



Ausgewählte Fragen und Antworten zu den Ernährungsberichten der DGE

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.

November 2020

Herausgegeben von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE), Godesberger Allee 18, 53175 Bonn, mit Förderung des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.

© 2020 Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.

Wichtiger Hinweis

Die Erkenntnisse der Wissenschaft, speziell auch der Ernährungswissenschaft und der Medizin, unterliegen einem laufenden Wandel durch Forschung und klinische Erfahrungen. Autoren, Redaktion und Herausgeber haben die Inhalte des vorliegenden Werkes mit größter Sorgfalt erarbeitet und geprüft und die Ratschläge sorgfältig erwogen, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Inhaltsverzeichnis

1. Was ist die allgemeine Aufgabe eines Ernährungsberichts der DGE?
2. Wann erscheint der Ernährungsbericht?
3. In welcher Form wird der Ernährungsbericht veröffentlicht?
4. Wo ist der Ernährungsbericht erhältlich? Ist es möglich, einzelne Kapitel zu erwerben?
5. Welche Themen werden in den Ernährungsberichten der DGE behandelt?
6. Woher stammen die Daten, die zur Beurteilung der „Ernährungssituation in Deutschland“ in den Ernährungsberichten der DGE herangezogen werden?
7. Welches sind die Vor- und Nachteile der aus der Agrarstatistik stammenden Daten, die zur Darstellung der Ernährungssituation in Deutschland herangezogen werden?
8. Die Daten welcher epidemiologischen Studien werden zur Darstellung der Ernährungssituation in Deutschland in den Ernährungsberichten herangezogen?
9. Welches sind die Themen der einzelnen Kapitel des aktuellen 14. DGE-Ernährungsberichts?

1. Was ist die allgemeine Aufgabe eines Ernährungsberichts der DGE?

Die Ernährungsberichte der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft, BMEL) haben die Aufgabe, die Ernährungssituation sowie deren Entwicklung in Deutschland darzustellen und zu bewerten, relevante Themen aus den Bereichen Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaft, z. B. durch die Ausschreibung von Forschungsvorhaben, aufzugreifen, und gegebenenfalls Handlungsempfehlungen abzuleiten. Forschungsergebnisse bzw. Aussagen des Ernährungsberichts dienen der Bundesregierung bei ihren ernährungs- und gesundheitspolitischen Maßnahmen als Entscheidungshilfe. Sie stellen eine objektive Informationsquelle für Politik, Wissenschaftler*innen, Medien, Mittlerkräfte sowie alle an Ernährungsthemen Interessierte dar.

2. Wann erscheint der Ernährungsbericht?

Der 1. Ernährungsbericht erschien im Juni 1969. Seit dem 2. Ernährungsbericht im Jahre 1972 wurden die Ernährungsberichte der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. regelmäßig alle 4 Jahre veröffentlicht. Die aktuellste Ausgabe ist der [14. DGE-Ernährungsbericht](#), der im November 2020 veröffentlicht wurde.

3. In welcher Form wird der Ernährungsbericht veröffentlicht?

Der Ernährungsbericht wird seit der ersten Veröffentlichung im Jahr 1969 als Buch veröffentlicht. Im Jahr 2004 bestand zum ersten Mal die Möglichkeit, neben dem Buch auch eine CD-

ROM zu erwerben, auf der die Buchinhalte in einem PDF-Dokument enthalten waren. Seit dem Ernährungsbericht 2008 wird jedem Buch eine CD-ROM beigelegt.

Im Rahmen des 13. DGE-Ernährungsberichts erfolgte erstmals im Vorfeld zur Bucherscheinung eine Vorveröffentlichung von zwei Kapiteln des Berichts, die auf der Internetseite der DGE als [PDF-Dokument](#) frei verfügbar sind. Auch zum 14. DGE-Ernährungsbericht wurden die [Kapitel 2 und 3](#) als Vorveröffentlichung vorab zur Verfügung gestellt.

4. Wo ist der Ernährungsbericht erhältlich? Ist es möglich, einzelne Kapitel zu erwerben?

Der Ernährungsbericht ist beim [DGE-Medienservice](#) und im Buchhandel erhältlich; ebenso steht er in vielen Universitätsbibliotheken zur Verfügung.

