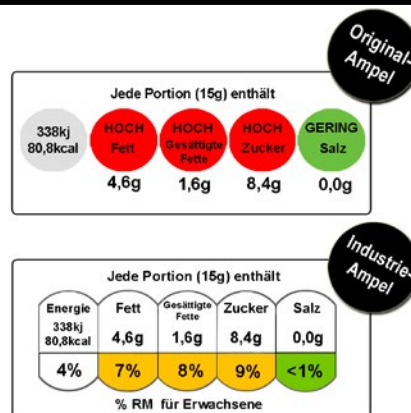


# foodwatch: Hersteller rechnen Produkte gesund

Mit der von ihnen vorgeschlagenen Lebensmittel-Ampel lassen die Hersteller Produkte gesünder aussehen als sie sind, kritisiert die Verbraucherorganisation foodwatch. Auf EU-Ebene hatten sechs große Lebensmittelkonzerne, darunter Coca-Cola, Nestlé und Unilever, eine Farbkennzeichnung („Ampel“) von Lebensmitteln vorgestellt (<https://hausarzt.link/ChcRZ>). Verglichen mit dem Vorschlag der britischen Lebensmittelbehörde (FSA) zeige das Hersteller-Modell aber deutlich weniger rote Ampeln, bemängelt foodwatch. So springe die Ampel selbst bei Nutella nicht auf Rot – nach Einteilung der FSA hingegen zeige sie gleich drei rote Ampeln für einen hohen Anteil von Fett, gesättigten Fettsäuren und Zucker (s. Abb).



Grund dafür sei eine andere Bezugsgröße: Die Berechnung der FSA-Ampel bezieht sich immer auf 100 Gramm des Produkts. Enthält es mehr als 15 Prozent Zucker, wird es in dieser Eigenschaft rot gekennzeichnet. Hingegen legt das Hersteller-Modell Portionsgrößen zugrunde. Bei allen Portionen bis zu 60 Gramm

zeige die Hersteller-Ampel erst Rot, wenn eine Portion mehr als 13,5 Gramm Zucker enthält. Bei Frühstücksflocken mit einer 40-Gramm-Portion sei dies also erst bei mehr als 33,7 Prozent Zucker der Fall. Beim Hersteller-Modell müsse also mehr als doppelt so viel Zucker enthalten sein wie beim FSA-Modell, bevor die

Ampel Rot zeigt. Nutella (Portion 15 Gramm) müsste demnach zu mehr als 90 Prozent aus Zucker bestehen, um als Rot zu gelten. 2010 hätten Hersteller auf EU-Ebene noch eine Nährwert-Ampel verhindert. Damals habe sich der Herstellervorschlag mit „Richtwert für die Tageszufuhr“ durchgesetzt.

## Cochrane untersucht Clopidogrel plus Aspirin



Personen mit einer Herzerkrankung (ohne koronaren Stent) oder einem hohen Risiko dafür profitieren von der Kombination Clopidogrel plus Aspirin, verglichen mit Aspirin allein. Zu diesem Ergebnis kommt ein Cochrane-Review, das Daten von 15 Studien mit insgesamt mehr als 30.000 Teilnehmern ausgewertet hat.

Unter der Kombination habe sich das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall reduziert: Man könne bei einer Nachbeobachtung von zwölf Monaten 13 Herzinfarkten und 23 Schlaganfällen pro 1.000 Patienten vorbeugen, schreiben die Autoren. Es seien allerdings auch häufiger schwere (9) und leichtere Blutungen (33) zu erwarten, bei einer Nachbeobachtungszeit von im Schnitt 10,5 und sechs Monaten. Keinen Effekt stellten die Autoren bezogen auf die Mortalität oder die kardiovaskuläre Mortalität fest.

Vier der 15 Studien wiesen ein niedriges Bias-Risiko auf, auch wenn ein paar von ihnen von Herstellern finanziert wurden, so die Autoren. Alle Studien selektierten die Teilnehmer zufällig in Interventions- oder Kontrollgruppe. Verglichen wurde Clopidogrel plus Aspirin mit entweder Aspirin allein oder Aspirin plus Placebo. Die Einnahmezeit von Clopidogrel unterschied sich zwischen den Studien zwischen sechs Wochen und 3,4 Jahren.

Quelle: Squizzato A et al: Clopidogrel plus aspirin versus aspirin alone for preventing cardiovascular events. Cochrane Database of Systematic Reviews 2017, Issue 12. Art. No.: CD005158. DOI: 10.1002/14651858.CD005158.pub4