

Dr. Riedl warnt: Drip-Bars und Energydrinks gefährden unsere Gesundheit!

Matthias Riedl warnt vor Ernährungstrends in Hamburg-Mitte, besonders vor riskanten Drip-Bars und Energydrinks.

Hamburg, Deutschland - Gesundheitswarnungen stehen im Focus: Dr. Matthias Riedl, ein anerkannter Ernährungsmediziner, äußert sich kritisch zu den neuesten Ernährungstrends, insbesondere zu den sogenannten Drip-Bars. Diese Einrichtungen bieten Vitaminen und Nährstoffen reiche Infusionen an, die direkt in die Blutbahn verabreicht werden. Riedl bezeichnet diese Praxis als gefährlich und unnötig. „Die Idee, dass unser Körper zusätzliche Vitamine benötigt, ist falsch. Ein Kater verursacht keinen sofortigen Vitaminmangel“, erklärt er in seinem Podcast. Zudem sieht er Risiken, die von möglichen Keimen bis hin zu gefährlichen Überdosierungen reichen, und fordert eine klare Abgrenzung von medizinischen Methoden in der Ernährung.

Energydrinks unter Beschuss

Im gleichen Atemzug kritisiert Riedl auch die übermäßige Werbung für Energydrinks, insbesondere die Produkte von Prime. Diese sind nicht nur mit Zucker überladen, sondern enthalten auch hohe Mengen an Koffein und andere potenziell schädliche Inhaltsstoffe. Laut Riedl ist das ein Gesundheitsrisiko, vor allem für Jugendliche. Während Energydrinks kurzfristig für mehr Energie sorgen können, sind die langfristigen Effekte alarmierend. Studien zeigen, dass ein hoher Konsum zu Schlafproblemen und sogar zu ernsthaften

Herzrhythmusstörungen führen kann. Riedl weist darauf hin, dass andere Länder wie Kanada und Australien bereits Maßnahmen ergriffen haben, um solche Getränke zu verbieten oder zumindest Altersbeschränkungen einzuführen.

Zusätzlich wird betont, dass viele Gesundheitsrisiken von den hohen Zuckermengen und anderen Zusätzen ausgehen, die oft übersehen werden. Eine wissenschaftliche Untersuchung ergab, dass die stimulierenden Wirkungen von Energydrinks auch nicht ohne Schattenseiten sind, und die Kombination mit Alkohol kann katastrophale Folgen haben. Riedl und weitere Experten warnen: „Die Verbraucher sollten sich der Risiken bewusst sein, die mit dem Konsum dieser trendigen Getränke verbunden sind.“ In Anbetracht der Warnungen ist es entscheidend, informierte Entscheidungen über die eigene Ernährung und den Konsum von Nahrungsergänzungsmitteln zu treffen, um die eigene Gesundheit nicht zu gefährden.

Abendblatt berichtet über Riedls Warnungen zu Drip-Bars. Schockierende Details über die Risiken von **Energydrinks** erfahren Sie bei **SWR**.

Details	
Vorfall	Gesundheitskrise
Ort	Hamburg, Deutschland
Quellen	• www.abendblatt.de • www.swr.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at