Der Ernährungsbericht ist nur als Gesamtdokument erhältlich; einzelne Kapitel können nicht erworben werden. Im Rahmen des 13. DGE-Ernährungsberichts fand erstmals im Vorfeld zur Bucherscheinung eine Vorveröffentlichung von zwei Kapiteln des Berichts statt (siehe [Frage 3](#)).

Einen Überblick über die Inhalte bisheriger Ernährungsberichte bieten die [Inhaltsverzeichnisse](#).

5. Welche Themen werden in den Ernährungsberichten der DGE behandelt?

Die Themen eines Ernährungsberichts sind breit gestreut ([Inhaltsverzeichnisse](#)). Manche Inhalte werden fortgeschrieben, wie z. B. die „Trendanalysen zum Lebensmittelverbrauch auf Basis der Agrarstatistik“ und „Die Entwicklung und Verbreitung von Übergewicht (Präadipositas und Adipositas) in Deutschland“, eingestellt andere werden neu aufgenommen und dann fortgeschrieben, wie das übergreifende Thema „Prävention durch Ernährung“, das den Zusammenhang zwischen der Ernährung (Ernährungsmuster/Lebensmittel/-gruppen/Nährstoffe/sekundäre Pflanzenstoffe) und dem Risiko für die Entstehung ernährungsmitbedingter Erkrankungen (u. a. Tumorkrankheiten, Diabetes mellitus Typ 2, kardiovaskuläre Krankheiten) beschreibt. Inzwischen werden zudem in jedem Bericht Primärdaten von Forschungsvorhaben veröffentlicht.

Seit Beginn der Ernährungsberichterstattung im Jahr 1969 werden in jedem Ernährungsbericht Verbrauchsdaten für Lebensmittel in Deutschland dargestellt. Über die Jahre hinweg war es aufgrund der verfügbaren Daten möglich, die Ernährungssituation in Deutschland im Hinblick auf **Lebensmittelverbrauch und -verzehr, Nährstoffzufuhr** sowie **Versorgungssituation** immer genauer zu beschreiben. Dies erfolgt allgemein für die gesamte Bevölkerung (z. B. Trendanalysen zum Lebensmittelverbrauch auf Basis der Agrarstatistik, siehe [Frage 6](#) und [7](#)) sowie auf der Grundlage von Studien an repräsentativen Bevölkerungsgruppen (z. B. Daten aus NVS II zu Lebensmittelverzehr und Nährstoffzufuhr, siehe [Frage 6](#) und [8](#)).

Zudem wurden bereits in mehreren Ernährungsberichten Aspekte der **Ernährungssituation in der Gemeinschaftsverpflegung** thematisiert (z. B. Verpflegung von Kindern [2000; 2016]; Verpflegung von älteren Menschen [2000; 2008; 2012; 2016]).

6. Woher stammen die Daten, die zur Beurteilung der „Ernährungssituation in Deutschland“ in den Ernährungsberichten der DGE herangezogen werden?

Die Daten zur Ernährungssituation in Deutschland stammen aus unterschiedlichen Quellen, wodurch die Thematik von verschiedenen Seiten beurteilt werden kann. Die Agrarstatistik liefert Angaben über die in Deutschland gesamtwirtschaftlich für den Verbrauch verfügbaren Lebensmittelmengen und ermöglicht einerseits die Betrachtung langfristiger Trends und andererseits Einblicke in aktuelle Entwicklungen des Lebensmittelverbrauchs. Die Daten der Agrarstatistik stammen im Wesentlichen aus amtlichen Betriebsstatistiken und werden auf Produktions- oder Großhandelsstufe erfasst. Stärken und Schwächen der Agrarstatistik sind in [Frage 7](#) aufgeführt.

Weiterhin lieferte die **Einkommens- und Verbrauchsstichprobe (EVS)** Daten zur Beurteilung der Ernährungssituation in Deutschland. Bei einer Unterstichprobe der an der EVS teilnehmenden privaten Haushalte werden zusätzlich zu den Basiserhebungen Daten über Lebensmitteleinkäufe erfasst. Die ermittelten Einkaufsmengen werden in Verzehrmenen transformiert und liefern somit Angaben zum Lebensmittelverzehr sowie zur Energie- und Nährstoffzufuhr. Die Daten der EVS wurden zuletzt im Ernährungsbericht 2004 ausgewertet.

