



Web Suchen



Anzeigen

- onLeben
- Themen
- Ernährung
- Fitness
- Gesundheit
- Kochen
- Lifestyle
- Partnerschaft
- Tiere
- Verbraucher-Tipps
- onLeben von A-Z

- Specials
- Beauty
- Besser leben
- Diät
- Horoskope
- Lesen & Hören

- Mitmachen
- Forum
- Tests & Quiz
- Spiele-Ecke
- Video-Clips

- T-Online Partner
- musicload
- GAMESLOAD
- softwareload
- SCHUTZ 24
- Marktplätze

- Themen
- Nachrichten
- Wirtschaft
- Sport
- Computer
- Reisen
- Unterhaltung
- Spiele
- Handy
- Auto
- Video

Anzeige

**ebay**  
Kleidung kaufen Sie hier günstiger!  
Hier klicken!  
Musik | Elektronik | Kleidung

Online-Dating  
**Singles bei Ihnen**  
Finden Sie attraktive Singles in Ihrer Stadt!  
Verbraucher-Tipps

RSS-Feed  
**Immer informiert**  
Aktuelle Nachrichten im onLeben RSS-Feed.

Horoskope  
**Ihre Sterne heute**  
Liebe, Glück, Geld? Das sagt Ihr Tageshoroskop

Diät  
**Der Diätcoach**  
Die Pfunde purzeln lassen und leicht abnehmen.

onLeben Styler



**Mal blonde Haare ausprobieren?**  
Testen Sie am eigenen Bild, was Ihnen steht. onLeben Styler

- Ratgeber
- Aktuelle Foren-Beiträge
- 15.08. von Matz67
- Re: Apollo-Optik, Fielmann: Verppelung!
- 15.08. von Matz67
- Re: ALDI
- 15.08. von Matz67
- Re: Verpackungsgr en von Lebensmitteln
- 15.08. von Anti0815er
- Re: Verpackungsgr en von Lebensmitteln
- 15.08. von Tobi1984
- Immobilien



**Umzugsplaner**

22 08 2007  
Eigenregie Los!

Verbraucher-Tipps



**Einfach gut zu wissen**

Welche Markenprodukte gibt es beim Discounter? [Tipps für Verbraucher](#)

Service



**Neues Date gefunden?**

Name und Nummer ab ins Adressbuch – so geht nichts verloren. [mehr](#)

Testen Sie sich



**Wie gut kennen Sie sich?**

Mode, Liebe oder Psychologie: Hier finden Sie spannende [Psycho-Tests](#)

**Bruchlandung statt Höhenflug: Energy-Drinks im Test**



Red Bull: "mangelhaftes" Testergebnis. (Foto: Hersteller)

Ob vor einer langen Autofahrt, auf der Party oder als praktischer Energie-Kick zwischendurch: So genannte Energy-Drinks sollen müde Geister wecken. Die Produkten mit vielversprechenden Namen wie "Magic Man", "Black Cat" oder "Flying Horse" finden Verbraucher inzwischen in jedem Supermarkt oder beim Discounter. Doch verleihen sie wirklich Flügel und wecken die beworbenen tierischen Kräfte? Das Magazin "Öko-Test" hat in seiner August-Ausgabe 20 aufpeppende Getränke getestet. Das Ergebnis: Viel Energie steckt zwar drin, allerdings vor allem in Form von Zucker. Dadurch enthalten die Drink nicht nur viele Kalorien, sondern machen sogar müde. Außerdem enthalten die Energy-Drinks teils gesundheitsschädliche Farbstoffe und Aromen. Einzig bei Koffein ist die wachmachende Wirkung bestätigt, Zusätze wie Taurin gelten dagegen als zweifelhaft. Lediglich ein Produkt scheidet mit "gut" ab, alle anderen Testprodukte erhalten die Testnote "Ausreichend" oder schlechter.

- Zum Durchklicken [Energy-Drinks im Test](#)
- [Bessere Durstlöcher? Biere und Mischgetränke im Gesundheits-Check Süß oder erfrischend? Eistee im Test](#)
- [Acht Mythen Warum Kaffee und Koffein besser ist als sein Ruf](#)
- [Vorsicht im Supermarkt Wie Sie Einkaufsfallen vermeiden](#)

Anzeige

**Sind Sie ein Luxusweib?**  
Haben Sie so viel Glamour wie ein Hollywood-Star? Oder sind Sie viel zu bescheiden und sollten sich ein wenig mehr Luxus gönnen? Machen Sie den Test bei [beautylive](#).



