

## **Kleine Anfrage**

**der Abg. Dr. Christina Baum AfD**

**und**

## **Antwort**

**des Ministeriums für Soziales und Integration**

### **Informationen zu Modetrend Vegetarismus und Veganismus**

#### Kleine Anfrage

Ich frage die Landesregierung:

1. Welche Erkenntnisse hat sie über die Anzahl von Vegetariern, Veganern und Flexitariern in Baden-Württemberg?
2. Welche Erkenntnisse über Mangelernährung hat sie bei Vegetariern, Veganern und Flexitariern in Baden-Württemberg (bitte tabellarisch nach jeweiliger Mangelerscheinung jeweils für die genannten Gruppen auflisten)?
3. Erkennt sie im Bereich des Vegetarismus und Veganismus Gefahren, gerade hinsichtlich Kindern und Jugendlichen?
4. Wenn ja, wie wird darauf in welcher Weise aufmerksam gemacht?
5. Kann sie bestätigen, dass ein Vitamin B12-Mangel bei psychiatrischen und neurologischen Erkrankungen als Differentialdiagnose aufgeführt wird?
6. Sind ihr in Baden-Württemberg Fälle einer falschen Dosierung bzw. einer Vergiftung bei Personen von Nahrungsergänzungspräparaten bekannt, bzw. waren betroffene Personen davon Vegetarier und Veganer?
7. Ist ihr die deutsche Studie aus dem Jahr 2012 von Johannes Michalak (u. a.) „Vegetarian diet and mental disorders: results from a representative community survey of vegetarians“ aus dem International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity bekannt, welche feststellte, dass psychische Störungen unter Vegetariern besonders häufig sind unter Darlegung, welche Schlussfolgerungen sich für sie daraus ergeben?

8. Sind ihr Fälle in Baden-Württemberg bekannt, bei denen bei der Diagnose von Multipler Sklerose übersehen wurde, dass die Differentialdiagnose ausgeschlossen werden muss?
9. Welche Erkenntnisse liegen ihr im Zusammenhang mit Mangelercheinungen bei Multipler Sklerose vor?
10. In welchem Umfang sind davon Vegetarier und Veganer betroffen?

06.09.2018

Dr. Baum AfD

### Begründung

Viele wissenschaftliche Quellen äußern sich sehr kritisch bezüglich der Modeerscheinung des Vegetarismus und Veganismus. Im Bereich des Vegetarismus finden sich vermutlich genauso viele Studien, die sich positiv zu diesem Thema aussprechen wie negativ. Deutlicher wird es allerdings im Bereich des Veganismus. Hier führen sich Betroffene bewusst eine Mangelernährung zu, vor allem bei Vitaminen, Mineralstoffen und Aminosäuren, die nur mit Hilfe von ungewöhnlichen Lebensmitteln oder mit teuren Medikamenten und Pillen ausgeglichen werden müssen. Hierbei ist wissenschaftlich nicht geklärt, welche Dosis richtig ist und ob die Gefahr einer schleichenden Vergiftung besteht. Äußerst gefährlich wird es dann vor allem bei Kindern und Jugendlichen. Ganz besonders natürlich, wenn diese von ihren Eltern zu einer solchen Ernährung gezwungen werden sollten (siehe beispielsweise den Youtube-Kanal „Lebe roh gesund und froh“).

Aktuell sollen 50 Millionen Menschen in Deutschland an einer Mangelernährung leiden. Das Problem liege auch daran, dass sich neben Vitamin B12 auch viele andere Nährstoffe schlecht mit pflanzlicher Nahrung aufnehmen lassen (Vitamin D, Vitamin K, Eisen, Jod, Zink, Selen, Omega-3-Fettsäuren, Proteine).

Laut einer Studie konnte ein B12-Mangel bei 92 Prozent der Veganer, bei 66,66 Prozent der Vegetarier und bei lediglich sieben Prozent der Gesamtbevölkerung nachgewiesen werden.

Studien bestätigen, dass Vitamin B12 deshalb so wichtig sein sollte, weil es als Differentialdiagnose bei fast allen psychiatrischen Erkrankungen (Demenz, Depression, Schizophrenie, ADHS, etc.) und den meisten neurologischen Erkrankungen (Parkinson, MS, ALS, etc.) aufgeführt werde und auch im Zusammenhang mit Persönlichkeitsstörungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Arteriosklerose, Krebs und Tuberkulose stehe.

Eine Studie in Graz von 2014 kam zu dem Ergebnis, dass Vegetarier bei 14 von 18 chronischen Erkrankungen häufiger betroffen waren als Viel-Fleisch-Esser und in einer deutschen Studie von 2012 wurde festgestellt, dass psychische Störungen unter Vegetariern besonders häufig waren.