Außerdem werden zur Beschreibung der Ernährungssituation in Deutschland die Ergebnisse von **epidemiologischen Studien** herangezogen, die **bundesweit repräsentative Daten** bei verschiedenen Bevölkerungs- bzw. Altersgruppen erfassen. Anhand dieser Daten ist es z. B. möglich, Aussagen zu Ernährungsverhalten, Lebensmittelverzehr, Energie- und Nährstoffzufuhr sowie zur Versorgungssituation der deutschsprachigen Bevölkerung zu machen.

In diesem Kontext sind insbesondere die „Nationale Verzehrsstudie II“ (NVS II, 2005–2007) und die „Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland“ (KiGGS, Basiserhebung 2003–2006) zu nennen, die für verschiedene Altersgruppen bundesweit repräsentative Gesundheitsdaten erfassten (s. auch [Frage 8](#)). Im 13. DGE-Ernährungsbericht werden Daten der „Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland“ (DEGS; 2008–2011) dargestellt, die Bestandteil des Gesundheitsmonitorings des Robert Koch-Instituts ist (s. [Frage 8](#)). Der aktuelle 14. DGE-Ernährungsbericht stellt u. a. Daten der zweiten „Ernährungsstudie als KiGGS-Modul“ (EsKiMo II; 2015–2017) vor.

Für die Darstellung der Entwicklung der Prävalenz von Übergewicht (Präadipositas und Adipositas) in Deutschland werden zudem u. a. Daten des **Mikrozensus** des Statistischen Bundesamtes herangezogen.

7. Welches sind die Vor- und Nachteile der aus der Agrarstatistik stammenden Daten, die zur Darstellung der Ernährungssituation in Deutschland herangezogen werden?

Vorteile:

Ein wesentlicher Vorteil der Daten aus der Agrarstatistik ist, dass sie inzwischen über einen Zeitraum von mehreren Jahrzehnten mit weitgehend gleichbleibender Methodik jährlich erhoben und veröffentlicht werden. Somit ist es mit Hilfe der Agrarstatistik möglich, einerseits lang-

fristige Trends zu betrachten und andererseits Einblicke in aktuelle Entwicklungen des Lebensmittelverbrauchs zu erhalten. Unter der Maßgabe, dass sich die Einschränkungen (s. Nachteile) der Agrarstatistik im Laufe der Zeit nur wenig ändern, bieten die Daten somit eine wertvolle Grundlage für die Entwicklung des Lebensmittelverbrauchs in Deutschland.

Nachteile:

Die Daten aus der Agrarstatistik stammen im Wesentlichen aus amtlichen Betriebsstatistiken und werden auf Produktions- oder Großhandelsstufe erfasst. Sie geben den Verbrauch der verfügbaren Lebensmittelmengen wieder, entsprechen jedoch nicht dem tatsächlichen Lebensmittelverzehr der deutschen Bevölkerung. Dies liegt darin begründet, dass die Daten, neben den für den menschlichen Verzehr zur Verfügung stehenden Mengen, in vielen Fällen auch unverzehrbare Mengen oder Anteile wie z. B. Knochen und Schalen (z. B. für die Verwendung als Tierfutter) umfassen. Ein Beispiel hierfür ist die Produktion von Bioethanol als Kraftstoffbeimischung, die seit der Einführung des Ottokraftstoffs E10 im Januar 2011 enorm zugenommen hat. Da in Deutschland vor allem Weizen und Zuckerrüben als Ausgangsprodukte der Bioethanolproduktion dienen, sind die Daten zur Versorgung mit diesen Produkten besonders vorsichtig zu deuten.

Weiterhin fließt in die Daten der Agrarstatistik die Differenz von Importen und Exporten mit ein, deren Menge sich aufgrund des gemeinsamen europäischen Markts oft nur ungenau erfassen bzw. nur schätzen lässt.

8. Die Daten welcher epidemiologischen Studien werden zur Darstellung der Ernährungssituation in Deutschland in den Ernährungsberichten herangezogen?

Einige der relevanten epidemiologischen Studien, deren Daten im Ernährungsbericht zur Beschreibung der Ernährungssituation in Deutschland herangezogen wurden, sind in der folgenden Tabelle aufgeführt (Tabelle 1).