**Was bringt die Kraft des Stieres?**

Den besonderen Energie-Kick erhoffen sich Konsumenten der Drinks vor allem durch eine fragwürdige Zusatz, nämlich Taurin. Bis auf zwei Produkte enthalten alle getesteten Produkte die fragwürdige Substanz. Dem Stoff aus der Stiergalle werden zwar stierähnliche Kräfte nachgesagt, bewiesen ist die leistungsfördernde Wirkung jedoch nicht. Der Körper produziert einen geringen Gehalt des Stoffes selbst, wie sich eine zusätzliche Aufnahme großer Mengen und die damit verbundene anregende Wirkung auf den Stoffwechsel auswirkt, ist jedoch nicht erforscht. In 14 Getränken steckt mit rund 4000 Milligramm pro Liter sogar viel mehr drin als gesetzlich in Deutschland erlaubt. Die Produkte mit den erhöhten Werten dürfen daher nur im Ausland produziert werden, dann jedoch nach einer Allgemeinverfügung in Deutschland verkauft werden. Nur der Testsieger "Mad Bat Bio-Energy Drink mit Guarana" und das Produkt "Shell V-Power Energy Drink" überschreiten diese gesetzlichen Werte nicht.

**Krebsfördernde Inhaltsstoffe**

Neben der ungewissen Wirkung des Taurins sorgen gesundheitsschädliche Konservierungsstoffe für schlechte Testergebnisse. Der Zusatzstoff Natriumbenzoat fördert die Bildung von krebserregendem Benzol. Die Tester fanden diese Substanz in dem "Effect High Quality Energy Drink" und "Take Off Energy Drink mit Taurin & Koffein". Beide Produkte fallen im Test mit der Endnote "Ungenügend" durch. Weiterer Kritikpunkt: In fünf Produkten gelten die verwendeten Farbstoffe Chinolingelb und Azorubin als gesundheitlich riskant. Obwohl die Hersteller harmlose Alternativfarbstoffe verwenden könnten, enthalten folgende Produkte die riskante Substanz: "Magic Man Energydrink mit Taurin & Coffein", "Big Pump Energy Drink, Gummibärchengeschmack", "Grizzly Energy Drink", "Shell V-Power Energy Drink" sowie "Bullit Get It! Energydrink mit Taurin & Coffein".

**Viel Zucker macht schlapp**

106 Gramm Zucker pro Liter enthalten die getesteten Getränke durchschnittlich - und damit etwa doppelt so viel wie eine Apfelsaftschorle. In einem Aufputsch-Drink mit 250 Millilitern stecken demnach 90 bis 120 Kalorien und pusht so vor allem eins: die Energiebilanz. Zwar gilt Zucker wegen seiner blutzuckersteigernden Wirkung als kurzzeitiger Energiebringer, ist aber gleichzeitig ein Dickmacher und fördert Übergewicht sowie Karies. Nicht nur Figurbewusste sollten daher nicht zu oft zu den süßen Modegetränken greifen. Auch übermüdete Autofahrer oder Partylöwen können sich nicht auf die vermeintlich aufputschende Mittel verlassen. Wissenschaftler der Julius-Maximilians-Universität in Würzburg prüften die Wirkung an Testpersonen in einer Fahrsimulation. Das Ergebnis: Die süßen Drinks putschen nur kurzfristig auf. Der Blutzuckerspiegel fällt wenig später rapide ab und ein Gefühl von Schläppheit stellt sich wieder ein.

Kalorienfalle Getränke [Was steckt in Fruchtsaft, Limo & Co.?](#)

**Plus**  
5  
9 schon ab 2,99 pro Ziehung  
Spielen Sie Lotto im Vollosystem in einer Gewinngemeinschaft beim Deutschen Lotto- und Totoblock  
**LOTTO**  
6 aus 49  
inkl. Spiel 77 und Super 6  
\*BEI ABSCHLUSS EINES DAUER- SPIELSCHEINS WERDEN MINDESTENS 77 AN DIE STÄDTLICHE LOTTOGESELLSCHAFT WEITERGEGLEITET.