Aufgrund der zahlreichen Studien und den steigenden Zahlen von Vegetariern und Veganern sollen aktuelle Zahlen für Baden-Württemberg erfragt werden und ob der Landesregierung dadurch resultierende Gefahren bekannt sind, um gegebenenfalls frühzeitig aufzuklären und entgegenwirken zu können. Es soll zudem in Erfahrung gebracht werden, ob diese bereits Aufklärungsarbeit in diesem Bereich leistet beziehungsweise geleistet hat.

Antwort\*)

Mit Schreiben vom 4. Oktober 2018 Nr. 51-0141.5-016/4759 beantwortet das Ministerium für Soziales und Integration im Einvernehmen mit dem Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz die Kleine Anfrage wie folgt:

*1. Welche Erkenntnisse hat sie über die Anzahl von Vegetariern, Veganern und Flexitariern in Baden-Württemberg?*

Der Landesregierung sind keine Daten zur Anzahl von Vegetariern, Veganern oder Flexitariern in Baden-Württemberg bekannt.

*2. Welche Erkenntnisse über Mangelernährung hat sie bei Vegetariern, Veganern und Flexitariern in Baden-Württemberg (bitte tabellarisch nach jeweiliger Mangelerscheinung jeweils für die genannten Gruppen auflisten)?*

Laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) sind Flexitarier flexible Vegetarier, die ihren Fleischkonsum bewusst einschränken und möglichst wenig, nur selten oder nur bestimmte Qualitäten von Fleisch essen. Der Flexitarismus greift damit im Kern Empfehlungen auf, die die DGE schon lange vertritt. Eine Mangelernährung oder ein Nährstoffmangel ist bei dieser Ernährungsweise somit nicht zu erwarten.

Den Vegetarier an sich gibt es nicht. Die DGE definiert elf verschiedene vegetarische Ernährungsformen, einschließlich der veganen Ernährung. Allen ist gemein, dass der Verzehr von Fleisch abgelehnt wird. Die Bandbreite ist allerdings enorm. Sie verläuft von dem ausschließlichen Verzehr rein pflanzlicher und/oder nicht erhitzter Lebensmittel bis hin zum erlaubten Verzehr von Milch/Milchprodukten, Eiern und/oder Meeresfrüchten. Daher kann hier eine allgemeingültige Aussage über eine denkbare Mangelernährung nicht getroffen werden. Bei optimaler Lebensmittelkombination ist eine nährstoffdeckende vegetarische Ernährung laut DGE möglich.

Auf Grundlage der aktuellen wissenschaftlichen Literatur hat die DGE eine Position zur veganen Ernährung erarbeitet. Darin beschreibt sie, dass bei einer rein pflanzlichen Ernährung eine ausreichende Versorgung mit einigen Nährstoffen nicht oder nur schwer möglich ist. Der kritischste Nährstoff ist Vitamin B12. Zu den potenziell nicht ausreichend zugeführten Nährstoffen bei veganer Ernährung gehören außerdem Proteine bzw. unentbehrliche Aminosäuren und langkettige Omega-3-Fettsäuren sowie weitere Vitamine (Riboflavin, Vitamin D) und Mineralstoffe (Calcium, Eisen, Jod, Zink, Selen).

Aus den oben genannten Besonderheiten ergibt sich, dass eine tabellarische Darstellung mit Mangelerscheinungen nicht sinnvoll ist.

*3. Erkennt sie im Bereich des Vegetarismus und Veganismus Gefahren, gerade hinsichtlich Kindern und Jugendlichen?*

Wer sich vegan ernähren möchte, sollte laut Empfehlungen der DGE dauerhaft ein Vitamin-B12-Präparat einnehmen. Ebenfalls sollte auf eine ausreichende Zufuhr von Proteinen, Eisen, Calcium, Jod, Zink, Vitamin B2 (Riboflavin), Vitamin B12 (Cobalamin), Vitamin D und langkettige Omega-3-Fettsäuren geachtet und gegebenenfalls angereicherte Lebensmittel und Nährstoffpräparate verwendet werden. Dazu sollte eine Beratung von einer qualifizierten Ernährungsfachkraft erfolgen und die Versorgung mit nicht ausreichend zugeführten Nährstoffen regelmäßig ärztlich überprüft werden. Für Kinder und Jugendliche wird eine vegane Ernährung von der DGE nicht empfohlen.

---

\*) Nach Ablauf der Drei-Wochen-Frist eingegangen.

4. *Wenn ja, wie wird darauf in welcher Weise aufmerksam gemacht?*

Die Sektion Baden-Württemberg der DGE, die von der Landesregierung gefördert wird, führte bereits im September 2016 eine Fachtagung zu veganer Ernährung durch, die auf sehr große Resonanz bei Fachkräften und in der Öffentlichkeit gestoßen ist. Im Rahmen der allgemeinen Verbraucherinformation über eine ausgewogene und nachhaltige Ernährung wird regelmäßig auch über besondere Ernährungsweisen informiert. Darüber hinaus werden über die Landesinitiative BeKi – Bewusste Kinderernährung Lehrkräfte und pädagogisches Personal in Schulen und Kindertagesstätten über ausgewogenes und abwechslungsreiches Essen und Trinken für die jeweilige Altersgruppe fortgebildet.

