

Pressekonferenz des AOK-Bundesverbandes
zur AOK-Familienstudie 2022
am Dienstag, 6. Dezember 2022, Berlin

Statement von Dr. med. Martin Herrmann

Vorstandsvorsitzender von KLUG – Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit

Familien brauchen mehr Unterstützung, um eine nachhaltige, gesunde Ernährung umzusetzen

Es gilt das gesprochene Wort.

Unsere Ernährung ist ein Schlüsselthema für die individuelle und die planetare Gesundheit. Aktuell führt unsere Ernährungsweise mit dazu, dass unsere Umwelt zerstört und unser Planet unbewohnbar wird. Damit schaden wir unserer Gesundheit massiv. Daher ist es sehr begrüßenswert, dass die AOK dem Thema klima- und umweltfreundliche Ernährung in ihrer diesjährigen Familienstudie einen Schwerpunkt gewidmet hat.

Die Studienergebnisse zeigen eine große Diskrepanz: Auf der einen Seite gibt es bei den Familien zwar ein Problembewusstsein für die Auswirkungen des Klimawandels auf die Zukunft ihrer Kinder. Auch der Zusammenhang zwischen Ernährung und Klimakrise wird erkannt. Auf der anderen Seite ist das Wissen um gesunde und klimafreundliche Ernährung unzureichend. Daher wird das Problembewusstsein noch nicht in gesundes und klima- und umweltfreundliches Handeln übersetzt.

Schauen wir auf die konkreten Zahlen: 82 Prozent, also eine große Mehrheit aller befragten Familien, sehen die Zukunft ihrer Kinder durch die Klimakrise bedroht. Und eine ähnlich große Mehrheit, immerhin 79 Prozent der Eltern, schätzen den Einfluss der Ernährung auf Klima und Umwelt als bedeutsam ein. Das ist erstmal eine gute Ausgangslage.

Wie wirkt sich das auf das Ernährungsverhalten in den Familien aus? 41 Prozent der Eltern, geben an, ihr Essverhalten aufgrund der Klimakrise verändert zu haben. Und 33 Prozent der Eltern ernähren sich fleischreduziert. Komplette auf Fleisch verzichten lediglich zehn Prozent der Familien.

Die nächste Folie zeigt, wie die Kluft zwischen Problembewusstsein und Ernährungsverhalten zu erklären ist: 38 Prozent der Eltern glauben, dass eine klima- und umweltfreundliche Ernährung nicht gesund ist.

Das ist der Knackpunkt, denn das Gegenteil ist der Fall: Eine Ernährung mit viel Vollkornprodukten, Obst, Gemüse, Nüssen und Hülsenfrüchten und wenig Fleisch und Milchprodukten ist deutlich gesünder als unsere aktuelle Ernährungsweise. Und sie ist außerdem gut für die ökologische Nachhaltigkeit. Oder, um es noch deutlicher zu sagen: Eine größtenteils pflanzenbasierte Ernährung ist gesund, lecker und schützt Klima und Umwelt. Diese Win-Win-Situation müssen wir ganz deutlich kommunizieren, hier braucht es verstärkte Aufklärungsanstrengungen in Schulen, Kitas aber auch in der Medizin.

Dieses Wissensdefizit spiegelt sich auch im Bedürfnis nach Hilfestellungen wider, wie die nächste Folie zeigt: 80 Prozent wünschen sich klare Vorgaben der Bundesregierung an die Lebensmittelindustrie, um die Auswahl der Lebensmittel nach Umwelt- und Gesundheitsaspekten zu erleichtern.

Was bedeuten diese Ergebnisse? Wie eben schon erwähnt, hat der hohe Konsum tierischer Lebensmittel, den wir in Deutschland derzeit noch leben, negative Auswirkungen auf Ernährungssicherheit, Umwelt und Gesundheit:

Fast ein Drittel aller vorzeitigen Todesfälle in Europa sind durch eine Fehlernährung bedingt. Zentrale Risikofaktoren sind hier vor allem die zu geringe Aufnahme vollwertiger, pflanzlicher Lebensmittel wie Vollkorngetreide, Hülsenfrüchte, Nüsse, Obst und Gemüse, aber auch die zu hohe Aufnahme von rotem und verarbeitetem Fleisch. Sozial benachteiligte Menschen sind von diesen Risikofaktoren stärker betroffen.

