

BERATUNG AKTUELL 4/26

DIE SCHNELLE INFORMATION AUS IHRER APOTHEKE



GESUNDHEITSRISIKEN BEI SLUSH-ICE FÜR KINDER

Eiskalt, bunt und süß – im Sommer ist Slush-Ice vor allem bei Kindern beliebt. Angeboten wird es vielerorts – in der Fußgängerzone, im Freibad oder auf der Kirmes. Doch viele Produkte enthalten Glycerin, das bei hohen Aufnahmemengen unerwünschte gesundheitliche Wirkungen haben kann. Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat die gesundheitlichen Risiken neu bewertet. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) weist deshalb auf mögliche Gesundheitsrisiken hin.

Was ist Glycerin?

Glycerin ist ein farbloser, süß schmeckender Stoff, der natürlicherweise in Fetten vorkommt. In der Europäischen Union ist er als Lebensmittelzusatzstoff E 422 unter anderem für aromatisierte Getränke zugelassen. Eine gesetzliche Höchstmenge gibt es derzeit nicht – verwendet werden darf so viel, wie technologisch erforderlich ist.

Steckt in jedem Slush-Ice Glycerin?

Nein, nicht jedes Slush-Ice enthält diesen Zusatzstoff. Nach Angaben des BfR war in rund einem Drittel der untersuchten Proben kein Glycerin nachweisbar. In anderen Produkten wird hingegen sehr viel davon eingesetzt. Hersteller könnten daher prüfen, ob der Zusatz überhaupt erforderlich ist. Ob ein Slush-Ice Glycerin enthält, ist für Verbraucherinnen und Verbraucher häufig nicht ohne weiteres erkennbar. Zwar muss Glycerin bei verpackten Produkten in der Zutatenliste angegeben werden. Bei lose verkauftem Slush-Ice – etwa im Freibad oder auf der Kirmes – fehlen diese Informationen jedoch oftmals.

Was sind die gesundheitlichen Risiken von Glycerin in Lebensmitteln?

Glycerin wird nicht nur in Lebensmitteln eingesetzt, sondern auch als Arzneistoff – beispielsweise zur Senkung eines erhöhten Hirndrucks. Wer bei einem einmaligen Verzehr weniger als 125 Milligramm Glycerin pro Kilogramm Körpergewicht aufnimmt, muss laut EFSA nicht mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen rechnen. Bei höheren Aufnahmemengen könnten unter anderem folgende Beschwerden auftreten:

- Kopfschmerzen
- Übelkeit und Erbrechen
- Schwindel oder Benommenheit
- Durchfall
- Doppeltsehen oder Hörstörungen

Kann schon ein Slush-Ice zu viel Glycerin enthalten?

Ja, schon ein kleines Slush-Ice mit 200 Millilitern kann vor allem für Kinder zu viel Glycerin enthalten. Nach Berechnungen des BfR erreicht ein etwa fünfjähriges Kind mit einem Körpergewicht von 20 Kilogramm bereits nach knapp 100 Millilitern Slush-Ice mit einem durchschnittlichen Glyceringehalt die von der EFSA als sicher eingestufte Aufnahmemenge.

Der durchschnittliche Glyceringehalt lag laut einer Untersuchung des BfR bei gut 26 Gramm pro Liter Slush-Ice. Der Höchstwert wurde mit 142 Gramm Glycerin pro Liter gemessen.

Das Problem: Die Hersteller müssen derzeit nicht angeben, wie viel Glycerin sie ihrem Slush-Ice zusetzen. Das BfR empfiehlt daher, auf glycerinhaltiges Slush-Ice zu verzichten oder nur sehr kleine Mengen zu konsumieren.

Das Wichtigste auf einen Blick

- Glycerin (E 422) ist als Lebensmittelzusatzstoff zugelassen und kommt natürlicherweise in Fetten vor. Als Arzneistoff wird es unter anderem zur Senkung eines erhöhten Hirndrucks eingesetzt.
- Einzelne Slush-Ice-Produkte können sehr hohe Glycerinmengen enthalten. Wie viel Glycerin ein Slush-Ice enthält, ist für Verbraucherinnen und Verbraucher meist nicht erkennbar.
- Besonders Kinder können schon mit kleinen Mengen Slush-Ice zu viel Glycerin aufnehmen, was zu gesundheitlichen Beschwerden führen könnte.
- Wer mögliche gesundheitliche Folgen sicher vermeiden möchte, sollte nach Empfehlung des BfR auf glycerinhaltiges Slush-Ice verzichten.

Treten bei Ihrem Kind nach dem Verzehr von Slush-Ice Beschwerden auf, können Sie sich in Ihrer Arztpraxis oder Apotheke beraten lassen.