



Fingernägel als Spiegel der Ernährung: Studie zeigt neues Potenzial für Gesundheitsmonitoring

17.11.2025, Hochschule Fulda

In der „Fulda NutriNAIL“-Studie untersuchte das Team bei 184 Probandinnen und Probanden im Alter zwischen 18 und 81 Jahren zunächst die Mineralstoffzusammensetzung der Fingernägel. Anschließend verknüpfte es die Ergebnisse mit Ernährungsgewohnheiten, Supplementeinnahme, Gesundheitsangaben der Probandinnen und Probanden und Merkmalen der Nageloberfläche. Die Fingernagelproben wurden mittels Inductively Coupled Plasma Mass Spectrometry (ICP-MS) analysiert, einer leistungsfähigen Methode zur Multi-Element Bestimmung. Beteiligt waren Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aus den Bereichen Oecotrophologie, Informatik und Public Health.

„Es gibt bislang nur wenig Forschung zum Mineralstoffgehalt als Biomarker für die Bewertung von Lebensstil und Ernährungsgewohnheiten“, erläutert Professor Birringer. „Nagelproben werden hauptsächlich für toxikologische Untersuchungen auf Schwermetalle verwendet. Wir dagegen wollten wissen, inwieweit sich diese auch für das Gesundheitsmonitoring einsetzen lassen.“

Die Ergebnisse der in der Fachzeitschrift *BioFactors* veröffentlichten Studie zeigen: Fingernägel speichern charakteristische Mineralstoffmuster, die Rückschlüsse auf Ernährungs- und Lebensstilfaktoren ermöglichen. So wiesen die Nägel von Personen, die Selenpräparate einnahmen, rund 20 Prozent höhere Selengehalte auf. Wer sich omnivor ernährte, also ohne Einschränkungen, hatte einen höheren Selengehalt als Personen mit einem veganen und vegetarischen Speiseplan.

Auffällig waren zudem bestimmte Nagelveränderungen, etwa brüchige Nägel, Längsrillen oder weiße Flecken, die mit Abweichungen im Kalium-, Kalium- und Natrium- bzw. Chromgehalt einhergingen.

Analysen zu den Mineralstoffpaaren Kalium und Natrium sowie Calcium und Phosphor sollen künftig weitere Erkenntnisse zum Ernährungsverhalten und Lebensstil liefern.

„Wir können zeigen, dass Fingernagelanalysen eine kostengünstige, nicht-invasive und alltags-taugliche Methode für die Ernährungs- und Präventionsforschung sind“, sagt Professor Birringer. Perspektivisch sollen die in Fulda erhobenen Daten mit KI-gestützter Bildanalyse von Nageloberflächen verknüpft werden, um Risiken für Mikronährstoffdefizite frühzeitig zu erkennen.

Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news861660>.

Zeitpunkt des Essens verändert Lipidprofil bei intermittierendem Fasten

14.11.2025, Deutsches Zentrum für Diabetesforschung

Intermittierendes Fasten, auch Intervallfasten oder Time-Restricted Eating (TRE) genannt, gilt als eine der vielversprechendsten Ernährungsstrategien zur Prävention von Adipositas und Typ-2-Diabetes. Dabei wird die tägliche Nahrungsaufnahme auf ein festes Zeitfenster begrenzt – meist acht Stunden. Bislang war unklar, ob es für den Fettstoffwechsel eine Rolle spielt, wann innerhalb des Tagesverlaufs die Nahrungsaufnahme stattfindet.

Ein Team um Olga Ramich, Heisenberg-Professorin am Deutschen Institut für Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke (DIfE) und der Charité – Universitätsmedizin Berlin, hat dies mit der ChronoFast-Studie untersucht. In dieser randomisierten Crossover-Studie folgten 31 Frauen mit Übergewicht oder Adipositas beim TRE zwei Ernährungsphasen: zwei Wochen Essen während eines frühen Zeitfensters (8 bis 16 Uhr) und zwei Wochen während eines späten Zeitfensters (13 bis 21 Uhr), jeweils bei nahezu gleicher Kalorienzufuhr und Nährstoffzusammensetzung.



