

Keine Abgabe von Energydrinks an unter 16-Jährige!

Laut einer Verzehrstudie der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) trinken rund 70 Prozent der befragten Jugendlichen zwischen 10 und 18 Jahren gerne koffeinhaltige Energydrinks; manche davon bis zu 7 Liter im Monat.

Das ist bedenklich. Die EFSA hat daher Obergrenzen für die Koffeinaufnahme herausgegeben. Sie hält eine über den gesamten Tag verteilte Koffeinaufnahme von bis zu 3 Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht für Kinder und Jugendliche für ungefährlich. In vielen Fällen wird diese Grenze jedoch regelmäßig überschritten.

Zum Vergleich: Eine Tasse (200 ml) Filterkaffee enthält 90 Milligramm Koffein, eine Dose (250 ml) Energydrink 80 Milligramm Koffein oder mehr.

Der VerbraucherService Bayern im KDFB e.V. fordert daher:

- 1. Verbot der Abgabe von Energydrinks für Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren.**
- 2. Warnhinweis „Erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder, Jugendliche unter 16 Jahren und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen“ muss auf der Vorderseite der Verpackung angebracht werden.**

Begründung

Typische Inhaltsstoffe von Energydrinks sind Koffein, Taurin, Glucuronolacton und Inosit, die als Wachmacher gelten. Das ist jedoch nur bei Kaffee bewiesen. Koffein wirkt auf das zentrale Nervensystem und kann in mäßiger Dosierung die Konzentrationsfähigkeit erhöhen, Müdigkeit entgegenwirken und die körperliche Leistungsfähigkeit steigern. Bei überhöhter Koffeinaufnahme können Nebenwirkungen wie Nervosität, erhöhte Erregbarkeit, Schweißausbrüche, Herzrasen oder Schlaflosigkeit auftreten. Eine chronisch hohe Koffeinzufuhr wird mit Herz-Kreislauf-Problemen in Verbindung gebracht.