



75 Jahre
Demokratie
lebendig



Deutscher Bundestag
Wissenschaftliche Dienste

Sachstand

Zu Altersbeschränkungen für den Verkauf von Energydrinks

Zu Altersbeschränkungen für den Verkauf von Energydrinks

Aktenzeichen: WD 8 - 3000 - 043/24
Abschluss der Arbeit: 18.06.2024
Fachbereich: WD 8: Gesundheit, Familie, Bildung und Forschung,
Lebenswissenschaften

Die Wissenschaftlichen Dienste des Deutschen Bundestages unterstützen die Mitglieder des Deutschen Bundestages bei ihrer mandatsbezogenen Tätigkeit. Ihre Arbeiten geben nicht die Auffassung des Deutschen Bundestages, eines seiner Organe oder der Bundestagsverwaltung wieder. Vielmehr liegen sie in der fachlichen Verantwortung der Verfasserinnen und Verfasser sowie der Fachbereichsleitung. Arbeiten der Wissenschaftlichen Dienste geben nur den zum Zeitpunkt der Erstellung des Textes aktuellen Stand wieder und stellen eine individuelle Auftragsarbeit für einen Abgeordneten des Bundestages dar. Die Arbeiten können der Geheimschutzordnung des Bundestages unterliegende, geschützte oder andere nicht zur Veröffentlichung geeignete Informationen enthalten. Eine beabsichtigte Weitergabe oder Veröffentlichung ist vorab dem jeweiligen Fachbereich anzuzeigen und nur mit Angabe der Quelle zulässig. Der Fachbereich berät über die dabei zu berücksichtigenden Fragen.

Inhaltsverzeichnis

1.	Vorbemerkung	4
2.	Lebensmittelrechtliche Vorgaben für den Verkauf von Energydrinks in Deutschland	5
3.	Altersbeschränkungen für den Verkauf von Energydrinks in EU-Mitgliedstaaten	6
3.1.	Gesetzliche Altersbeschränkungen	6
3.2.	Freiwillige Vereinbarungen	9
4.	Studienlage zum Gesundheitsrisiko von Energydrinks bei Kindern und Jugendlichen	10

1. Vorbemerkung

Energydrinks werden mit dem Versprechen beworben, die Leistungsfähigkeit zu steigern, die Konzentration zu verbessern und die Müdigkeit zu überwinden. Die Getränke enthalten meist in höheren Konzentrationen Koffein sowie die Stoffe Taurin, Inosit und Glucuronolacton und sind stark mit Zucker oder Süßstoff angereichert.¹ Weltweit nimmt der Konsum von Energydrinks zu.² Nach Angaben des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE) trinkt in Europa mehr als jeder zehnte Erwachsene und auch ein Teil der Kinder und Jugendlichen regelmäßig Energydrinks.³ Statistischen Angaben zufolge stieg der Absatz von Energydrinks und Sportgetränken in Deutschland in den Jahren 2018 bis 2023 pro Kopf von 5,01 Liter (l) auf 8,32 l an.⁴ Prognostisch wird das Volumen pro Kopf zwischen 2024 und 2028 kontinuierlich um insgesamt 1,7 l (+19,47 Prozent) steigen und damit im Jahr 2028 mit schätzungsweise 10,4 l pro Kopf einen neuen Höchststand erreichen.⁵ Bereits im Jahr 2021 waren nach einer Umfrage zum Konsum von Energydrinks 1,62 Millionen der Konsumenten im Alter zwischen 14 und 19 Jahren,⁶ was einem Anteil von knapp 35 Prozent dieser Altersgruppe entspricht. Mit Blick auf die gesundheitlichen Auswirkungen weist das BZfE daraufhin, dass ein regelmäßiger Konsum von Energydrinks insbesondere bei Kindern und Jugendlichen aufgrund der hohen Koffeinaufnahme zu Schlaflosigkeit, Angstzuständen und Depressionen führen könne.⁷

