Seien Sie daher skeptisch bei schnellen und unrealistischen Erfolgsversprechen!
- Seien Sie vorsichtig bei Produkten, die exklusiv im Internet vertrieben werden. Erfahrungsberichte und Empfehlungen in Diskussionsforen und Chatrooms entpuppen sich häufig als getarnte Werbung.
- Kaufen Sie Nahrungsergänzungsmittel nicht von Privatpersonen. Überprüfen Sie beim Online-Shopping das Impressum des Anbieters auf Vollständigkeit.
- Nahrungsergänzungsmittel aus dem Ausland können gegebenenfalls in Deutschland als Arzneimittel angesehen werden. Eine Einfuhr wäre demnach verboten – der Zoll könnte die Ware beschlagnahmen. Dem Besteller droht dann eine Anzeige.
- Informieren Sie sich vor dem Kauf über die Ihnen unbekanntes Zutaten. Gerade Produkte im Internet können gefährliche illegale Substanzen enthalten!
- Holen Sie sich im Zweifelsfall vor der Bestellung von Produkten zur Ergänzung der Ernährung fachlichen Rat, z. B. beim Arzt oder Apotheker.

- Haben Sie nach dem Kauf eines Nahrungsergänzungsmittels begründete Bedenken wegen dessen Kennzeichnung und Zusammensetzung, können sie sich an die für ihren Wohnort zuständige Lebensmittelüberwachungsbehörde des Landkreises oder der kreisfreien Stadt wenden.

### **Weitere Informationen**

Flyer „Fragen und Antworten zu Nahrungsergänzungsmitteln – Was Verbraucher wissen sollten“:

[www.bvl.bund.de/nahrungsergaenzungsmittel](http://www.bvl.bund.de/nahrungsergaenzungsmittel)

Flyer „Lebensmittel online kaufen! – Tipps für Verbraucher“:

[www.bvl.bund.de/internethandel\\_lebensmittel](http://www.bvl.bund.de/internethandel_lebensmittel)

### **Hintergrund**

Das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) ist eine eigenständige Bundesoberbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft. Das BVL ist für die Zulassung von Pflanzenschutzmitteln, Tierarzneimitteln und gentechnisch veränderten Organismen in Deutschland zuständig. Im Bereich der Lebensmittel- und Futtermittelsicherheit übernimmt es umfassende Managementaufgaben und koordiniert auf verschiedenen Ebenen die Zusammenarbeit zwischen dem Bund, den Bundesländern und der Europäischen Union.