



Nahrungsergänzungsmittel in Onlineshops

Untersuchte Proben 13

Beanstandete Proben: 11 (85%)
Beanstandete Webseiten: 4 (100%)

Untersuchung von August – September 2020

Einführung

Im Jahr 2019 erhoben die Zollbehörden im Rahmen eines Schwerpunktprogramms gezielt Nahrungsergänzungsmittel und sandten diese zur Untersuchung auf pharmakologisch aktive Substanzen an unser Amt. Eine Schlussfolgerung dieser Zollkampagne war, dass viele Anbieter von Nahrungsergänzungsmitteln ihre Ware ausschliesslich über Online-shops vertreiben und gar keine physischen Verkaufsflächen mehr besitzen, um die Produkte zu verkaufen. Aufgrund der Kampagne sind wir auf Verkaufskanäle gestossen, die im Rahmen des normalen amtlichen Monitorings sonst kaum beprobt worden wären. Erfreulicherweise konnten in der letztjährigen Kampagne keine verbotenen Arzneistoffe nachgewiesen werden, jedoch war eine grosse Zahl der Produkte aufgrund von Überdosierungen, unerlaubter Zutaten und allgemeinen Kennzeichnungsmängeln bereits anhand der Deklaration auf der Verpackung zu beanstanden. Besonders auffallend war eine Gruppe von Nahrungsergänzungsmitteln mit BCAA, bei denen praktisch alle Produkte Überdosierungen aufwiesen. BCAA ist die Abkürzung für Branched Chain Amino Acids (auf Deutsch verzweigt-kettige Aminosäuren), dabei handelt es sich um die Aminosäuren L-Leucin, L-Isoleucin und L-Valin. Diese Aminosäuren sind ganz normale Bestandteile der Nahrung, die wir als Proteine täglich zu uns nehmen, jedoch darf die Zufuhr einzelner Aminosäuren, zusätzlich zur normalen Nahrung, ein gewisses Mass nicht überschreiten, da dies zu unerwünschten gesundheitlichen Auswirkungen führen kann. Aus diesem Grund sind Höchstwerte für die tägliche Zufuhr dieser drei Aminosäuren lebensmittelrechtlich festgelegt.

Das Ziel der vorliegenden Kampagne war die Dosierung von Nahrungsergänzungsmitteln mit BCAA zu überprüfen. Dabei wurden die Proben nicht stichprobenartig erhoben, sondern nach vorgängiger Recherche auf den Onlineshops mit Sitz im Kanton St.Gallen risikobasiert erhoben. Bei der Recherche waren jedoch auch andere Produkte wegen verbotener gesundheitsbezogener Angaben auf der Webseite auffällig, weshalb auch einige andere Proben auf diese Weise erhoben und die Kennzeichnung überprüft wurde. Nebst der Prüfung der korrekten Deklaration auf der Produkt-Etikette, wurde auch die Anpreisung der Produkte im Onlineshop geprüft. Auf diese Weise wurden insgesamt 12 Nahrungsergänzungsmittel (BCAA (6), einzelne Aminosäuren (2), weitere auffällige Produkte (4)), 1 Getränke-Konzentrat und Produkte auf 4 Webseiten geprüft.

Gesetzliche Grundlage

Nahrungsergänzungsmittel haben den Anforderungen Verordnung über *Nahrungsergänzungsmittel* (SR 817.022.14; *abgekürzt VNem*) zu entsprechen. Bei der Zusammensetzung ist insbesondere zu prüfen, ob die Nahrungsergänzungsmittel der Anforderung von Art. 7 des *Bundesgesetzes über Lebensmittel und Gebrauchsgegenstände* (SR 817.0, LMG) genügen. Die Anforderungen an die Kennzeichnung richten sich nach der *Lebensmittelinformationsverordnung* (SR 817.022.16; *abgekürzt LIV*) und den spezifischen Vorgaben der VNem. Gemäss Art. 44 der *Lebensmittel- und Gebrauchsgegenständeverordnung* (SR 817.02, *abgekürzt LGV*) müssen bei vorverpackten Lebensmitteln, die mit Einsatz von Fernkommunikationstechniken angeboten werden, die Konsumentinnen und Konsumenten über die gleichen Informationen verfügen, die