Vor und nach jeder Interventionsphase wurde den Teilnehmerinnen Blut abgenommen und nach den Interventionen jeweils zusätzlich eine Probe aus dem Unterhautfettgewebe am Bauch entnommen.

Die Forschenden analysierten mit modernster Lipidomik* über 300 Lipide und lipidähnliche Moleküle im Blutplasma. Ihr Ergebnis: Nur beim frühen Essen (eTRE) kam es zu signifikanten Veränderungen des Lipidstoffwechsels. Insgesamt nahm die Konzentration von 103 Lipidarten ab. Das galt insbesondere für Ceramide und Phosphatidylcholine – Verbindungen, die bei der Entstehung von Typ-2-Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen eine Rolle spielen. Auch die Aktivität bestimmter Enzyme des Lipid-Stoffwechsels veränderte sich beim eTRE deutlich.

„Wir sehen, dass der Zeitpunkt der Mahlzeiten einen Einfluss auf die Regulation des Fettstoffwechsels hat“, sagt Ramich, die am DIfE die Abteilung Molekularer Stoffwechsel und Präzisionsernährung leitet. „Frühes Essen – also im Einklang mit den internen zirkadianen Rhythmen – führt zu messbaren Veränderungen im Lipidprofil und der Enzymaktivität, während spätes Essen diesen Effekt nicht zeigt.“

Um zu verstehen, wie es zu solchen Effekten kommt, untersuchten die Forschenden die Genaktivität (Transkriptom) im Unterhautfettgewebe der Studienteilnehmerinnen. Sie fanden deutliche Unterschiede zwischen frühem und spätem Essen. Besonders betroffen war der Glycerophospholipid-Stoffwechselweg, ein zentraler Prozess zum Aufbau von Zellmembranen und zur Regulation von Entzündungen.

Anhand einer kombinierten Auswertung der Lipidom- und Transkriptomdaten mittels des metaKEGG-Tools, das am DIfE entwickelt wurde, identifizierten die Forschenden drei Gene, deren Aktivität sich je nach Essenszeit unterschiedlich veränderte. Diese Gene kodieren die Enzyme, die Fettsäuren aus Phospholipiden freisetzen und damit wichtige Umbauprozesse im Fettgewebe steuern.

„Unsere Analysen zeigen, dass das Fettgewebe auf frühes und spätes Essen unterschiedlich reagiert.

So konnten wir einen spezifischen Signalweg identifizieren, dessen Beteiligung an den Essenszeit-Effekten bisher unbekannt war“, fasst Ramich zusammen.

Die Forschenden weisen darauf hin, dass es sich bei ihrer Untersuchung um eine sekundäre Analyse der ChronoFast-Studie handelt. Zwischen frühem und spätem Essen zeigten sich zwar keine großen Unterschiede in klassischen Bluttest-Parametern wie Cholesterin oder Triglyzeriden – wohl aber auf molekularer Ebene, was auf ein großes Potenzial von Lipidomik-Analysen hinweist.

„Unsere Daten eröffnen neue Perspektiven auf das Konzept der Chrononutrition in der Adipositas- und Diabetesprävention“, fasst Ramich zusammen. „Sie deuten darauf hin, dass die Synchronisierung der Ernährung mit der inneren Uhr eine wirksame Strategie sein könnte, um den Fettstoffwechsel zu optimieren und Stoffwechselerkrankungen vorzubeugen.“

Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news861593>

Weltweiter Biodiversitätsverlust – Wie die EU naturverträglichen Konsum fördern kann

06.11.2025, Institut für ökologische Wirtschaftsforschung GmbH, gemeinnützig

14 Tonnen Materialverbrauch pro Kopf – so groß ist laut Eurostat (2024) der Fußabdruck des Konsumverhaltens der Menschen in Europa. Ziel wären 5,5 bis 8 Tonnen, so das Umweltprogramm der Vereinten Nationen. Dieser Verbrauch trägt zum weltweiten Verlust von Biodiversität bei, besonders im Globalen Süden. Eine neue Studie vom Institut für ökologische Wirtschaftsforschung (IÖW) und vom Institut für Energie- und Umweltforschung Heidelberg (ifeu) beleuchtet die Rolle der Produktion von Soja, Palmöl und Shrimps.



