



Massnahmen zur Jodversorgung in der Schweiz

Datum:

Oktober 2013

Jod ist ein lebensnotwendiges Spurenelement, das wir über die Nahrung aufnehmen. In der Schweiz sind die Böden und damit auch die darauf produzierten landwirtschaftlichen Erzeugnisse jodarm. Deshalb wird die Jodversorgung überwacht und mit verschiedenen Massnahmen sichergestellt. Basierend auf den neusten Empfehlungen der Eidgenössischen Ernährungscommission EEK und vor dem Hintergrund seiner Strategie zur Reduzierung des Salzkonsums (Salzstrategie) hat das BAG seine Massnahmen zur ausreichenden Jodversorgung der Schweizer Bevölkerung aktualisiert:

Massnahme 1

Erhöhung der Jodkonzentration im Speisesalz von aktuell 20 auf 25 ppm auf anfangs 2014.

Als Massnahme zur Verbesserung der altersgerechten Jodversorgung und Vermeidung von Jodmangelkrankheiten empfiehlt die WHO die konsequente und dauerhafte Jodsalzverwendung. Entsprechend wird Kochsalz in der Schweiz seit 1920 Jod beigemischt. Der neuste Bericht der EEK hat aufgezeigt, dass die aktuelle Dosierung nicht mehr ausreicht. Sie wird per 1.1.2014 erhöht. Diese Anreicherung basiert auf Artikel 5 der Verordnung des Eidgenössischen Departements des Innern (EDI) über den Zusatz essenzieller oder physiologisch nützlicher Stoffe zu Lebensmitteln (SR 817.022.32). Speisesalz, dem Jodide oder Jodate zugesetzt worden sind, muss pro kg 20 – 30 mg Jodid oder Jodat, berechnet als Jod, enthalten.

Die Verwendung von jodiertem Speisesalz erfolgt auf freiwilliger Basis. Damit die Wahlfreiheit gewährleistet ist, müssen Salzproduzenten sowohl jodiertes wie unjodiertes Salz anbieten. Jodiertes Speisesalz muss im Zutatenverzeichnis als «jodiertes Speisesalz/Kochsalz/Salz» oder «Speisesalz/Kochsalz/Salz jodiert» bezeichnet werden. So können sich Konsumenten über die Verwendung von Jodsalz informieren und auf dieser Grundlage ihre Kaufentscheidung treffen. Jodiertes Speisesalz darf mit dem Hinweis «Genügende Jodversorgung verhindert Kropfbildung» angepriesen werden.

Massnahme 2

Zusammenarbeit mit der Lebensmittelindustrie und der Gastronomie

Der Anteil des beim Kochen und individuellen Nachsalzen am Tisch zugeführten Kochsalzes beträgt nur ca. 11% (CTAC 2009) des Salzkonsums. Deshalb ist es wichtig, dass auch in verarbeiteten Produkten jodiertes Salz verwendet wird. Im Dialog mit der Lebensmittelindustrie und der Gastronomie sorgt das BAG für eine bessere Akzeptanz der Verwendung von Jodsalz in der Produktion und empfiehlt einen breiten Einsatz von Jodsalz in der Lebensmittelindustrie und der Gemeinschaftsgastronomie. Die Zunahme der Importe an verarbeiteten Lebensmitteln mit nicht-jodiertem Salz haben im Verbund mit der Abneigung exportorientierter inländischer Nahrungsmittelhersteller gegenüber jodiertem Salz dazu geführt, dass in der Schweiz viele

verarbeitete Lebensmittelprodukte gering oder unjodiertes Salz enthalten. Dies könnte mittel- und längerfristig zu einer Jod-Mangelversorgung führen.

Massnahme 3

Monitoring der Jod-Versorgung

In der Schweiz wird der Jodstatus bestimmter Bevölkerungsgruppen alle fünf Jahr anhand nationaler Untersuchungen kontrolliert. Als Hauptindikator wird in diesen Untersuchungen die Jodkonzentration im Urin verwendet. Urin ist ein ausgezeichneter Biomarker für die Jodzufuhr, da das meiste über die Ernährung aufgenommene Jod innerhalb von 24 Stunden wieder über den Urin ausgeschieden wird. Die nächsten Messungen sind für 2015 geplant. Damit sollten bereits erste Erfolge von Massnahme 1 nachgewiesen werden können.

Massnahme 4

Monitoring des natürlichen Jodgehalts und der Verwendung von jodiertem Salz in verarbeiteten Produkten

Die tägliche Jodaufnahme in der Schweiz wird gemäss Nahrungsmittelverbrauch und dem gemessenen Jodgehalt von Nahrungsmitteln auf etwa 140 µg pro Tag geschätzt. Den weitaus grössten Beitrag zum täglichen Jodbedarf leisten Brot (44%) und Milch (27%). Daneben spielen Käse (9%), Fisch (7%), Gemüse (5%) und Eier (3%) ebenfalls eine gewisse Rolle. Verschiedene Projekte untersuchen den natürlichen Jodgehalt in Lebensmitteln oder die Veränderung des Jodgehalts während der Verarbeitungsprozessen, zum Beispiel bei Käse. Die Ergebnisse dieser Untersuchungen werden Aussagen über den Erfolg von Massnahme 2 ermöglichen.