bei der Abgabe vor Ort zur Verfügung gestellt werden. Dies bedeutet, dass beim Verkauf der Produkte über die Webseite zum Zeitpunkt des Anbietens alle lebensmittelrechtlich vorgeschriebenen Angaben, die auch auf dem Produkt selber aufgeführt sind, verfügbar sein müssen. Davon ausgenommen sind das Haltbarkeitsdatum und das Warenlos.

Resultate

Höchstmengenüberschreitungen von Aminosäuren

Die Beanstandungsquoten von 85% bei den Proben und 100% bei den Webseiten sind sehr hoch, jedoch nicht unbedingt überraschend, da die Produkte bereits im Voraus auf den Onlineshops ausgeschrieben wurden. Die Hauptbeanstandungsgründe sind in der folgenden Tabelle aufgeführt.

Beanstandungsgründe	Proben	Webseite
Höchstmengenüberschreitungen Aminosäuren	6	3
Mögliche Gesundheitsgefährdung aufgrund unsicherer Inhaltsstoffe oder mangelnder Sicherheitsnachweis	3	1
Warnhinweise Nahrungsergänzungsmittel	2	3
Gesundheitsbezogene Angaben	1	3
Täuschung	1	1

Die aus der letztjährigen Kampagne hervorgegangene BCAA-Problematik hat sich auch in dieser Kampagne bestätigt. Unter Anwendung der auf der Verpackung angegebenen Dosierung war bei 6 von 8 Produkten mit BCAA's oder einzelnen Aminosäuren die für Erwachsenen zugelassenen Höchstmengen pro empfohlener täglicher Verzehrsmenge einzelner Aminosäuren überschritten. So darf von z.B. L-Leucin in Nahrungsergänzungsmitteln die tägliche Aufnahmemenge nicht mehr als 2400 mg betragen. Diese Höchstmengenüberschreitungen wurden sowohl bei den Proben selber, als auch in den Onlineshops beanstandet.

Mögliche Gesundheitsgefährdung

Drei Proben wurden wegen unsicherer Zutaten und der Tatsache, dass eine mögliche Gesundheitsgefährdung aufgrund der Zutaten nicht ausgeschlossen werden konnte, beanstandet und der Verkauf untersagt. Eine Probe enthielt reines Berberin, ein Isochinolinalkaloid, welches vor allem in der Pflanze *Berberis vulgaris* vorkommt und gemäss der Stoffliste des Bundes und der Bundesländer (Deutschland) die Wurzel und Wurzelrinde sowie die Rinde von *Berberis vulgaris* als Arzneistoff bzw. Liste A eingestuft und die Verwendung in Lebensmitteln nicht empfohlen wird. Eine weitere Probe enthielt einen Fruchtextrakt aus schwarzem Pfeffer, der auf 95% Piperin standardisiert ist. Gemäss dem Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR, Deutschland) darf die tägliche Zufuhrmenge von isoliertem Piperin 2 mg/Tag aus gesundheitlichen Gründen nicht überschreiten. Mit dem Verzehr von einer Portion des Nahrungsergänzungsmittels würde diese Menge von 2 mg/Tag Piperin fast um das 5fache überschritten. Da das Nahrungsergänzungsmittel ebenfalls im Ausland verkauft wird, wurde eine Meldung im europäischen Schnellwarnsystem RASFF (Rapid Alert System for Food and Feed) erstellt. Das dritte Nahrungsergänzungsmittel enthielt 2-(Dimethylamino)ethanol (DMAE). Dieser Stoff ist gesetzlich nicht geregelt und es liegen auch keine Informationen bezüglich der Sicherheit dieser Verbindung vor. Der zuständige Betrieb wurde aufgefordert, die Abklärungen der Verkehrsfähigkeit des Produktes inklusive der notwendigen Unterlagen (Risikobewertung, Novel Food Status, Abgrenzung des Produkts zu den Heilmitteln) einzureichen, was im Selbstkontrollkonzept



beinhaltet sein sollte. Da der Betrieb über keine solcher Unterlagen verfügte und die Sicherheit nicht belegen konnte, durfte er das Produkt nicht weiterverkaufen.

