

# Einkauf im FODMAP-Dschungel

## Bedarfsabklärung für ein low-fodmap Logo in der Schweiz

Signer Erika

Studiengang Ernährung und Diätetik (BSc), ERB16

### Einleitung

Die globale Prävalenz des Reizdarmsyndroms liegt bei 11.2%, wobei die Schweiz mit 8% etwas darunter liegt [1]. Die effektive Prävalenz kann jedoch nicht abschliessend geschätzt werden, da 33-90% der Patienten keine Arztbesuche wahrnehmen [2]. Als Therapie zur Symptombekämpfung kann das Weglassen von FODMAP-reichen Lebensmitteln versucht werden. Neuere Studien zeigen dadurch bei rund 70% der Patienten ein signifikante Besserung der Symptome [3]. Das FODMAP-Konzept ist komplex und soll durch einer Ernährungsfachperson (ERB) angeleitet werden um unter anderem Nährstoffmängel zu verhindern. Trotz der Betreuung durch ERB ist die Umsetzung schwierig. Es werden von den Anwendern besonders in der ersten Umstellungsphase Hindernisse wahrgenommen, wie der Einkauf von geeigneten Lebensmitteln. [4] Hierfür zeigt sich ein low-fodmap Logo in Australien hilfreich [5]. In der Schweiz ist dieses low-fodmap Logo nicht verbreitet. Daher wurde folgende Fragestellung bearbeitet:

Bei welchen Lebensmitteln wünschen sich Schweizer Konsumentinnen und Konsumenten, welche sich FODMAP-arm ernähren, ein low-fodmap Logo und unter welchen Voraussetzungen würden sie diese Lebensmittel kaufen?

### Methode

Für die Befragung wurde ein spezifischer Fragebogen entwickelt, welcher mittels Flyer beworben wurde. Die Rekrutierung erfolgte in Gastroenterologie- und Ernährungsberatungspraxen, auf der fodmap.ch Webseite sowie über social Media in Facebook-Gruppen. Die deutschsprachige online Befragung dauerte maximal 10 Minuten. Die Teilnahme war freiwillig und anonym. Es konnten nach 2 Monaten Umfragedauer 45 Datensätze in die deskriptive Auswertung eingeschlossen werden.

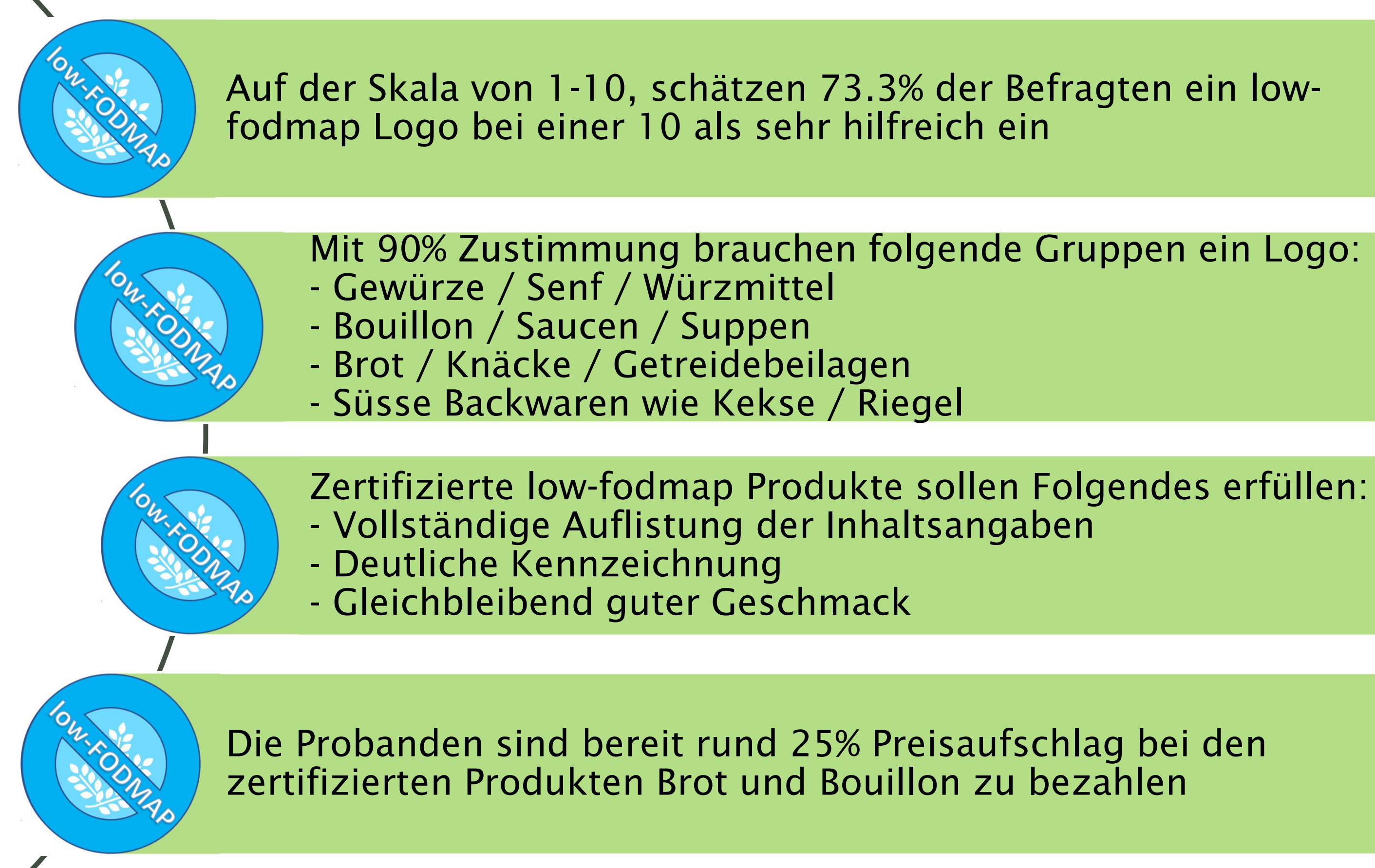
Tabelle: Beschreibung der Stichprobenpopulation

	n = 45	
Geschlecht	39	Frauen
	6	Männer
Alter (in Jahren)		19 - 63
Kennengelernt durch	21	ERB
	17	Arzt
	6	Internet
	4	Freunde / TV / Anderes
Betreut	15	durch ERB betreut
	30	nicht durch ERB betreut