Die Forschenden geben Empfehlungen für eine EU-Politik im Einklang mit Zielen des Biodiversitätsschutzes. Diese Woche wurden die Ergebnisse der Studie „Towards nature-friendly consumption“ im Auftrag des Bundesamts für Naturschutz (BfN) auf einer Onlinekonferenz mit internationalen Expert*innen diskutiert.

„Der Verlust der biologischen Vielfalt ist keine unvermeidliche Folge des Konsums, sondern das Ergebnis politischer und wirtschaftlicher Entscheidungen“, so Projektleiterin Julia Fülling, die am IÖW zu nachhaltigen Lebensstilen forscht. „Die EU kann ihren globalen Ressourcen-Fußabdruck erheblich verringern – mit koordinierten, auf Gerechtigkeit ausgerichteten Maßnahmen, die suffiziente Lebensstile attraktiv und umsetzbar machen.“

Die drei Fallbeispiele der Studie verdeutlichen:

- Der Konsum von Shrimps ist in der EU stark gestiegen und die Zucht führte und führt weiterhin zu massiver Zerstörung von Mangrovenwäldern. Der europäische Shrimpskonsum benötigte 2018 rund 463.000 Hektar – eine Fläche fast doppelt so groß wie Luxemburg. Intensive Aquakulturmethode verursachen erhebliche Umweltschäden. Durch deren Abwasser gelangen Nährstoffe, Chemikalien und Antibiotika in die Umwelt und schaden Ökosystemen. Dabei gäbe es Alternativen: nachhaltigere Zuchtmethoden könnten den ökologischen Fußabdruck zumindest verringern.

- Der Großteil des in der EU konsumierten Sojas wird als Tierfutter verwendet. Oft wird der Sojaanbau mit der Abholzung des Amazonas verbunden – dort ging die Entwaldung jedoch in den letzten Jahren zurück. Das Soja stammt nun zunehmend aus Monokulturen in empfindlichen Lebensräumen wie dem Cerrado und den Pampas in Südamerika. 2023 beanspruchte der Sojaanbau für EU-Importe rund 4,8 Millionen Hektar (entspricht circa der Fläche der Slowakei) und gefährdete die Biodiversität durch den Einsatz von Herbiziden und die Zerstörung natürlicher Ökosysteme durch Landumwandlung.

- Die Produktion von Palmöl führte in der Vergangenheit zur großflächigen Umwandlung tropischer Regenwälder. Heute gefährdet vor allem die Entwässerung tropischer Moore zahlreiche Arten und führt zu erheblichen CO₂-Emissionen. Die Emissionen werden neben der Entwässerung auch durch Moorbrände erhöht. Für den Import von Palmöl in die EU wurden 2023 1,5 Millionen Hektar Fläche benötigt, das entspricht etwa einem Drittel der Fläche von Estland.

