

## EJCN und Umwelt



[1]

**2006 erschien in der Fachzeitschrift «European Journal of Clinical Nutrition» eine Studie unter der Leitung von Massimo Tettamanti, welche die Auswirkungen der verschiedenen Ernährungsweisen auf die Umwelt analysierte. Das Resultat bestätigte alle früheren, ähnlichen Studien.**



Die übliche, nicht ausgewogene Ernährung mit einem hohen Anteil an tierischen Produkten hat mit grossem Abstand die stärksten negativen Auswirkungen auf die Umwelt.

Innerhalb derselben Nahrungsmittelproduktionsmethode (bio oder konventionell) führt ein höherer Konsum an tierischen Nahrungsmitteln zu einem höheren Effekt auf die Umwelt.

Innerhalb derselben Ernährungsform hat die Variante mit Bioprodukten gegenüber der mit konventionell angebauten Produkten wesentlich weniger Umweltauswirkungen.

In der wissenschaftlichen Analyse wurden unter anderem folgende Bereiche berücksichtigt: Landverbrauch für den Anbau der Nahrungsmittel bzw. für die Futtermittelproduktion, Verbrauch an Treibstoffen für Anbau und Transport, Wasserverbrauch, Auswirkungen der tierischen Fäkalien auf die Umwelt, gesundheitliche Auswirkungen (z.B. durch Erzeugung von Ozon bei der Produktion, Pestizidrückstände etc.).

Die Ernährungspläne für die verschiedenen Kostformen stellte ein Ernährungswissenschaftler zusammen, um sicher zu gehen, dass alle 3 Ernährungsweisen ausgewogen sind. Zum Vergleich wurde zusätzlich noch die übliche, sehr fleischreiche Ernährung mit einbezogen (als Beispiel wurde die italienische Ernährung verwendet). Bei der Analyse wurden für jeden negativen Effekt auf die Umwelt Punkte vergeben.

Aus dem Resultat sieht man bereits auf den ersten Blick, dass die übliche fleischreiche Kost mit Abstand die grössten Umweltschäden verursacht: Deren Auswirkungen sind zweieinhalbmal so hoch wie die einer ausgewogenen omnivoren Ernährung (auch mit Fleisch, Eiern und Milchprodukten). Verglichen mit der ausgewogenen omnivoren Ernährung schnitt die vegetarische Ernährung jedoch noch um 35% besser ab und die

vegane Ernährung hatte sogar über 60% weniger schädliche Auswirkungen auf die Umwelt.

Bei einem Umstieg von der konventionellen auf die biologische Ernährung konnten die Auswirkungen auf die Umwelt bei der omnivoren Ernährung um über 40% gesenkt werden, bei der vegetarischen und veganen Ernährung um rund 30%.

Wenn ein Durchschnittsitaliener von seiner üblichen Ernährung auf eine ausgewogene biologisch-vegane Ernährung umsteigt, könnte er die Umweltauswirkungen seiner Ernährung um fast 90% reduzieren.

Zusammengefasst lässt sich also sagen: Je weniger tierische Produkte in der Ernährung verwendet werden und je mehr davon biologisch produziert wurden, desto umweltfreundlicher ist es.

Renato Pichler

Die Studie kann hier eingesehen werden: [Evaluating the environmental impact of various dietary patterns combined with different food production systems](#) [2], European Journal of Clinical Nutrition, 11 Okt. 2006.

Letzte Aktualisierung: 04.02.2014

**Source URL (modified on 04.02.2014 - 10:32):** <https://www.swissveg.ch/node/200>

#### **Links**

[1] <https://www.swissveg.ch/node/200>

[2] <http://www.nature.com/ejcn/journal/v61/n2/full/1602522a.html>