



DIE FORSCHUNGSFRAGE

Was isst Deutschland?

Prof. Dr. Ingrid Hoffmann vom Max Rubner-Institut (MRI) untersucht, wie sich das Land ernährt.

Das MRI schaut im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft den Deutschen auf den Teller. Wie machen Sie das?

Im Rahmen der Nationalen Verzehrsstudie II, die zwischen 2005 und 2007 stattfand, erfassten wir den täglichen Lebensmittelverzehr, die Einkaufsgewohnheiten und einiges andere von fast 20.000 repräsentativ ausgewählten Menschen. Bei einem kleineren Teil der Befragten untersuchten wir auch in den Folgejahren das Ernährungsverhalten, um Entwicklungen aufzeigen zu können.

Wie organisiert man eine Befragung von 20.000 Menschen?

Wir hatten acht Teams im Einsatz, die ein Jahr lang Befragungen in 500 Studienzentren in ganz Deutschland durchführten. Die Teilnehmer wurden gemessen, gewogen und intensiv befragt.

Wie erfahren Sie, was die Menschen essen?

Zum einen wollten wir wissen, was die Studienteilnehmer gewohnheitsmäßig essen. Dazu wurden sie mit einem sogenannten Diet-History-Interview nach dem befragt, was sie in den letzten vier Wochen gegessen hatten. Zum anderen haben wir den kurzfristigen Verzehr mithilfe von 24-h-Recalls erfasst: An zwei Tagen machten die Teilnehmer detaillierte Angaben zu dem, was sie am vorhergehenden Tag gegessen hatten. Einige führten ein Wiegeprotokoll: Zwei Mal über vier Tage wogen und protokollierten sie alle verzehrten Lebensmittel.

Stimmt das, was die Menschen sagen, und das, was sie tun, immer überein?

Natürlich können hier Abweichungen vorkommen. Der Gemüseverzehr wird tendenziell überschätzt, der Alkoholkonsum unterschätzt. Wir achten darauf, dass die Befragung so angelegt ist, dass die Teilnehmer uns darüber Auskunft geben, was sie wirklich machen, und nicht darüber, was sie vermuten, was wir gerne als Antwort hätten.

Wie gehen Sie vor, um etwas über die Vitamin- und Mineralstoffzufuhr in Deutschland sagen zu können?

Dazu verwenden wir den Bundeslebensmittelschlüssel mit Nährstoffangaben zu fast 15.000 Lebensmitteln. Wir berechnen damit die Zufuhr an Nahrungsenergie, Kohlenhydraten, Fett, Protein, Mineralstoffen und Vitaminen.

Das liefert aber nur eine Momentaufnahme.

Richtig. Da wir aber eine große Anzahl von Personen untersuchen, bekommen wir ein umfassendes Bild. Damit wir immer aktuelle Daten haben, wiederholen wir die Verzehrsstudie in gewissen Abständen. Die Feldphase der dritten Verzehrsstudie startet im Herbst 2018.

Was ändert sich?

Neu ist, dass zusätzlich Blut- und Urinwerte bestimmt werden. Dies ist einer der Gründe dafür, das nationale Ernährungsmonitoring des MRI mit dem nationalen Gesundheitsmonitoring des Robert Koch-Instituts zu kombinieren. Das macht es möglich,

weitreichende Aussagen über den Ernährungs- und den Gesundheitsstatus in Deutschland zu machen.

Warum will die Politik das so genau wissen?

Unsere Forschung liefert Entscheidungshilfen: Muss die Politik tätig werden, um beispielsweise die Zufuhr von Nahrungsinhaltsstoffen mit möglicherweise ungünstiger gesundheitlicher Wirkung zu reduzieren? Gibt es Entwicklungen, die ein Gegensteuern verlangen – etwa einen sinkenden Obstverzehr? Nur wenn die Politik weiß, was die Menschen tatsächlich essen, hat sie eine gute Basis für Entscheidungen.



Prof. Dr. Ingrid Hoffmann ist Leiterin des Instituts für Ernährungsverhalten am Max Rubner-Institut (MRI), dem Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel.

Das Gespräch führte Tobias Löser.



Haben Sie auch eine Forschungsfrage? Ihre Anregungen sind willkommen: redaktion@forschungsfelder.de