Grenzen sind überschritten

Hinzu kommt, dass unser Ernährungssystem eben aufgrund dieses hohen Konsums tierischer Lebensmittel einer der Hauptgründe für die Überschreitung der planetaren Grenzen ist. Fast 15 Prozent aller menschlichen Treibhausgasemissionen sind auf die Herstellung tierischer Produkte zurückzuführen – das ist genauso viel wie der gesamte Mobilitätssektor an Emissionen verursacht, also alle Autos, Schiffe, Flugzeuge der Welt.

Circa 80 Prozent aller landwirtschaftlichen Flächen werden für die Produktion tierischer Lebensmittel genutzt. Das treibt die globale Entwaldung, Zerstörung natürlicher Lebensräume und das Artensterben dramatischen Ausmaßes voran. Das Pariser Klimaabkommen wird sich ohne einen Wechsel zu stärker pflanzenbasierten Ernährungsweisen nicht einhalten lassen, ebenso wenig wie ein Großteil der Ziele für nachhaltige Entwicklung.

Erderwärmung, Verlust an Biodiversität und Überschreitung planetarer Grenzen sind in hohem Maße auf den hohen Konsum tierischer Lebensmittel zurückzuführen. Sie sind die größte Bedrohung für die menschliche Gesundheit unserer Zeit. So steigt zum Beispiel das Risiko für Pandemien und Infektionskrankheiten, die von Tieren auf Menschen übertragen werden.

Auch unsere Ernährungssicherheit ist bedroht: Ernteauffälle durch Hitze und Trockenheit – Folgen der auch durch unser Ernährungsverhalten ausgelösten Klimaerhitzung – waren dieses Jahr weltweit und auch in Europa zu beobachten und werden mit zunehmender Erderwärmung weiter zunehmen. Bereits heute hungert ein Zehntel der Weltbevölkerung, während mehr als ein Drittel aller Kalorien an Nutztiere verfüttert und der Großteil aller landwirtschaftlichen Flächen für den Anbau von Futtermitteln oder als Weidefläche genutzt werden.

All diese Fakten zeigen: Wir benötigen dringend eine Transformation des Ernährungssystems hin zu stärker pflanzenbasierten Ernährungsweisen, um individuelle und planetare Gesundheit zu schützen. Die sogenannte „Planetary Health Diet“, ist eine wissenschaftsbasierte Ernährungsform, die eine wachsende Weltbevölkerung gesund ernähren kann, ohne zur weiteren Umweltzerstörung beizutragen. Sie besteht vorwiegend aus vollwertigen, pflanzlichen Lebensmitteln, enthält je nach Vorlieben jedoch auch tierische Lebensmittel in reduzierter Menge. Um mit den planetaren Grenzen vereinbar zu sein, muss der Fleischkonsum in Deutschland um fast Dreiviertel und der Milchkonsum um über die Hälfte sinken.

Großer politischer Handlungsbedarf

Die Ergebnisse der AOK-Familienstudie zeigen auf, wie groß der politische Handlungsbedarf ist und dass die Familien mehr Unterstützung benötigen, um eine nachhaltige, gesunde Ernährung umzusetzen. Hier ist die Politik gefragt, die Rahmenbedingungen so zu verändern, dass gesunde und umweltfreundliche Ernährung für jeden bezahlbar und einfach zugänglich wird. Das sollte sich unbedingt in der derzeit von der Bundesregierung erarbeiteten Ernährungsstrategie abbilden.

Die Ergebnisse zeigen aber auch, dass der zentrale Zusammenhang von Ernährung sowie Klima- und Biodiversitätskrise von der Mehrheit verstanden wird. Viele Familien haben schon angefangen, ihr Ernährungsverhalten umzustellen und sind offen dafür, diesen Weg weiterzugehen. Jetzt muss es uns gelingen, ganz deutlich zu vermitteln, dass klimafreundliche Ernährung gesund ist. Diese Forderung wird auch von immer breiteren zivilgesellschaftlichen Bündnissen und der Wissenschaft getragen. Auch für KLUG, die Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit, ist die Förderung pflanzenbasierter Ernährungsweisen der zentrale Hebel, um individuelle und planetare Gesundheit zu schützen.

Wir müssen schnell und entschlossen handeln. Der Weltklimarat macht in seinem kürzlich erschienenen Bericht klar: Uns bleibt nur noch ein kurzes, sich rasch schließendes Fenster, um eine gesunde und nachhaltige Zukunft für alle Menschen zu erreichen.

Kontakt und Information

Dr. Kai Behrens | AOK-Bundesverband | 030 346 46 2309 | presse@bv.aok.de