-
- 1 Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR), Energiegetränke, abrufbar unter <https://www.bfr.bund.de/energiegetraenke.html>. Dieser und alle weiteren Links wurden zuletzt abgerufen am 18. Juni 2024.
 - 2 Statista, Umsatz mit Energy Drinks und Sportgetränken weltweit in den Jahren 2014 bis 2023 mit einer Prognose bis 2027, 31. März 2023, abrufbar unter <https://de.statista.com/umsatz-energy-drinks-und-sportgetreanken-weltweit/>; für Deutschland: Institut für Demoskopie Allensbach (IfD Allensbach), Anzahl der Personen in Deutschland, die innerhalb der letzten 14 Tage Energy Drinks gekauft oder konsumiert haben, von 2019 bis 2023, 19. Juni 2023, in: Statista, abrufbar unter <https://de.statista.com/konsum-energy-drinks-deutschland/> sowie Statista, Pro-Kopf-Absatz von Energy Drinks und Sportgetränken in Deutschland in den Jahren 2018 bis 2024 mit einer Prognose bis 2028, 29. Januar 2024, abrufbar unter <https://de.statista.com/pro-kopf-absatz-energy-drinks-und-sportgetreanken-deutschland/>.
 - 3 Bundeszentrum für Ernährung (BZfE), Gesundheitsrisiken durch Energydrinks, abrufbar unter <https://www.bzfe.de/gesundheitsrisiken-durch-energydrinks/>; BZfE, Energydrinks, 20. November 2023, abrufbar unter <https://www.bzfe.de/trendlebensmittel/energydrinks/>.
 - 4 Statista, Pro-Kopf-Absatz von Energy Drinks und Sportgetränken in Deutschland in den Jahren 2018 bis 2024 mit einer Prognose bis 2028, 29. Januar 2024, abrufbar unter <https://de.statista.com/pro-kopf-absatz-energy-drinks-und-sportgetreanken-deutschland/>.
 - 5 Statista Research Department, Pro-Kopf-Absatz von Energy Drinks und Sportgetränken in Deutschland bis 2028, 30. April 2024, abrufbar unter <https://de.statista.com/umfrage/energy-drinks-deutschland/>.
 - 6 Arbeitsgemeinschaft Verbrauchs- und Medienanalyse (VuMA), Konsumenten von Energy-Drinks in Deutschland nach Alter im Vergleich zur Bevölkerung 2021, 17. November 2021, in: Statista, abrufbar unter <https://de.statista.com/umfrage/konsumenten-energy-drinks-deutschland-nach-alter/>.
 - 7 BZfE, Gesundheitsrisiken durch Energydrinks, abrufbar unter <https://www.bzfe.de/gesundheitsrisiken-durch-energydrinks/>; BZfE, Energydrinks, 20. November 2023, abrufbar unter <https://www.bzfe.de/trendlebensmittel/energydrinks/>; siehe hierzu auch Trunk, Tamara, Verbot von Energy Drinks für Minderjährige gefordert – Grund ist eine besorgniserregende Studie, 6. Februar 2024, SWR3, abrufbar unter <https://www.swr3.de/energy-drinks-jugendliche.html>.

Auf nationaler und europäischer Ebene wird darüber diskutiert, ob die für Energydrinks geltenden Regelungen zu Höchstwerten für Zusatzstoffe und zu Warnhinweisen für den Schutz der Verbraucher ausreichend sind. Der Bürgerrat „Ernährung im Wandel: Zwischen Privatangelegenheit und staatlichen Aufgaben“ empfiehlt in seinem Bürgergutachten eine Altersgrenze ab 16 Jahren für Energydrinks und ähnliche Produkte, wie z. B. Energybooster, um den gesetzlich verantworteten Kinder- und Jugendschutz zu gewährleisten.⁸ Vor dem Hintergrund, dass die Produkte durch ein gezieltes Marketing gerade bei Kindern und Jugendlichen beliebt sind, fordern auch Verbraucherorganisationen eine Altersbeschränkung für den Verkauf von Energydrinks an Kinder und Jugendliche, wie sie bereits in anderen europäischen Ländern besteht.⁹

