



NNTP2HTTP.COM

Posting

Als Spam markieren
Beitrag melden

Suche

Diese Gruppe

Suchen

Optionen

Archiv
RSS-Feeds

Hilfe & Kontakt

Kontakt
Hilfe
Impressum

Info: Energy-Drinks - Problematische Inhaltsstoffe in Powerbrausen entdeckt (Volle Kanne - ZDF)

Von: Barbara Langer (barbara-langer@versanet.de) [[Profil](#)]

Datum: 09.08.2007 22:46

Message-ID: <f9fujl\$34e\$1@news01.versatel.de>

Newsgroup: [de.rec.mampf](#)

===== REZKONV-Rezept - RezkonvSuite v1.2.1

Titel: Energy-Drinks werden Flügel gestutzt - Problematische ...
Kategorien: Info, Energy-Drinks, Ernährung, Gesundheit
Menge: 1 Info

===== QUELLE =====

Volle Kanne - Service täglich - ZDF

-- Erfasst *RK* 09.08.2007 von

-- Barbara Langer

Laut Werbeslogan verleihen sie Flügel, dabei enthalten sie hauptsächlich Wasser, Zucker, Farbstoffe und Aromen. Durch den Zusatz von Koffein und Taurin werden sie zu Energy-Drinks. Ökotest hat 20 der aufgepeppten Erfrischungsgetränke auf die sprichwörtlichen Hörner genommen. Das Ergebnis ist eher ernüchternd. 08.08.2007

Sie heißen Grizzly Energy, Red Bull oder Flying Horse. Dabei handelt es sich nicht um Fabelwesen eines Fantasy-Abenteuers, sondern um peppig aufgemachte Dosen und PET-Flaschen im Kleinformat. Der Inhalt mundet eher nach flüssigen Gummibärchen.

Nach den Versprechen der Hersteller sind Energy-Drinks das perfekte Erfrischungsgetränk für Partys und lange Nächte. Mit Hilfe von erhöhtem Koffeingehalts und teilweise abenteuerlichen Zusätzen wie Taurin, Glucuronolacton sowie Inosit sollen sie Power zurückgeben und fit machen. Wie sich große Mengen dieser Zusätze auswirken, ist wenig erforscht. Daher rät beispielsweise die Deutsche Gesellschaft für Ernährung davon ab, literweise Energy-Drinks zu sich zu nehmen.

Krebsverdächtiger Inhaltsstoff:

Zwei Powerbrausen fielen mit der Note "ungenügend" sang und klanglos durch den Test: Effect High Quality Energy Drink und Take Off Energy Drink mit Taurin & Koffein. "Beide enthalten sie Natriumbenzoat. Das ist ein Konservierungsstoff, der überflüssig ist. Die anderen Getränkehersteller kommen auch ohne aus. Dieser Stoff kann die Bildung von Benzol - ein krebserregender Stoff - fördern", berichtet Testerin Birgit Hinsch. Weitere vier Produkte - darunter Red Bull und Rodeo Power Drink - schneiden aufgrund diverser problematischer Inhaltsstoffe mit der Note "mangelhaft" kaum besser ab.

13 Energy-Drinks erhielten ein "ausreichend". Der Mad Bat Bio-Energy Drink mit Guarana bekam als einziges Getränk ein gutes Testurteil. Ob man den Bio-Drink braucht, sei jedoch dahingestellt. Geht es nur um die Menge an Koffein, so ist man mit ein bis zwei Tassen Kaffee ähnlich versorgt. Zu viel der stimulierenden Substanz macht sich

durch Herzrasen, Schwindelattacken und Schlaflosigkeit bemerkbar.

Hoher Zuckergehalt:

Die Tester weisen darauf hin: Die Drinks sind keine Durstlöscher. Für Sportler sind sie ganz und gar ungeeignet, denn der hohe Zuckergehalt blockiert die Flüssigkeitsaufnahme in den Körper. Echte Sportgetränke wirken isoton. Das heißt, sie haben eine ähnliche Teilchenkonzentration wie das Blut, was den Flüssigkeitseinstrom fördert.

Tückisch sind die angeblichen Power-Drinks in Verbindung mit Alkohol: In einer Studie fühlten sich die Probanden zwar deutlich fitter und euphorischer als nach purem Alkoholgenuss, jedoch waren die motorischen Fähigkeiten genauso eingeschränkt. "Übermüdete Autofahrer sollten Energy-Drinks besser meiden. Sie bewirken zwar zunächst einen Energieschub, dann kann aber durch den Zuckergehalt ein Leistungstief folgen. Deshalb besser Pause machen und Wasser trinken", so Birgit Hinsch von Ökotest.

: O-Titel : Energy-Drinks werden Flügel gestutzt - Problematische
: > Inhaltsstoffe in Powerbrausen entdeckt

====

Gruß Barbara

[[Auf dieses Posting antworten](#)]