

Berlin, den 13.01.2026

PRESSEMITTEILUNG

In der Regel unnötig

Grüne Woche-Auftritt des BVL informiert über Nahrungsergänzungsmittel

Auf der diesjährigen 100. Grünen Woche, die vom 16. Januar bis 25. Januar 2026 in Berlin stattfindet, können sich Besucherinnen und Besucher beim Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) über Nahrungsergänzungsmittel informieren. Auf dem BVL-Messestand in Halle 23 a klären Expertinnen und Experten über mögliche gesundheitliche Risiken von Nahrungsergänzungsmitteln auf und verdeutlichen die Unterschiede zwischen solchen Produkten und Arzneimitteln. Darüber hinaus informieren sie darüber, für welche Bevölkerungsgruppen bestimmte Nahrungsergänzungsmittel unter Umständen sinnvoll sein können und was beim Kauf zu beachten ist.

Am Messestand des BVL in der Halle des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH) wird gezeigt, mit welchen Wirkversprechen Nahrungsergänzungsmittel häufig beworben werden: höhere geistige Leistungsfähigkeit, bessere körperliche Fitness oder attraktivere Erscheinung.

Die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln ist bei einer ausgewogenen Ernährung üblicherweise nicht nötig. In Einzelfällen, wie Schwangerschaft und Stillzeit, oder auch bei chronischen Erkrankungen ist der Bedarf für bestimmte Nährstoffe erhöht. Hier kann eine Nahrungsergänzung sinnvoll sein.

Ein wichtiges Thema des BVL-Messestandes ist der Unterschied zwischen Arzneimitteln und Nahrungsergänzungsmitteln. Arzneimittel durchlaufen ein aufwändiges Zulassungsverfahren, in dem Hersteller die Wirksamkeit, Unbedenklichkeit und pharmazeutische Qualität der Mittel belegen müssen. Nahrungsergänzungsmittel hingegen zählen zu den Lebensmitteln. Sie müssen beim BVL angezeigt werden und dürfen unter Einhaltung der lebensmittelrechtlichen Vorschriften ohne vorherige Zulassung oder amtliche Prüfung verkauft werden.

Das BVL erfüllt bei der Überwachung von Nahrungsergänzungsmitteln koordinierende Aufgaben. Pro Jahr gehen beim BVL mehrere zehntausend Anzeigen im Rahmen der gesetzlichen Anzeigepflicht ein. Um Lebensmittelunternehmern und zuständigen Behörden eine rechtskonforme Verwendung bzw. die Beurteilung von Inhaltsstoffen zu erleichtern, erarbeitet das BVL Orientierungshilfen zur Einstufung von Produkten, wie die Stofflisten des Bundes und der Bundesländer. Mit dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte führt das BVL die Geschäftsstelle der gemeinsamen Expertenkommission zur Beurteilung von Stoffen, die als Lebensmittel oder Lebensmittelzutat in den Verkehr gebracht werden. Die dortigen Fachleute bringen ihr Knowhow bei der rechtlichen Einstufung von Stoffen ein, die in Lebensmitteln verwendet oder als Lebensmittel in den Verkehr gebracht werden sollen.

„Auch wenn sie bei einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung meist überflüssig sind: weltweit gehandelte Nahrungsergänzungsmittel sind für die Bevölkerung heutzutage auch über das Internet leicht zugänglich. Daten zur Sicherheit der Inhaltsstoffe für die menschliche Gesundheit und zu sicher-

Zufuhrmengen sind von entscheidender Bedeutung, um gesundheitliche Risiken zu vermeiden“, sagt BVL-Präsidentin Prof. Dr. Gaby-Fleur Böl.

Auch im Jahr 2026 lädt der BVL-Messestand die Besucherinnen und Besucher zum Mitmachen ein. So können sie die empfohlene Menge eines Nahrungsergänzungsmittelpulvers selbst abmessen und dabei feststellen, wie leicht man solche Produkte überdosieren kann. In einem Quiz kann man das eigene Wissen über Nahrungsergänzungsmittel testen. Zusätzlich gibt es nützliche Tipps für einen seriösen Einkauf von und einen sicheren Umgang mit Nahrungsergänzungsmitteln.

Hintergrund

Laut § 5 der Nahrungsmittelergänzungsverordnung müssen Lebensmittelunternehmer nicht nur aus dem Inland, sondern auch aus anderen Staaten der Europäischen Union sowie aus Drittstaaten beim BVL anzeigen, welche Nahrungsergänzungsmittel sie in Deutschland auf den Markt bringen wollen. Diese Informationen bereitet das BVL auf und leitet sie strukturiert an die obersten Lebensmittelüberwachungsbehörden der zuständigen Bundesländer weiter. Durch das zentrale Anzeigeverfahren beim BVL wird eine effektivere Überwachung dieser Produkte gewährleistet.

Für die gesundheitliche Unbedenklichkeit von Nahrungsergänzungsmitteln sind die Lebensmittelunternehmer verantwortlich. Kontrolliert und gegebenenfalls beanstandet werden Nahrungsergänzungsmittel von den für die Auslegung und Überwachung der lebensmittelrechtlichen Vorschriften zuständigen Lebensmittelüberwachungsbehörden in den Bundesländern.

Weiterführende Informationen

- BVL-Themenseite Nahrungsergänzungsmittel
www.bvl.bund.de/nahrungsergaenzungsmittel

Über das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL)

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