„Der Konsum von Shrimps, Soja und Palmöl in der EU hat verheerende Auswirkungen auf die Biodiversität weltweit – etwa durch die Vernichtung von Biodiversitäts-Hotspots wie Mangrovenwäldern, Mooren und Savannen“, erklärt Susanne Köppen, wissenschaftliche Mitarbeiterin am ifeu, und betont: „Diese Entwicklung muss gestoppt werden.“

Der Verlust der biologischen Vielfalt und der Klimawandel sind untrennbar miteinander verbunden und erfordern eine ganzheitliche Herangehensweise, empfehlen die Forschenden in ihrer Studie. Einzelne Ökosysteme oder Rohstoffe zu schützen, kann dazu führen, dass Umweltbelastungen lediglich verlagert werden, anstatt die zugrundeliegenden Probleme zu lösen. Darüber hinaus kann eine mangelhafte Nachhaltigkeitspolitik globale Ungleichheiten verschärfen, was als „grüner Kolonialismus“ bezeichnet wird. Um dies zu vermeiden, sollte Biodiversitätsschutz gemeinsam mit Akteuren der betroffenen Regionen gestaltet werden. Des Weiteren sind technische Lösungen wie Effizienzsteigerungen oder Substitution nicht ausreichend, um eine echte Transformation zu erreichen – das Leitprinzip sollte Suffizienz sein.

Um eine tatsächliche Veränderung herbeizuführen, sollte die EU die Entwaldungsverordnung wirksam und sozialverträglich umsetzen sowie die EU-Richtlinie über Umweltaussagen (Green Claims Directive) zeitnah verabschieden. Darüber hinaus sollten schädliche Subventionen abgeschafft und durch preisliche Anreize für eine pflanzenbetontere Ernährung ersetzt werden.



Der große Hebel, den die öffentliche Beschaffung bietet, sollte genutzt werden, indem dort Nachhaltigkeitskriterien verpflichtend gemacht werden. Eine effektive Nachhaltigkeitskommunikation an Konsument*innen muss zudem über generische Botschaften hinausgehen und sich auf die tatsächlichen Bedürfnisse der Verbraucher*innen konzentrieren.

Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news861059>.

Perspektiven im Ackerbau: Digitalisierung und Nachhaltigkeit im Fokus der bayerischen Landwirtschaft

04.11.2025, Bayern Innovativ - Bayerische Gesellschaft für Innovation und Wissenstransfer mbH

Der moderne Ackerbau steht vor tiefgreifenden Herausforderungen: steigender Wettbewerbsdruck, immer extremer werdende Wetterlagen sowie wachsende Anforderungen an Klima- und Umweltschutz machen neue Wege unabdingbar. Wie digitale Technologien, präzises Wassermanagement, moderne Pflanzenernährung und smarte Pflanzenschutzverfahren dazu beitragen können, diese Herausforderungen zu meistern, zeigte die Veranstaltung anschaulich. „Wir wollen den Ackerbau aktiv in die digitale Transformation begleiten. Unser Ziel ist es, Wissen zugänglich zu machen und echten Nutzen für jeden Betrieb zu schaffen,“ so Christian Metz, Leiter des Kompetenz-Netzwerks Digitale Landwirtschaft Bayern (KNeDL) bei Bayern Innovativ. Auch Stefan Bisinger, schwäbischer Bezirkspräsident des BBV und Vorsitzender der BBV-Fachgruppe Forschung, Innovation & Digitalisierung betonte: „Die digitalen Möglichkeiten im Ackerbau sind längst keine Vision mehr – sie sind bereits Realität auf unseren Feldern. Jetzt gilt es, diese in der Praxis breit nutzbar zu machen.“ Darüber hinaus machte Christian Beckmann, Leiter von der Landmaschinenschule Landshut-Schönbrunn, deutlich, wie wichtig ein schrittweiser Zugang zur Digitalisierung ist:

„Wir müssen den Zugang zur Digitalisierung erleichtern und die zukünftigen Landwirtinnen und Landwirte Schritt für Schritt motivieren. Viele haben noch die Sorge, dass digitale Technologien zu teuer oder zu aufwendig sind. Doch mit kleinen Schritten lässt sich der eigene Werkzeugkasten digital erweitern – erst in einzelnen Bereichen, später ganzheitlich. Am Ende steht eine echte Entlastung im Arbeitsalltag.“

Folgende Themen wurden in den Fokus gerückt:

- Wasser als Schlüsselressource – angesichts zunehmender Trockenphasen gewinnt der effiziente Einsatz und das gezielte Management von Wasser große Bedeutung.
- Pflanzenernährung im Wandel – zwischen Ertragssicherung und Umweltverträglichkeit sind neue Wege gefragt. Digitale Tools zur Nährstoffanalyse und präzise Düngestrategien machen den Unterschied.
- Pflanzenschutz neu gedacht – chemische Mittel stehen zunehmend unter Regulierung. Digitale Lösungen entwickeln sich zu einem zentralen Baustein im modernen Pflanzenschutz.