Auftragsgemäß werden in dieser Arbeit zunächst die lebensmittelrechtlichen Vorschriften für den Verkauf von Energydrinks in Deutschland aufgezeigt und anschließend ausgewählte europäische Länder dargestellt, in denen Altersbeschränkungen für den Verkauf von Energydrinks auf der Grundlage gesetzlicher Vorgaben oder freiwilliger Vereinbarungen bestehen. Abschließend wird die bisherige Studienlage zu den gesundheitlichen Risiken eines regelmäßigen Konsums von Energydrinks auf Kinder und Jugendliche skizziert.

2. Lebensmittelrechtliche Vorgaben für den Verkauf von Energydrinks in Deutschland

Der Verkauf von Energydrinks unterliegt nach deutschem Recht weder Verboten noch einschränkenden Verkaufsmodalitäten, etwa durch Altersbeschränkungen.¹⁰ Dementsprechend ist auch die Abgabe an Minderjährige erlaubt. Zur Gewährleistung des Verbraucherschutzes gelten für Energydrinks in Deutschland verbindliche Höchstgehalte und besondere Kennzeichnungsvorschriften. Zum Schutz vor einem übermäßigen Energydrink-Konsum sind der Zusatz für bestimmte in Energydrinks verwendete Stoffe durch Höchstmengenfestlegung begrenzt. Gemäß der Anlage 8 zu den §§ 4 und 5 der Fruchtsaft- und Erfrischungsgetränkeverordnung¹¹ dürfen folgende Höchstmengen in Milligramm/Liter (mg/l) in Energydrinks nicht überschritten werden: 320 mg/l Koffein, 4.000 mg/l Taurin, 200 mg/l Inosit und 2.400 mg/l Glucuronolacton.

Darüber hinaus sieht das Lebensmittelrecht, insbesondere zum Schutz vulnerabler Verbrauchergruppen, eine spezifische Kennzeichnung von Energydrinks vor. Gemäß der Lebensmittel-

8 Unterrichtung des Bürgerrates „Ernährung im Wandel: Zwischen Privatangelegenheit und staatlichen Aufgaben“, Bürgergutachten - Empfehlungen des Bürgerrates „Ernährung im Wandel: Zwischen Privatangelegenheit und staatlichen Aufgaben“ an den Deutschen Bundestag, 20. Februar 2024, BT-Drs. 20/10300, S. 35.

9 foodwatch, Mehrheit will Altersgrenze für Energydrinks, 3. Juni 2023, abrufbar unter <https://www.foodwatch.org/de/mehrheit-will-altersgrenze-fuer-energydrinks>; foodwatch, Energydrinks: Altersgrenze auch in Deutschland!, 12. Januar 2024, abrufbar unter <https://www.foodwatch.org/de/energy-drinks-altersgrenze-auch-in-deutschland>; Verbraucherzentrale, Energy Drinks: Gesundheitsrisiko für Vieltrinker, 31. Dezember 2023, abrufbar unter <https://www.verbraucherzentrale.de/energy-drinks-gesundheitsrisiko-vieltrinker>. Weiterführend zu Energy Shots siehe Verbraucherzentrale, Energy Shots: Gefährliche Aufputschmittel, 18. April 2024, abrufbar unter <https://www.verbraucherzentrale.de/energy-shots-gefaehrliche-aufputschmittel>.

10 Zur Besteuerung von Energydrinks siehe Wissenschaftliche Dienste des Deutschen Bundestages, Verkauf und Besteuerung von Energydrinks, Sachstand vom 25. Oktober 2023, WD 4 - 3000 - 066/23, WD 5 - 3000 - 090/23.

