

Warnung: Gefährliche Vitamin-Mittel für Kinder auf dem Markt!

Stiftung Warentest warnt vor Nahrungsergänzungsmitteln für Kinder: Überdosierungsgefahren und unnötige Einnahme.



Deutschland - Eine neue Warnung bzgl. der Verwendung von Nahrungsergänzungsmitteln für Kinder sorgt für Aufregung. Die **Kleine Zeitung** berichtet, dass die Stiftung Warentest von fünf getesteten Produkten abgeraten hat. Grund hierfür sind die Gefahren einer Überdosierung von Vitamin A und Kupfer, die in einigen Präparaten enthalten sind. Kupfer sollte in Produkten für Kinder gänzlich vermieden werden, da es langfristig zu schweren Leberschäden führen kann. Auch zusätzliches Vitamin A birgt Risiken, wie Kopfschmerzen und Leberprobleme.

Viele Hersteller ignorieren laut der Stiftung Warentest die wissenschaftlichen Empfehlungen, die Kinder vor Überdosierungen schützen sollen. In Deutschland sind die

meisten Kinder und Jugendlichen ausreichend mit Vitaminen und Mineralstoffen versorgt. Lediglich bei bestimmten Gruppen, wie vegan erzogenen Kindern, kann es zu Mangelernährung kommen. Es wird festgestellt, dass etwa fünf Prozent der Kinder und Jugendlichen Nahrungsergänzungsmittel konsumieren, was Hunderttausenden entspricht.

Unnötige Risiken durch Nahrungsergänzungsmittel

Die Ängste der Eltern bezüglich der Ernährung ihrer Kinder, insbesondere im Hinblick auf eine fehlende Aufnahme von Obst und Gemüse, führen häufig dazu, dass Nahrungsergänzungsmittel als vermeintliche Lösung angeboten werden. Das **Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR)** erklärt jedoch, dass die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln für gesunde Kinder in der Regel unnötig ist. Bei ausreichender und ausgewogener Ernährung sind Kinder in Deutschland im Allgemeinen gut mit Nährstoffen versorgt.

Es ist wichtig zu beachten, dass Nahrungsergänzungsmittel oft hoch dosiert sind und häufig keine verbindlichen Vorschriften für Höchstgehalte existieren. Dies kann zu Überdosierungen führen, die gesundheitsschädlich sein können. Bei Verdacht auf unzureichende Nährstoffversorgung sollte daher immer ein Arzt konsultiert werden.

Markt und Regulierung im Fokus

Nahrungsergänzungsmittel werden rechtlich als Lebensmittel betrachtet und unterliegen somit nicht den strengen Prüfungen, die für Arzneimittel gelten. Darüber hinaus sind die Hersteller verantwortlich für die Sicherheit ihrer Produkte. Marktchecks haben gezeigt, dass viele Produkte für Kinder die empfohlenen Zufuhrwerte überschreiten, was die Forderung nach strengerer Regulierung unterstreicht. Es fehlen einheitliche und detaillierte

Regelungen für Vitamine und Mineralstoffe in Nahrungsergänzungsmitteln in Europa, während andere Länder transparentere Informationen über Inhaltsstoffe, Mengen und empfohlene Verzehrmenen bereitstellen.

Die Vorteile der Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln für Kinder sind weiterhin sehr umstritten. Es ist ratsam, statt auf diese Produkte zurückzugreifen, auf eine ausgewogene Ernährung zu setzen, um die notwendige Nährstoffzufuhr sicherzustellen. Um gesundheitlichen Risiken entgegenzuwirken, sollten Eltern sich gut informieren und im Zweifelsfall gemeinsam mit einem Facharzt entscheiden, ob Nahrungsergänzungsmittel wirklich notwendig sind.

Details	
Vorfall	Warnung
Ursache	Überdosierungsgefahr, Mangelernährung
Ort	Deutschland
Quellen	• www.kleinezeitung.at • www.bfr.bund.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at