

## Food Supplements Industries Switzerland FSIS

---

Food Supplement Industries Switzerland (FSIS) ist eine Fachgruppe der Swiss Association of Nutrition Industries (SANI), einem Branchenverband der Foederation der Schweizerischen Nahrungsmittel-Industrien (fial).

### Positionspapier „Wieso sind Nahrungsergänzungsmittel wichtig“?

Nahrungsergänzungsmittel sind Lebensmittel, die dazu bestimmt sind, die normale Ernährung zu ergänzen<sup>1</sup>. Nahrungsergänzungsmittel helfen dabei, den Körper mit Nährstoffen zu versorgen. Dazu gehören Mineralstoffe wie Magnesium, Vitamine wie Vitamin D oder sonstige Stoffe wie Omega-3-Fettsäuren in konzentrierter und dosierter Form.

Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht der Heilung, Linderung oder Verhütung von Krankheiten. Sie können aber ergänzend zu einer abwechslungsreichen Ernährung einen wichtigen Beitrag dazu leisten, Gesundheit und Wohlbefinden zu erhalten.

Welche Nahrungsergänzungsmittel individuell von Nutzen sein können, ist abhängig von vielfältigen Faktoren, insbesondere von der Ernährungsweise, dem persönlichen Lebensstil und auch der aktuellen Lebensphase. So haben Schwangere und Stillende einen erhöhten Bedarf an Folat und Senioren aufgrund im Alter reduzierter Vitamin D Synthese einen erhöhten Bedarf an Vitamin D.

Nahrungsergänzungsmittel enthalten für die verschiedenen Bedürfnisse und zum Erhalt des Wohlbefindens spezifische und signifikante Mengen an Nährstoffen, für die ein Zusammenhang mit der Gesundheit belegt ist. Zur Orientierung dienen dann auch die entsprechenden gesundheitsbezogenen Angaben.

Als Speziallebensmittel müssen Nahrungsergänzungsmittel die gesetzlich vorgegebenen Anforderungen erfüllen – sowohl zur Zusammensetzung wie auch zur Kennzeichnung, Verpackung und Werbung. Bei Produkten, die Heilanpreisungen machen, ist Vorsicht geboten, insbesondere im Online-Handel. Bei Unsicherheiten bei der Auswahl sollte eine Ernährungsfachkraft, ein Arzt oder Apotheker oder der Hersteller um Rat gefragt werden.

Bern, 10.12.2021

---

<sup>1</sup> Siehe Art. 1 Verordnung über Nahrungsergänzungsmittel (SR 817.022.14)