11 Verordnung über Fruchtsaft, Fruchtnektar und koffeinhaltige Erfrischungsgetränke (Fruchtsaft- und Erfrischungsgetränkeverordnung - FrSaftErfrischGetrV) vom 24. Mai 2004 (BGBl. I S. 1016), zuletzt geändert durch Artikel 3 der Verordnung vom 26. April 2023 (BGBl. 2023 I Nr. 115).

Informationsverordnung (EU) Nr. 1169/2011 vom 25. Oktober 2011 muss auf Energydrink-Produkten, die mehr als 150 mg Koffein pro Liter enthalten, der Hinweis „Erhöhter Koffeingehalt. Für Kinder und schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen“ im selben Sichtfeld wie die Bezeichnung des Getränks erscheinen, gefolgt von einem Hinweis in Klammern auf den Koffeingehalt, ausgedrückt in mg je 100 ml (Art. 10 Abs. 1 i. V. m. Anhang III, Ziffer 4.1 Verordnung (EU) Nr. 1169/2011). Diese spezifische Kennzeichnungspflicht wird durch § 6 Abs. 1 und 2 der Fruchtsaft- und Erfrischungsgetränkeverordnung auf nicht vorverpackt („lose“) abgegebene Energydrinks erweitert. Hiernach haben diese Angaben auch bei einer Abgabe von Energydrinks im Glas in Gaststätten oder Diskotheken z. B. in der Getränkekarte oder per Aushang zu erfolgen.¹²

3. Altersbeschränkungen für den Verkauf von Energydrinks in EU-Mitgliedstaaten

Der Verkauf bzw. die Abgabe von Energydrinks an Personen unter 18 Jahren ist in Lettland und Litauen sowie seit diesem Jahr auch in Polen und Rumänien verboten. In Ungarn wird aktuell auf der Grundlage eines Gesetzentwurfs über eine solche Altersbeschränkung diskutiert. Auch in Dänemark erwägen Politiker ein mögliches Verbot für Energydrinks.¹³ In einigen europäischen Ländern bestehen freiwillige Vereinbarungen zur Altersbeschränkung für den Verkauf von Energydrinks, dies gilt z. B. neben den Niederlanden und Schweden auch in Estland, wo aber ebenfalls aktuell über eine gesetzliche Altersbeschränkung debattiert wird.

3.1. Gesetzliche Altersbeschränkungen

In **Lettland** wird der Verkauf von Energydrinks durch das Gesetz über den Umgang mit Energydrinks geregelt.¹⁴ Nach Art. 3 dieses Gesetzes ist der Kauf, Verkauf sowie eine unentgeltliche Abgabe von Energydrinks an Personen unter 18 Jahren verboten. Daneben verbietet das Gesetz die Beteiligung Minderjähriger am Vertrieb von Energydrinks. Einzelhändler sind verpflichtet, das Alter der Person durch Vorlage eines Personalausweises zu überprüfen. Im Einzelhandel sind Energydrinks getrennt von anderen Lebensmitteln zum Verkauf anzubieten, in den Räumlichkeiten und auf dem Gelände von Bildungseinrichtungen ist ein Handel mit Energydrinks verboten. Art. 4 des Gesetzes enthält zudem Beschränkungen im Hinblick auf die Werbung für Energydrinks. Einem Bericht zufolge haben die Abgeordneten den Gesetzesentwurf mit dem Ziel entwickelt, die Gesundheit lettischer Kinder vor den schädlichen Auswirkungen von Energydrinks zu schützen.¹⁵ Nach der Verkündung des Gesetzes habe allerdings eine Diskussion darüber

12 Vgl. Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL), Regelungen für spezielle Lebensmittelgruppen, 1. März 2024, abrufbar unter <https://www.bmel.de/DE/lebensmittelsicherheit/spezielle-lebensmittel/.html>.

13 Siehe Wenande, Christian, Politicians eyeing possible ban of energy drinks for kids, CPHpost, 26. Mai 2023, in englischer Sprache abrufbar unter <https://cphpost.dk/2023-05-26/news/politicians-eyeing-possible-ban-of-energy-drinks-for-kids/>.

