



PRESSEMELDUNG

DGfN fordert „Zuckerbremse“ für Softdrinks – denn Übergewicht trägt zur Entstehung von Nierenkrankheiten bei

21.02.2023 – Im Durchschnitt nimmt jede*r Bundesbürger*in gut 12 kg Zucker pro Jahr über Softdrinks auf, oft ganz nebenbei zum Durstlöschen und nicht als bewusst konsumiertes Genussmittel. Die Zahl der übergewichtigen Menschen steigt ebenso wie die Zahl der sogenannten Zivilisationskrankheiten. Was viele nicht wissen: Übergewicht ist auch ein Risikofaktor für Nierenkrankheiten. Die Deutsche Gesellschaft für Nephrologie (DGfN) plädiert daher zusammen mit der „Deutschen Allianz Nichtübertragbare Krankheiten“ (DANK) für die Einführung einer „Zuckerbremse“ in Softdrinks. Denn eine aktuelle Studie [1] zeigt, dass die freiwillige Selbstverpflichtung der Getränkeindustrie nicht ausreichend greift.

Heute wurde eine Studie der „Deutschen Allianz Nichtübertragbare Krankheiten“ (DANK) [1] publiziert, die in Zusammenarbeit mit Wissenschaftler*innen der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) und der Technischen Universität München (TUM) entstand und deren Ergebnis ernüchternd ist. Demnach ist der durchschnittliche Zuckergehalt von Softdrinks in Deutschland in den Jahren 2015 bis 2021 lediglich um etwa 2 Prozent gesunken – und liegt damit weit hinter dem Ziel, das im Rahmen der Nationalen Reduktionsstrategie des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) gesteckt wurde. Dort wurde vor acht Jahren definiert, dass der Zuckergehalt von Softdrinks um 15 Prozent bis 2025 sinken soll. Ziel und gegenwärtige Realität klaffen also weit auseinander.

DANK kritisiert zurecht die schleppende Umsetzung des gesteckten Ziels [2], das für die Gesundheit der Bevölkerung von großer Bedeutung wäre und mahnt effektivere Maßnahmen seitens der Politik an – die freiwillige Selbstverpflichtung der Hersteller reiche offenbar nicht aus.

Die DGfN, auch DANK-Mitglied, unterstreicht die Forderung, dass mit mehr Ernsthaftigkeit gehandelt werden muss, um das Ziel von 15% weniger Zucker in Softdrinks zu erreichen. Denn was wenig bekannt ist: Übergewicht trägt nicht unerheblich zur Entstehung von chronischen Nierenkrankheiten bei. Eine ungesunde Lebensführung mit zu viel Zucker und Kalorien einerseits und zu wenig Bewegung andererseits, führt zu Übergewicht, welches wiederum Bluthochdruck und Diabetes mellitus nach sich zieht. Diese beiden Volkskrankheiten schädigen auf die Dauer die Nieren und sind zusammen die bei weitem häufigsten Ursachen für eine Dialysepflichtigkeit. Allein ein Drittel aller Menschen, die eine Nierenersatztherapie benötigen (Dialyse oder Nierentransplantation), waren zuvor an Diabetes erkrankt, ein weiteres knappes Drittel an Bluthochdruck.

„Die Nierengesundheit steht zwar am Ende der Kaskade *hoher Zuckerkonsum > Übergewicht > Diabetes mellitus oder Bluthochdruck > chronische Nierenerkrankung*, aber es ist wichtig, gleich an der ersten Stufe anzusetzen, wenn man die Zahl der Menschen mit Nierenleiden perspektivisch verringern möchte“, erklärt Prof. Dr. Julia Weinmann-Menke, Pressesprecherin der DGfN. „Zucker ist ein

Gefäßkiller und die Nieren bestehen aus vielen zarten Gefäße, die das Blut filtern und so von Giftstoffen befreien. Wer seine Nieren schützen möchte, reduziert daher auch seinen Zuckerkonsum.“

Doch gerade der Zucker, den man „nebenbei“ über Getränke konsumiert, wird unterschätzt. 100 ml Cola (nur ein halbes Glas!) enthält 10,6 g Gesamtzucker und 42 Kalorien [3]. In dem durchschnittlichen Jahres-Pro-Kopf-Verbrauch an Softdrinks in Deutschland von 118 Litern [4] stecken also allein 12,5 kg Zucker, die quasi ganz „nebenbei“ und unbemerkt dem Körper zugeführt werden.

Prof. Dr. Martin Kuhlmann, Berlin, Vorstandsmitglied der DGfN, appelliert daher, Gesundheitsprävention als eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe zu begreifen und eine verbindliche Zuckerbremse für Getränke einzuführen. „Ob Diabetes mellitus, Herzleiden, Krebserkrankungen, Schlaganfälle oder Nierenkrankheiten: Übergewicht erhöht das Risiko für diese Erkrankungen dramatisch. Angesichts der hohen Folgekosten, die diese Krankheiten verursachen, müssen wir uns mit Ernsthaftigkeit darum bemühen, den Zuckerkonsum ‚elegant‘ zu reduzieren. Wir unterstützen daher die Forderung von DANK, den Softdrinkherstellern verbindliche Auflagen zu machen.“

[1] von Philipsborn P, Huizinga O, Leibinger A, Rubin D, Burns J, Emmert-Fees K, Pedron S, Laxy M, Rehfues E: Interim Evaluation of Germany's Sugar Reduction Strategy for Soft Drinks: Commitments versus Actual Trends in Sugar Content and Sugar Sales from Soft Drinks. Ann Nutr Metab 2023. doi: 10.1159/000529592

<https://www.karger.com/Article/Abstract/529592#>

[2] Pressemeldung der DANK vom 21.02.2023. Studie: Zuckerreduktion bei Softdrinks kommt nicht voran –

Reduktionprogramm der Bundesregierung unzureichend. <https://www.dank-allianz.de/pressemeldung/studie-zuckerreduktion-bei-softdrinks-kommt-nicht-voran-reduktionprogramm-der-bundesregierung-unzureichend.html>

[3] <https://www.kalorien-guide.de/getraenke/cola.php>

[4] <https://de.statista.com/themen/6511/softdrinks/>

Pressekontakte

Pressestelle der DGfN

Dr. Bettina Albers

presse@dgnf.eu

Tel. 03643/ 776423 / Mobil 0174/ 2165629