Tabelle 1: Übersicht epidemiologischer Studien zur Darstellung der Ernährungssituation in Deutschland – Ergebnisse in den Ernährungsberichten

Studienbeschreibung	Ergebnisse in den DGE-Ernährungsberichten
<p>DEGS – Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland</p> <ul style="list-style-type: none"> - Seit 2008 Bestandteil des Gesundheitsmonitorings des Robert Koch-Instituts (RKI) - Erhebungswelle (DEGS1): 2008–2011 - Teilnehmende: Menschen im Alter von 18 bis unter 80 Jahren 	<p>13. DGE-Ernährungsbericht: Darstellung der Versorgungssituation von in Deutschland lebenden Frauen und Männern mit ausgewählten Nährstoffen (Vitamin D, Folat, Natrium, Kalium, Jod) anhand von klinisch-chemischen Messwerten (Blut- und Urinproben)</p> <p>12. Ernährungsbericht 2012: Darstellung der Entwicklung von Übergewicht (Präadipositas und Adipositas) im Erwachsenenalter in Deutschland anhand von standardisierten Messwerten zu Körpergröße und –gewicht</p>

<p>NVS II – Nationale Verzehrsstudie II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchgeführt vom Max Rubner-Institut (MRI) - Erhebungszeitraum: 2005 – 2007 - Teilnehmende: Menschen im Alter von 14 bis 80 Jahren 	<p>14. DGE-Ernährungsbericht: Neuauswertung der NVS II-Daten nach Identifizierung des unterkalorischen Protokollierens und Darstellung der Deckung des Nährstoffbedarfs</p> <p>12. Ernährungsbericht 2012: Darstellung des Lebensmittelverzehrs und der daraus berechneten Energie- und Nährstoffzufuhr¹</p> <p>Ernährungsbericht 2008: Darstellung der Ergebnisse zu u. a. „Verbreitung von Diäten“, „Ernährungsweisen“, „Ernährungswissen“ und „Kochkompetenz in Deutschland“</p> <p>Beschreibung der Entwicklung von (Prä-) Adipositas und Untergewicht im Erwachsenenalter anhand von Daten zu Körpergröße und –gewicht</p>
<p>KiGGS – Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchgeführt vom Robert Koch-Institut (RKI) - KiGGS Basiserhebung: 2003–2006 - KiGGS-Welle 1: 2009–2012 - KiGGS-Welle 2: 2014–2017 - Teilnehmende: Heranwachsende im Alter von 6 bis 18 Jahren <p><i>Als Teil der Studie:</i></p> <p>Ernährungs-Studie als KiGGS-Modul: EsKiMo²</p> <ul style="list-style-type: none"> - EsKiMo I: Januar–Dezember 2006 - EsKiMo II: 2015–2017 - Teilnehmende: Heranwachsende im Alter von 6 bis unter 18 Jahren 	<p>14. DGE-Ernährungsbericht: Darstellung der Nährstoffversorgung und Rahmenbedingungen des Ernährungsverhaltens bei Kindern und Jugendlichen (EsKiMo II)</p> <p>Ernährungsbericht 2008: Darstellung des Lebensmittelverzehrs und der Energie- und Nährstoffzufuhr² im Kindes- und Jugendalter (EsKiMo I)</p> <p>Darstellung von Jodversorgung und -status bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland u. a. anhand von klinisch-chemischen Messwerten (Blut- und Urinproben)</p>
<p>VELS – Verzehrsstudie zur Ermittlung der Lebensmittelaufnahme von Säuglingen und Kleinkindern</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchgeführt von Universität Paderborn - Erhebung: 2001–2002 - Teilnehmende: Säuglinge (ab 6 Monaten) und Kleinkinder (bis unter 5 Jahren) 	<p>Ernährungsbericht 2008: Darstellung des Lebensmittelverzehrs und der Energie- und Nährstoffzufuhr³ im Säuglings- und Kleinkindalter</p>

¹Auswertung der Verzehrdaten der beiden 24-Stunden-Recalls auf Basis der aktualisierten Version des Bundeslebensmittelschlüssels (BLS-Version 3.02). Daher unterscheiden sich diese von früher publizierten NVS-II-Daten, die mit dem Ernährungserhebungsinstrument DISHES (Diet Interview Software for Health Examination Studies) erfasst und mit einer früheren BLS-Version (BLS II.4) berechnet wurden.

