

Pressemitteilung vom 2. November 2021

## Trotz Verbot auf dem Markt: Lebensmittel mit Vitamin D-Zusatz

Laut Marktcheck der Verbraucherzentralen viele Produkte mit Vitamin D ohne Erlaubnis

Die Verbraucherzentralen untersuchten in einer Stichprobe Lebensmittel, die mit Vitamin D angereichert waren. Von 112 untersuchten Produkten hatten 68 keine entsprechende Erlaubnis. Bei zehn weiteren Produkten war nicht eindeutig, ob vorhandene Allgemeinverfügungen gelten. Zudem fielen Produkte im Marktcheck auf, denen laut Empfehlung des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR) gar kein Vitamin D hätte zugeführt werden dürfen.

„Lebensmittelunternehmen müssen sich an die rechtlichen Vorgaben halten“, sagt Britta Gerckens von der Verbraucherzentrale Hamburg. „Die Lebensmittelüberwachung muss stärker kontrollieren, ob sich die Hersteller an das Verbot zur Anreicherung halten. Produkte, die trotz Verbot verkauft werden, müssen aus dem Handel genommen werden.“

### **Nicht allen Lebensmitteln darf Vitamin D zugesetzt werden**

Der Zusatz von Vitamin D ist in Deutschland für die meisten Lebensmittel verboten. Sie dürfen nur verkauft werden, wenn die Anreicherung mit Vitamin D durch eine Allgemeinverfügung oder Ausnahmegenehmigung erlaubt wurde. Grundsätzlich zugelassen ist der Zusatz von Vitamin D bis zu einer bestimmten Menge beispielsweise für Margarine und Streichfett. Lebensmittel wie Brot, Milch und Pilze, die durch UV-Bestrahlung mit Vitamin D angereichert werden, müssen die Vorgaben der Verordnung über neuartige Lebensmittel erfüllen.

### **Hersteller beachten Anreicherungskonzept nur unzureichend**

Das BfR empfiehlt Höchstmengen für die Anreicherung bestimmter Lebensmittel mit Vitamin D. Denn eine zu hohe Aufnahme von Vitamin D kann mit gesundheitlichen Nachteilen verbunden sein.

Doch die für Milchprodukte, Brot und Backwaren, Streichfette, Speiseöle und Cerealien vorgeschlagenen Höchstmengen des Bundesinstituts wurden bei 13 von 61 Produkten überschritten. Die mittels UV-Bestrahlung angereicherten Lebensmittel hielten die Höchstmengen ein.

Getränke und Tees sowie Lebensmittel mit ungünstigen Nährwerten wie Süßigkeiten eignen sich laut BfR nicht für einen Vitamin D-Zusatz. „Dennoch gab es in der Stichprobe Getränke, Smoothies, Tees und Süßigkeiten mit Vitamin D“, berichtet Gerckens. „Diese Produkte haben auf dem Markt nichts zu suchen.“

### **Vitamin D-Aufnahme im Blick haben**

Die Verbraucherzentrale Hamburg empfiehlt Verbraucherinnen und Verbrauchern beim Einkauf darauf zu achten, ob Lebensmittel mit Vitamin D angereichert sind. Vor allem Produkte, die in größeren Mengen verzehrt werden, sollten möglichst kein zusätzliches Vitamin D enthalten. Eine übermäßig hohe Einnahme von Vitamin D kann zu Übelkeit, Appetitlosigkeit, Bauchkrämpfen und Erbrechen führen, aber auch die Nieren schädigen oder Herzrhythmusstörungen hervorrufen.

**Hinweis:** Weitere Informationen zum Thema und Infografiken sind veröffentlicht auf der Website der Verbraucherzentrale Hamburg unter: [www.vzhh.de/vitamin-d](http://www.vzhh.de/vitamin-d)

*Die Veröffentlichung wurde gefördert durch das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft.*

**Bitte beachten Sie, dass die Meldung den Stand der Dinge zum Zeitpunkt ihrer Veröffentlichung wiedergibt.**

© Verbraucherzentrale Hamburg e. V.

<https://www.vzhh.de/presse/trotz-verbot-auf-dem-markt-lebensmittel-vitamin-d-zusatz>