

NEM – Nahrungsergänzungsmittel



Stand: Januar 2011

Grundsätzlich warnen wir bei nicht als Medikamenten hergestellten und geprüften Produkten wegen der möglichen Gefahr einer Kontaminierung mit für Sportler verbotenen Substanzen vor so genannten Nahrungsergänzungsmitteln (NEM), Kosmetika und Lifestyle Produkten, auch mit angeblich rein pflanzlicher Zusammensetzung. Diese unterliegen nicht den strengen Herstellungs- und Zulassungskriterien wie Arzneimittel.

Eine Studie des Institutes für Biochemie (www.dopinginfo.de) ergab, dass eine Vielzahl von Nahrungsergänzungsmitteln gerade aus dem nicht-europäischen Raum, aber auch von deutschen Herstellern, die im oder für das Ausland abfüllen lassen, Stimulanzien, Hormone und/oder Anabolika enthielten. Konsumiert ein Sportler solche Nahrungsergänzungsmittel, können anschließend abgegebene Urinproben positive Analysenbefunde auf eine Einnahme von verbotenen Stimulanzien oder Steroidanabolika liefern. Nach dem gültigen WADA-Reglement erfüllt dies den Tatbestand des Dopings. Daher wird eindrücklich vor der Anwendung von Nahrungsergänzungsmitteln gewarnt. Das Risiko trägt der Konsument, der konsumierende Sportler.

Bei Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen gäbe es eine Reihe von erlaubten, als Medikament hergestellten und geprüften Produkten. In unserer "Beispielliste zulässiger Medikamente" sind u. a. auf S. 19 f. erlaubte Vitamine etc. aufgeführt. In der Regel liegt aber auch bei Leistungssportlern keine Unterversorgung vor; eine dem Leistungssport angepasste Ernährung ist normalerweise ausreichend.

Informieren können Sie sich – jedoch auf eigenes Risiko – bei den Kollegen vom Olympiastützpunkt Rheinland, die eine Reihe von Herstellern von Nahrungsergänzungsmitteln befragt haben. Auf der so genannten „Kölner Liste“ finden Sie die Selbstauskunft der Produzenten. Hilfreich sind sicherlich auch schriftliche Garantien der Hersteller, dass die Präparate frei von Verunreinigungen sind. Das Risiko vollständig ausschließen können wir von unserer Seite aus allerdings leider nicht. Wir bleiben daher bei unserer grundsätzlichen Warnung vor einer möglichen Kontaminierung.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.nada-bonn.de und unserer online Medikamentendatenbank www.nadamed.de.

Abteilung Medizin & Forschung