5. *Kann sie bestätigen, dass ein Vitamin B12-Mangel bei psychiatrischen und neurologischen Erkrankungen als Differentialdiagnose aufgeführt wird?*

Der Landesregierung liegt zu dieser Frage eine Publikation von Professor Klaus Kisters aus dem Jahr 2014 (Quelle: Kisters, Klaus; in: Der Allgemeinarzt, 2014; 36 [10] Seite 51–56) vor, in der Folgendes ausgeführt wird: „Häufig haben Personen mit Vitamin-B12-Mangel auch neurologische und psychiatrische Symptome unterschiedlich schwerer Ausprägung, auch bei völligem Fehlen von Blutbildveränderungen. Eine neurologische Folgeerkrankung des Vitamin-B12-Mangels ist die funikuläre Spinalerkrankung (Myelose), die durch die Entmarkung von Hintersträngen und Störung der Pyramidenseitenbahnen des Rückenmarks ausgelöst wird. Zu den möglichen Symptomen zählen: Neurologische Symptome: Parästhesien (Kribbeln bzw. Ameisenlaufen in Armen oder Beinen), Sensibilitätsstörungen (z. B. pelziges Taubheitsgefühl), Gangunsicherheit („Gehen wie auf Watte“), erhöhte Sturzneigung, Störungen der Tiefensensibilität (Erkennen und Lage der Stellung z. B. der Beine sind gestört), Ausfall der Reflexe, Lähmungen; Zerebrale/psychische Symptome: Verwirrtheit, Störungen von Gedächtnis und Urteilsvermögen, Apathie, Depressionen, psychotische Zustände, Demenz.“ Dennoch muss ein Vitamin-B-12-Mangel nicht zwingend zu einer neurologischen oder psychiatrischen Symptomatik führen. Die Angaben zur Häufigkeit der Fälle, in denen ein Vitamin-B-12-Mangel in eine neurologische oder psychiatrische Symptomatik mündet, variieren sehr stark.

6. *Sind ihr in Baden-Württemberg Fälle einer falschen Dosierung bzw. einer Vergiftung bei Personen von Nahrungsergänzungspräparaten bekannt, bzw. waren betroffene Personen davon Vegetarier und Veganer?*

Weder dem Ministerium für Soziales und Integration noch dem Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz liegen Erkenntnisse von Überdosierungen oder Vergiftungen bei Nahrungsergänzungspräparaten vor.

7. *Ist ihr die deutsche Studie aus dem Jahr 2012 von Johannes Michalak (u. a.) „Vegetarian diet and mental disorders: results from a representative community survey of vegetarians“ aus dem International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity bekannt, welche feststellte, dass psychische Störungen unter Vegetariern besonders häufig sind unter Darlegung, welche Schlussfolgerungen sich für sie daraus ergeben?*

Die angeführte Publikation hat die Landesregierung zur Kenntnis genommen. Schlussfolgerungen hieraus sind u. a., dass eine ausgewogene Ernährung grundsätzlich zu empfehlen ist. Jede Form der einseitigen Ernährung kann zu Mangelerscheinungen führen. Aus diesem Grund muss bei bestimmten Ernährungsformen, wie zum Beispiel der vegetarischen oder veganen Ernährung, ausreichend Aufklärung und Information darüber erfolgen, wie etwaigen Mangelerscheinungen vorgebeugt werden kann und welche Nahrungsmittel hierzu einen Beitrag leisten können. Der Landesregierung liegt es jedoch fern, den Bürgerinnen und Bürgern Vorgaben zu machen, wie die eigene Ernährung zu erfolgen hat.

*8. Sind ihr Fälle in Baden-Württemberg bekannt, bei denen bei der Diagnose von Multipler Sklerose übersehen wurde, dass die Differentialdiagnose ausgeschlossen werden muss?*

Dazu liegen der Landesregierung keine Erkenntnisse vor.

*9. Welche Erkenntnisse liegen ihr im Zusammenhang mit Mangelerscheinungen bei Multipler Sklerose vor?*

*10. In welchem Umfang sind davon Vegetarier und Veganer betroffen?*

Die der Landesregierung bekannte Studienlage kann zurzeit keine Kausalität zwischen Multipler Sklerose und Mangelerscheinungen belegen. Dies gilt dementsprechend auch für die in Frage 10 erwähnten Ernährungsformen Vegetarismus und Veganismus.

Lucha

Minister für Soziales  
und Integration