14 Energijas dzērienu aprites likums (Gesetz über den Umgang mit Energydrinks), in Kraft getreten zum 1. Juni 2016, in lettischer Sprache abrufbar unter <https://likumi.lv/ta/id/280078-energijas-dzerienu-aprites-likums>.

15 Vilcāne, Vineta, Energijas dzērienus nedrīkstēs tirgot arī augstskolās (Auch an Universitäten werden Energydrinks nicht verkauft), lvportals.lv, 3. März 2016, in lettischer Sprache abrufbar unter <https://lvportals.lv/skaidrojumi/277391-energijas-dzerienu-nedrikstes-tirgot-ari-augstskolas-2016>.

begonnen, ob die Verkaufs- und Werbebeschränkungen für Energydrinks ausreichend wissenschaftlich fundiert waren.¹⁶

Litauen hat als erstes europäisches Land im November 2014 den Verkauf von Energydrinks an Minderjährige verboten.¹⁷ Seitdem müssen sich Einzelhändler, Barkeeper und andere Verkäufer von Energydrinks nach Art. 6 des Lebensmittelgesetzes von jugendlichen Käufern durch Vorlage des Personalausweises bestätigen lassen, dass der Käufer mindestens 18 Jahre alt ist. Auch der Kauf von Energydrinks im Namen von Minderjährigen ist verboten. Nach Art. 78 des Gesetzes über Ordnungswidrigkeiten wird der Verkauf von Energydrinks an Minderjährige mit einer Geldstrafe von 60 bis 120 Euro und der Kauf oder die Abgabe von Energydrinks an Minderjährige mit einer Geldbuße von 20 bis 50 Euro geahndet.¹⁸ Einem Beitrag aus dem Jahr 2014 ist zu entnehmen, dass das Gesundheitsministerium den Gesetzentwurf damit begründet habe, dass Energydrinks insbesondere durch das enthaltene Koffein einen großen Einfluss auf das Herz-Kreislauf-System hätten und Kinder und Jugendliche vor gesundheitlichen Schäden und einem höheren Suchtpotential zu bewahren seien.¹⁹ Demgegenüber sei auch vertreten worden, dass es an statistischen Daten fehle, die zeigen würden, welche konkreten Krankheiten durch Energydrinks verursacht würden und ob sie tatsächlich zur Sucht führten.

Seit dem 1. Januar 2024 gilt auch in **Polen** ein Verbot zum Verkauf von Energydrinks an Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren.²⁰ Aufgrund des Gesetzes vom 17. August 2023 ist es zudem verboten, Getränke mit Koffein- oder Taurinzusätze auf dem Gelände von Schulen, anderen Bildungseinrichtungen und in Verkaufsautomaten zu verkaufen.²¹ Die Nichteinhaltung dieser Vorschriften wird mit einer Geldstrafe von bis zu 2.000 PLN (ca. 460 Euro) geahndet. Die gleiche Strafe wird gegen den Leiter einer Handels- oder Gaststätteneinrichtung verhängt, der seiner Aufsichtspflicht nicht nachkommt und damit die Begehung dieser Straftat in dieser Einrichtung ermöglicht. Daneben wurden Kennzeichnungspflichten für Hersteller und Importeure von Getränken mit Koffein- oder Taurinzusätzen eingeführt, deren Nichteinhaltung mit einer Geldstrafe von