In ihrer Keynote betonte Landwirtin Barbara Steinberger, wie wichtig es ist, digitale Lösungen selbst auszuprobieren und an den eigenen Betrieb anzupassen: „Betriebe müssen selbst ausprobieren und herausfinden, welche digitalen Tools wirklich zu ihnen passen. Am Anfang ist der Aufwand oft groß – aber es lohnt sich mit der Zeit. Wichtig ist, bestehende Systeme weiterzunutzen und Schritt für Schritt Erfahrungen zu sammeln.“

Auch Thomas Koller, Landwirt und Unternehmer, unterstrich in seinem Beitrag die Bedeutung einer offenen Haltung gegenüber neuen Technologien: „Als aufgeschlossener Ackerbauer versuche ich, meinen Betrieb stetig besser und nachhaltiger zu gestalten. Wir Landwirte müssen über den Teller rand schauen und uns fragen, wie wir Dinge noch verbessern können. Meine positiven Erfahrungen mit moderner Technik möchte ich gern an andere weitergeben.“



Ein weiteres Highlight der Veranstaltung war die Live-Vorführung eines Hackroboters, der eindrucksvoll zeigte, wie präzise und effizient moderne Technik heute auf dem Feld eingesetzt werden kann. Dabei wurde deutlich, welch großes Potenzial in KI-gestützten Systemen steckt. „Wir dürfen keinesfalls versäumen, diese Technologien – ob Bilderkennung oder andere KI-gestützte Systeme – für die Landwirtschaft nutzbar zu machen. Ziel ist es, Wettbewerbsfähigkeit und Erträge zu sichern und weiter zu steigern. Genau dafür sind KI-Systeme prädestiniert: Sie unterstützen den Landwirt gezielt und wirkungsvoll“, so Christoph Kratzer, Inhaber von Kratzer Fahrzeugsysteme.

Die Veranstaltung richtete sich gezielt an landwirtschaftliche Betriebe, Beratende, Vertreterinnen und Vertreter aus Verwaltung, Wirtschaft und Wissenschaft. Neben Fachvorträgen bot der Tag reichlich Gelegenheit für Diskussionen und direkten Austausch: Teilnehmende konnten Erfahrungen teilen, neue Kooperationen anstoßen und konkrete Ansätze für die Praxis mitnehmen.

Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news860870>.

Intervallfasten ohne Kalorienreduktion verbessert nicht die Stoffwechselgesundheit, verschiebt aber die innere Uhr

04.11.2025, Deutsches Institut für Ernährungsforschung
Potsdam-Rehbrücke

Time-Restricted Eating (TRE) ist eine Form des Intervallfastens, die durch ein tägliches Essensfenster von maximal zehn Stunden und eine Fastenperiode von mindestens 14 Stunden gekennzeichnet ist. TRE wird als einfache Ernährungsmethode zur Kontrolle des Körpergewichts und zur Verbesserung der Stoffwechselgesundheit immer beliebter. Bei Nagetieren schützt TRE vor ernährungsbedingter Fettleibigkeit und damit verbundenen Stoffwechselstörungen.

In ähnlicher Weise haben TRE-Studien am Menschen zahlreiche positive kardiometabolische Effekte aufgezeigt, wie z. B. verbesserte Insulinsensitivität, Glukose-, Triglycerid- und Cholesterinkonzentrationen sowie eine moderate Reduktion des Körpergewichts und des Körperfetts. Demzufolge gilt TRE als vielversprechender Ansatz zur Bekämpfung von Insulinresistenz und Diabetes.