² EsKiMo: Ernährungserhebung bei den 6- bis unter 12-Jährigen mittels 3-Tage-Verzehrprotokoll, bei den 12- bis unter 18-Jährigen persönliches Ernährungsinterview

³ Ernährungserhebung mittels 3-Tage-Wiege-/Schätzprotokolle; Protokollführende waren die Erziehungsberechtigten, in aller Regel die Mütter.

9. Welche Themen haben die einzelnen Kapitel des aktuellen 14. DGE-Ernährungsberichts?

Der aktuelle 14. DGE-Ernährungsbericht umfasst 5 Kapitel, deren Themen im Folgenden kurz dargestellt werden:

Im **ersten Kapitel** des 14. DGE-Ernährungsberichts wird auf die Ernährungssituation in Deutschland eingegangen. So wird zum einen, in Anknüpfung an die vorherigen DGE-Ernährungsberichte, die Entwicklung des Lebensmittelverbrauchs auf Basis der Daten der Agrarstatistik fortgeschrieben und folgend die sich daraus abzeichnenden Veränderungen in Deutschland unter Public-Health-Gesichtspunkten bewertet. Das Kapitel enthält darüber hinaus eine Ausarbeitung zum Thema „Misreporting“ auf Basis einer Neuauswertung der Nährstoffzufuhr aus der Nationalen Verzehrsstudie II (NVS II). Ebenso wird die in den DGE-Ernährungsberichten 2008, 2012 und 2016 begonnene systematische Darstellung der Entwicklung und Verbreitung von Übergewicht (Präadipositas und Adipositas) in allen Altersgruppen fortgeführt. Hierbei liegt der Schwerpunkt im aktuellen DGE-Ernährungsbericht auf dem Aspekt des Übergewichts bei Schwangeren. Darüber hinaus werden in diesem Kapitel die Nährstoffversorgung und die Rahmenbedingungen des Ernährungsverhaltens bei Kindern und Jugendlichen auf Basis der Ergebnisse der EsKiMo II Studie beschrieben. Im Weiteren stellt das Kapitel die Belastung mit Cadmium und Blei in expositionsrelevanten Lebensmittelgruppen anhand der Ergebnisse der BfR-MEAL-Studie dar. Zum Abschluss des ersten Kapitels werden Reduktionsstrategien von Energie, Zucker, Fetten und Salz in Fertigprodukten mit Fokus auf Maßnahmen zur Produktreformulierung sowie Vorgehensweisen beim Produktmonitoring für die europäische Ebene und Deutschland sowie speziell für Frankreich und Großbritannien vor- und gegenübergestellt.

In **Kapitel 2** wird die Ernährungssituation in Krankenhäusern und Pflegeheimen in Deutschland anhand der Ergebnisse des nutritionDay-Projekts beschrieben ([nutritionDay-Vorveröffentlichung](#)).

Im **dritten Kapitel** wird die Studie zur Erhebung von Daten zum Stillen und zur Säuglingsernährung in Deutschland – SuSe II vorgestellt. Hieraus können aktuelle Empfehlungen und weitere Initiativen zur Beseitigung bestehender Stillhindernisse abgeleitet werden ([SuSeII-Vorveröffentlichung](#)).

In **Kapitel 4** wird die VeChi-Youth-Studie und damit aktuelle Daten z. B. zur Nährstoffzufuhr und zur Nährstoffversorgung, insbesondere mit potenziell kritischen Nährstoffen (Vitamin B12, Vitamin D, Jod, Eisen), bei vegetarischer und veganer Ernährung im Vergleich zu einer omnivoren Ernährung bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland vorgestellt.

Themenschwerpunkt in **Kapitel 5** ist die Prävention chronischer Erkrankungen durch die Ernährung. Hier werden drei Umbrella Reviews vorgestellt, die sich mit dem Zusammenhang des Gemüse-, Obst- und Fleischverzehr und dem Risiko ausgewählter ernährungsmitbedingter Erkrankungen wie z. B. Diabetes mellitus Typ 2, der Rolle von Vitamin D bei der Prävention und Behandlung ausgewählter extraskelettaler Erkrankungen sowie mit dem Thema „Ernährungsfaktoren und neurodegenerative Erkrankungen“ auseinandersetzen.