-
- 16 Vilcāne, Vineta, Energijas dzērienu nedrīkstēs tirgot arī augstskolās (Auch an Universitäten werden Energydrinks nicht verkauft), lvportals.lv, 3. März 2016, in lettischer Sprache abrufbar unter <https://lvportals.lv/skaidrojumi/277391-energijas-dzerienus-nedrikstes-tirgot-ari-augstskolas-2016>.
 - 17 Law on Food, zuletzt geändert am 18. Dezember 2014, in englischer Sprache abrufbar unter <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/74505e2018da11e6aa14e8b63147ee94?positionInSearchResults>.
 - 18 Lietuvos Respublikos, Administracinių nusižengimų kodekso patvirtinimo, įsigaliojimo ir įgyvendinimo tvarkos įstatymas (Gesetz über Ordnungswidrigkeiten), zusammengefasste Fassung (31. Mai 2024 bis 30. Juni 2024), in deutscher Sprache abrufbar unter <https://www.e-tar.lt/portal/de/legalAct/>.
 - 19 Energiniai gėrimai: drausti ar nedrausti vaikams? (Energydrinks: Verbot oder nicht für Kinder?), Bernardinai.lt, 14. März 2014, in litauischer Sprache abrufbar unter <https://www.bernardinai.lt/2014-03-14-energiniai>.
 - 20 Ustawa z dnia 17 sierpnia 2023 r. o zmianie ustawy o zdrowiu publicznym oraz niektórych innych ustaw¹ (Gesetz vom 17. August 2023 zur Änderung des Gesetzes über die öffentliche Gesundheit und einiger anderer Gesetze), in polnischer Sprache abrufbar unter <https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp.pdf>.
 - 21 foodwatch, Energydrinks: Altersgrenze auch in Deutschland!, 12. Januar 2024, abrufbar unter <https://www.foodwatch.org/de/energy-drinks-altersgrenze-auch-in-deutschland>.

bis zu 200.000 PLN (ca. 46.000 Euro) oder einer Freiheitsbeschränkung geahndet wird.²² Kinderärzte begrüßten einem Zeitungsbericht zufolge diese Altersbeschränkung, da in ihrer praktischen Tätigkeit immer häufiger Kinder aufgrund von Schlaflosigkeit, Dehydrierung und Symptomen einer Depression, die im Zusammenhang mit dem Konsum von Energydrinks stünden, behandelt werden müssten.²³

Mit Inkrafttreten des Gesetzes vom 11. März 2024 sind auch in **Rumänien** der Verkauf und das kostenlose Anbieten von Energydrinks an Minderjährige verboten.²⁴ Erfolgt der Verkauf bzw. die Abgabe von Energydrinks an Minderjährige in Bildungseinrichtungen, in Gesundheitseinrichtungen oder in Einrichtungen zum Schutz benachteiligter Menschen, liegen die Bußgelder, mit denen diese Einrichtungen rechnen müssen, zwischen 10.000 Lei und 30.000 Lei (ca. 2.000 bis 6.000 Euro). Im Wiederholungsfall kann die Schließung der Geschäfte und Einrichtungen für einen Zeitraum zwischen zehn und 30 Tagen angeordnet werden. In der Berichterstattung zur Einführung der Altersbeschränkungen heißt es, dass nun - nachdem ein Gesetzentwurf des Gesundheitsministeriums im Jahr 2018 nicht angenommen wurde - zahlreiche Studien gezeigt hätten, dass eine Altersbeschränkung sinnvoll sei, da die in Energydrinks enthaltenen hohen Dosen an Koffein zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen wie Schlaflosigkeit, Bluthochdruck oder Dehydrierung führen würden, die Getränke keinen therapeutischen Nutzen hätten und viele der enthaltenen Inhaltsstoffe unzureichend erforscht seien.²⁵

Darüber hinaus wird aktuell in **Ungarn** auf der Grundlage eines Gesetzentwurfs über ein Verbot zum Verkauf von Energydrinks an unter 18-Jährige diskutiert.²⁶ Die Abgeordneten hätten auf eine Umfrage verwiesen, wonach der Konsum von Energydrinks bei Jugendlichen in Ungarn alarmierende Ausmaße angenommen habe. Danach konsumierten 78 Prozent der Jugendlichen Energydrinks, jedes fünfte Kind zwischen zehn und 14 Jahren trinke regelmäßig Energydrinks zum Frühstück.²⁷ Der veröffentlichte Gesetzentwurf sieht u. a. vor, dass es verboten ist, Energydrinks