Die Ergebnisse bisheriger TRE-Studien sind jedoch teilweise widersprüchlich und konnten bislang nicht klären, ob die Stoffwechselverbesserungen durch die Beschränkung der täglichen Essenszeit selbst, durch die damit einhergehende Kalorienrestriktion oder durch die Kombination beider Faktoren hervorgerufen werden. Tatsächlich wurden in den meisten Studien die Energiezufuhr oder andere potenzielle Störfaktoren nicht sorgfältig überwacht.

Daher hat Prof. Olga Ramich, Leiterin der Abteilung Molekularer Stoffwechsel und Präzisionsernährung am Dife und Professorin an der Charité - Universitätsmedizin Berlin, mit ihrem Team in der ChronoFast-Studie untersucht, ob ein achtstündiges Essenszeitfenster die Insulinsensitivität und andere kardiometabolische Parameter in einer engmaschig kontrollierten isokalorischen Umgebung verbessern kann.

Dafür untersuchten die Wissenschaftler*innen in einem randomisierten Crossover-Design insgesamt 31 Frauen mit Übergewicht oder Adipositas. Über jeweils zwei Wochen nahmen die Teilnehmerinnen ihre gewohnten Mahlzeiten entweder früh, zwischen 8 und 16 Uhr (eTRE), oder spät, zwischen 13 und 21 Uhr (lTRE), ein. Die Kalorien- und Nährstoffzusammensetzung blieben dabei nahezu gleich (isokalorisch). Im Rahmen von vier Visiten wurden Blutproben gesammelt und ein oraler Glukosetoleranztest durchgeführt, um den Einfluss von TRE auf den Glukose- und Fettstoffwechsel sowie andere Stoffwechselmarker zu untersuchen. Innerhalb der Ernährungsphasen wurde mithilfe der kontinuierlichen Glukosemessung der 24-stündige Glukosespiegel bei zeitgleicher Ernährungsdokumentation beobachtet und die körperliche Aktivität mittels einem Bewegungssensor kontrolliert.



In isolierten Blutzellen untersuchten die DiFe-Forschenden in Kooperation mit Prof. Achim Kramer von der Charité – Universitätsmedizin Berlin zudem die innere Uhr.

Im Gegensatz zu früheren Untersuchungen, die positive Effekte von TRE nahelegten, zeigt die ChronoFast-Studie keine klinisch relevanten Veränderungen der Insulinsensitivität, des Blutzuckerspiegels, der Blutfette oder Entzündungsmarker, zumindest nach dieser kurzen zweiwöchigen Intervention. „Unsere Ergebnisse deuten darauf hin, dass die gesundheitlichen Vorteile früherer Studien vor allem durch eine unbeabsichtigte Kalorienreduktion entstanden sind, aber nicht durch die verkürzte Essenszeit selbst“, erklärt Ramich.

Obwohl bei den Teilnehmerinnen keine bedeutsamen metabolischen Verbesserungen festgestellt wurden, zeigte die Untersuchung zur inneren Uhr in den Blutzellen, dass zeitbeschränktes Essen die zirkadiane Phase in Blutzellen und die Schlafzeiten beeinflusste. So war die innere Uhr nach der ITRE-Intervention verglichen zur eTRE-Intervention durchschnittlich 40 Minuten nach hinten verschoben und die Teilnehmerinnen, die der ITRE-Intervention folgten, gingen später zu Bett und wachten später auf. „Das Timing der Nahrungsaufnahme wirkt als Zeitgeber für unsere biologischen Rhythmen – ähnlich wie Licht das auch tut“, sagt Erstautorin Beeke Peters.