### Diskussion

Die breite Rekrutierung stellt eine Stärke der Arbeit dar. Erstaunt hat dabei, dass 2/3 der Befragten nicht von einer ERB betreut sind, was die bisher in der Literatur beschriebenen 50% übersteigt [6]. Die Ergebnisse bilden 4 Lebensmittelgruppen von alltäglichen Grundzutaten ab, was für Hersteller durch vermeintlich hohen Absatz einen Anreiz zur Zertifizierung darstellt. Eine low-fodmap Zertifizierung kann mit wenig Aufwand und geringen Kosten erlangt werden [7]. Die Schweizer Gesetzgebung lässt dabei viel Spielraum bezüglich Deklaration und Anpreisung [8]. Die Kaufbedingung des guten Geschmacks von zertifizierten Produkten ist eine Herausforderung und steht im Gegensatz zur Literatur, welche eine tiefere Geschmackserwartung für gesunde Produkte feststellte [9]. Weiter hat die hohe Preisbereitschaft überrascht, was die starke Schweizer Kaufkraft erklären könnte [10] und / oder einen hohen Leidensdruck vermuten lässt. Durch methodische Limitationen können die vorliegenden Ergebnisse verfälscht hoch sein. Die kurze Befragung der spezifischen Stichprobe lässt keine abschliessende Beantwortung der Fragestellung zu.

### Ergebnisse



### Schlussfolgerung

Bei den 45 Probanden zeigte sich, dass ein Bedarf an low-fodmap Speziallebensmitteln in der Schweiz vorhanden ist. Die hohe Zahl der nicht betreuten Anwender des FODMAP-Konzeptes lässt zudem eine bisher unterschätzte Nachfrage erahnen. Auch scheint es, dass die Wichtigkeit der Betreuung durch ERB den Anwendern noch zu wenig bewusst ist. Es sind umfassendere Marktforschungen notwendig um die Ergebnisse dieser Arbeit zu bestätigen oder zu widerlegen. Eine Implementierung von low-fodmap Produkten auf dem Schweizer Markt könnte einen Trend ähnlich dem 'glutenfrei-Trend' bewirken, was Risiken mit sich bringt. Damit der Komplexität des Reizdarmsyndroms Rechnung getragen werden kann und um negative gesundheitliche Folgen des FODMAP-Konzepts vorzubeugen, ist eine Spezialisierung der ERB notwendig.

### Literaturverzeichnis

[1] Sperber, A., Dumidtrascu, D., Fukudo, S., Gerson, C., Ghoshal, U. C., Gwee, K. A., ... Whitehead, W. (2017). The global prevalence of IBS in adults remains elusive due to the heterogeneity of studies: A Rome Foundation working team literature review. *Gut*, 66(6), 1075-1082. <https://doi.org/10.1136/gutjnl-2015-311240> [2] Layer, P., Andresen, V., Pehl, C., Allescher, H., Bischoff, S. C., Classen, M., ... Preiss, J. C. (2011). S3 Leitlinie Reizdarmsyndrom: Definition, Pathophysiologie, Diagnostik und Therapie: Gemeinsame Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS) und der Deutschen Gesellschaft für Neurogastroenterologie und Motilität (DGNM). *Z Gastroenterol*, 237-293. [3] O'Keefe, M., Jansen, C., Martin, L., Williams, M., Seemark, L., Staudacher, H. M., ... Lomer, M. C. (2018). Long-term impact of the low-FODMAP diet on gastrointestinal symptoms, dietary intake, patient acceptability, and healthcare utilization in irritable bowel syndrome. *Neurogastroenterology and Motility: the Official Journal of the European Gastrointestinal Motility Society*, 30(1). <https://doi.org/10.1111/nmo.13154> [4] Frieling, T., Heise, J., Krummen, B., Hundorf, C., Kalde, S. (2019). Tolerability of FODMAP-reduced diet in irritable bowel syndrome - efficacy, adherence, and body weight course. *Zeitschrift Für Gastroenterologie*, 57(6), 740-744. <https://doi.org/10.1055/a-0859-7531> [5] Baker, J. (2018). Does a fodmap friendly Logo help people following a low fodmap diet to shop and eat with confidence. *nutrition and dietetics*. [6] Halmos, E. P., & Gibson, P. R. (2019). Controversies and reality of the FODMAP diet for patients with irritable bowel syndrome. *Journal of Gastroenterology and Hepatology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1111/jgh.14650> [7] FODMAP Friendly (2013). Fodmap friendly Program. Retrieved from <http://fodmapfriendly.com> [8] Verordnung des EDI betreffend die Informationen über Lebensmittel, Eidgenössisches Departement des Inneren (2016). <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeits-erwerb.assetdetail.8126171.html> [9] Bialkova, S., Sasse, L., Fenko, A. (2016). The role of nutrition labels and advertising claims in altering consumers' evaluation and choice. *Appetite*, 38-64. [10] Bundesamt für Statistik (2019). *Lohnentwicklung im Jahr 2018*. Retrieved from <https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/arbeits-erwerb.assetdetail.8126171.html>