-
- 22 Siehe Sochacka, Ewelina, Zakaz sprzedaży energetyków osobom niepełnoletnim. Czym są te napoje?, 3. Januar 2024, in polnischer Sprache abrufbar unter https://www.doz.pl/czytelnia/Zakaz_sprzedazy_energetykwow.
- 23 Holt, Ed, Poland bans energy drinks for under 18s, in: The Lancet, 401, 18. Februar 2023, S. 540, in englischer Sprache abrufbar unter <https://www.thelancet.com/action/showPdf?pii=S0140-6736%2823%2900322-7>.
- 24 Lege Nr. 42 din 11 martie 2024 privind modificarea și completarea Legii nr. 61/1991 pentru sancționarea faptelor de încălcare a unor norme de conviețuire socială, a ordinii și liniștii publice (Gesetz Nr. 42 vom 11. März 2024 bezüglich der Änderung und Ergänzung des Gesetzes Nr. 61/1991 zur Sanktionierung von Verstößen gegen bestimmte Regeln des sozialen Zusammenlebens, der öffentlichen Ordnung und der Ruhe), veröffentlicht am 12. März 2024, in rumänischer Sprache abrufbar unter <https://legislatie.just.ro/DetaliiDocument/>.
- 25 Șomănescu, Cristina, Vânzarea băuturilor energizante către minori interzisă prin lege – proiect adoptat de Camera Deputaților, for decizional (Der Verkauf von Energy-Drinks an Minderjährige ist gesetzlich verboten - vom Beschlussorgan der Abgeordnetenversammlung angenommen), 20. Februar 2024, in rumänischer Sprache abrufbar unter <https://www.economica.net/vanzarea-bauturilor-energizante.html>.
- 26 Törvény a gyermekek egészségének megőrzéséről (Gesetz zum Schutz der Gesundheit von Kindern), Gesetzentwurf vom 2. April 2024, in ungarischer Sprache abrufbar unter <https://www.parlament.hu/07992.pdf>.
- 27 Siehe Gesetzentwurf zum Verbot des Verkaufs von Energydrinks an unter 18-Jährige vorgelegt, Ungarn heute, 3. April 2024, abrufbar unter <https://ungarnheute.hu/news/gesetzentwurf-energydrinks>.

an Personen unter 18 Jahren zu verkaufen oder auszuschenken. Verstöße gegen die Vorschriften für den Verkauf von Energydrinks sollen mit den gleichen Strafen belegt werden wie Verstöße gegen die Vorschriften für den Verkauf von alkoholischen Getränken, Tabakwaren oder Produkten mit sexuellem Bezug. Der Begründung zum Gesetzentwurf ist zu entnehmen, dass das Nationale Zentrum für öffentliche Gesundheit und Pharmazie seit dem 1. November 2011 fast 500 Berichte über Zwischenfälle, Krankheiten und unerwünschte Symptome im Zusammenhang mit dem Konsum von Energydrinks erhalten habe. Zudem seien die Experten der Ungarischen Gesellschaft der Kardiologen und des Nationalen Zentrums für öffentliche Gesundheit und Pharmazie der Meinung, dass der übermäßige Konsum von Energydrinks durch junge Menschen ein erhebliches Gesundheitsrisiko darstelle. Darüber hinaus wird auf die Vertreter der Europäischen Gesellschaft der Kinderkardiologen verwiesen, die darauf aufmerksam gemacht hätten, dass immer mehr ihrer Patienten wegen Überdosierung ins Krankenhaus eingeliefert würden und die daher ein europaweites Verbot des Verkaufs von Energydrinks an Minderjährige forderten.