Täuschung

Ein Nahrungsergänzungsmittel sollte gemäss Angaben auf der Verpackung 53.2 mg/kg Selen enthalten. Dies wurde analytisch überprüft und es konnte praktisch kein Selen nachgewiesen werden. Der Selen-Gehalt war so tief, dass er unter der Bestimmungsgrenze (< 0.04 mg/kg) der analytischen Methode lag. Da die für Lebensmittel verwendeten Angaben den Tatsachen entsprechen müssen wurde die Probe als täuschend beanstandet.

Anpreisung in den Onlineshops

Auffällig war die Tatsache, dass sehr viele, teilweise sehr extreme gesundheitsbezogene Angaben zu den Produkten auf den Webseiten gemacht werden. Die Beanstandungsquote diesbezüglich war sehr hoch. In der Kampagne wollten wir überprüfen, ob auf den Produkten selber ebenfalls gesundheitsbezogene Angaben gemacht werden oder ob diese Anpreisung der Produkte lediglich auf den Webseiten vorkommt. Letzteres war der Fall, wie aus der Tabelle ersichtlich ist. Nur bei einem Produkt war auf der Etikette eine gesundheitsbezogene Angabe vorhanden, alle anderen Proben waren diesbezüglich konform. Die Kennzeichnung von zwei Proben war auf der Verpackung selber konform, aber die Auslobungen auf der Webseite waren haarsträubend. Eine einfache Aminosäure wurde als Wundermittel für die fördernde Wirkung auf die männliche Erektionsfähigkeit, die Steigerung der Libido und gleichzeitig aber auch als speziell wichtig für Kinder angepriesen.

Die Kennzeichnung der Produkte in den Onlineshops war insgesamt mangelhaft. Entweder fehlten ganze Bezeichnungen oder Abschnitte oder nur Teile davon (Zutatenverzeichnis, Nährwertkennzeichnung, Produktionsland, Sachbezeichnung, Gebrauchsanleitung und Dosierung, Portionengrösse). Auf den Webseiten fehlten zudem meist die für Nahrungsergänzungsmittel notwendigen Hinweise, dass die angegebene Tagesdosis nicht überschritten werden darf, dass Nahrungsergänzungsmittel nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden sollen und dass die Produkte ausserhalb der Reichweite von kleinen Kindern zu lagern sind. In allen Fällen wurde verfügt, dass die gesundheitsbezogenen Angaben innerhalb einer kurzen Frist von den Webseiten zu entfernen sind und dass ein Konzept für die Kennzeichnung der Produkte im Onlineshop eingereicht werden soll.

Fazit

Die Kampagne zeigt, dass Produkte mit BCAA's oder einzelnen Aminosäuren weiterhin vermehrt überprüft werden müssen, da viele dieser Produkte zu hoch dosiert sind. Besondere Vorsicht ist geboten bei Werbung mit extremen gesundheitsbezogenen Angaben auf Webseiten - im Besten Fall sind die Versprechen nur heisse Luft und eine Täuschung für Konsumentinnen und Konsumenten - im schlimmsten Fall kann von diesen Produkten eine Gesundheitsgefährdung ausgehen. Die geprüften Onlineshops sind in der Pflicht die Anpreisung der Produkte gesetzeskonform anzupassen und sicherzustellen, dass nur zulässige und sichere Produkte angeboten werden. Diesbezüglich besteht sehr viel Klärungsbedarf und die Thematik dürfte die Lebensmittelkontrollbehörden weiterhin stark beschäftigen.