Die Ergebnisse unterstreichen, dass die Kalorienreduktion eine zentrale Rolle für die gesundheitlichen Vorteile von intermittierendem Fasten spielt. „Wer abnehmen oder seinen Stoffwechsel verbessern möchte, sollte nicht nur auf die Uhr, sondern auch auf die Energiebilanz achten“, fasst Ramich zusammen.

Zukünftige Studien sollen klären, ob ein bestimmtes Timing des zeitbeschränkten Essens in Kombination mit einer reduzierten Kalorienzufuhr zusätzliche Vorteile bringt und wie individuelle Faktoren, wie z. B. der Chronotyp oder die Genetik, diese Effekte beeinflussen.

Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news860859>.

Umweltfreundlichkeit heimischer Produkte wird oft überschätzt

03.11.2025, Georg-August-Universität Göttingen

Paprika aus Spanien oder Paprika aus Deutschland? Wie umweltfreundlich Menschen ein Lebensmittel einschätzen, hängt entscheidend von der Herkunft des Produkts ab – nicht unbedingt von der tatsächlichen Ökobilanz. Das zeigt eine Umfrage von Forschenden der Universität Göttingen.

Heimische Produkte werden im Supermarkt demnach als besonders umweltschonend wahrgenommen. Doch dieser Eindruck kann täuschen. Die Ergebnisse werfen Fragen zur Gestaltung von Herkunftsangaben und Werbung auf. Die Studie wurde in der Fachzeitschrift Food Quality and Preference veröffentlicht.

Die Forschenden befragten rund 1000 Personen zur Ökobilanz von Paprika, Äpfeln und Rindfleisch aus Deutschland sowie EU- und Nicht-EU-Ländern. „Die Daten zeigen ein klares Muster“, erklärt Dorothea Meyer, Erstautorin und Doktorandin in der Abteilung Marketing für Lebensmittel und Agrarprodukte. „Importierte Lebensmittel – besonders aus Nicht-EU-Ländern – werden als deutlich umweltschädlicher wahrgenommen. Dabei können sie ähnlich oder sogar umweltfreundlicher sein als Produkte aus näherer Umgebung.“ So hätten etwa spanische Paprika aus unbeheizten Gewächshäusern häufig Umweltvorteile gegenüber deutschen Paprika aus beheizten Anlagen, die bei schlechteren Standortbedingungen mehr Energie verbrauchen. „Es kann viele Vorteile haben, heimische Produkte zu bevorzugen. Umweltfreundlichkeit zählt aber nicht immer dazu. Hier lohnt es sich, genauer hinzuschauen“, so Meyer. Der internationale Handel sei nicht grundsätzlich umweltschädlich. Insbesondere Auswirkungen des Transports würden häufig überschätzt.



Herkunftsangaben sollten daher präziser sein und die Folgen für die Umwelt offenlegen, so das Fazit der Studie. „Die Herkunftsangabe allein reicht nicht, um nachhaltige Entscheidungen zu fördern“, betont Prof. Dr. Achim Spiller aus derselben Abteilung. „Stattdessen braucht es Informationen, die reale Auswirkungen sichtbar machen, etwa durch Klima- oder Umweltlabel.“ So lasse sich vermeiden, dass Verbraucherinnen und Verbraucher unbeabsichtigt Produkte bevorzugen, die ökologisch ungünstiger sind.

Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news860819>.

HERAUSGEBER



Dr. Rainer Wild
STIFTUNG

Stiftung für gesunde Ernährung

Dr. Rainer Wild-Stiftung

Mittelgewannweg 10

69123 Heidelberg

Tel: 06221 7511 -200

E-Mail: info@gesunde-ernaehrung.org

Web: www.gesunde-ernaehrung.org

[LinkedIn](#)

INFORMATIONSQUELLE



idw - Informationsdienst Wissenschaft
Nachrichten, Termine, Experten

idw – Informationsdienst Wissenschaft

Web: <https://idw-online.de/de/>

© Dr. Rainer Wild-Stiftung, 2025