3.2. Freiwillige Vereinbarungen

In **Estland** haben das Landwirtschaftsministerium, das Institut für Gesundheitsentwicklung, das Lebensmittel- und Veterinäramt sowie das Amt für Verbraucherschutz im Jahr 2014 einen Leitfaden „Energiajookide turustamise hea tava“ für eine „Gute Marketingpraxis für Energydrinks“ erstellt.²⁸ Darin wird Geschäftsinhabern und Gewerbetreibenden etwa empfohlen, Energydrinks nicht an Minderjährige sowie nicht in Kinder-, Jugend- und Bildungseinrichtungen zu verkaufen. Außerdem wird dazu geraten, Energydrinks nicht für Kinder zu bewerben. Auch in Estland wird darüber debattiert, eine gesetzliche Altersbeschränkung einzuführen. Einem Bericht zufolge wurde ein Gesetzentwurf in das Parlament eingebracht, der vorsieht, dass der Verkauf von Energydrinks an Jugendliche unter 16 Jahren verboten ist.²⁹

In den **Niederlanden** gibt es einen freiwilligen Verhaltenskodex für die Hersteller von Energydrinks, der die Kennzeichnung und Vermarktung von Energydrinks regelt.³⁰ Dieser Kodex sieht vor, dass Werbung für Energydrinks nicht an Kinder unter 16 Jahren gerichtet wird und nicht in weiterführenden Schulen erfolgt. Außerdem gelten für Energydrinks, die mehr als 150 mg Koffein pro Liter enthalten, die Kennzeichnungsvorschriften der Lebensmittel-Informationsverordnung (EU) Nr. 1169/2011. Herstellern, die sich dem freiwilligen Verhaltenskodex unterwerfen, verkaufen zudem keine Energy Shots.

28 Põllumajandusministeeriumi, Tervise Arengu Instituudi, Veterinaar-ja Toiduameti ning Tarbijakaitseameti, Energiajookide turustamise hea tava (Gute Marketingpraxis für Energydrinks), 2014, abrufbar in estnischer Sprache unter https://www.ttja.ee/sites/energiajookide_turustamise_hea_tava_0.pdf.

29 Keskerakond soovib keelata Energiajookide müügi alla 16-aastastele noortele, Keskerakond, 29. September 2023, in estnischer Sprache abrufbar unter <https://www.keskerakond.ee/keskerakond-soovib-keelata-energiajookide>.

30 Energiedranken voor meer alertheid, fws, in niederländischer Sprache abrufbar unter <https://www.fws.nl/onzedranken/energiedranken/>.

Vor dem Hintergrund, dass es in **Schweden** keine gesetzliche Altersbeschränkung gibt, hat der schwedische Lebensmitteleinzelhandelsverband, der 97 Prozent des schwedischen Lebensmitteleinzelhandelsmarktes abdeckt,³¹ eine Vereinbarung zwischen seinen Mitgliedern getroffen, durch die verhindert werden soll, dass Kinder und Jugendliche Energydrinks übermäßig konsumieren.³² Die Vereinbarung sieht vor, dass Energydrinks nicht an Personen unter 15 Jahren verkauft werden und dass bei Jugendlichen über 15 Jahren darauf geachtet wird, dass sie Energydrinks nur in solchen Mengen kaufen, die nicht zu übermäßigem Konsum oder Missbrauch führen können. Der Ausschuss für Umwelt und Landwirtschaft berichtete 2018, dass er keine Notwendigkeit für eine gesetzliche Regulierung von Energydrinks sehe, und verwies auf die Einschätzung der schwedischen Lebensmittelbehörde, dass eine Altersbeschränkung für Energydrinks Kinder und Jugendliche nicht vor übermäßigem Koffeinkonsum schütze und stattdessen die Festlegung eines Höchstwertes für Koffein in Energydrinks eine geeignete Maßnahme sein könnte.³³

4. Studienlage zum Gesundheitsrisiko von Energydrinks bei Kindern und Jugendlichen

Das Gesundheitsrisiko von Energydrinks für Kinder und Jugendliche, aber auch für Erwachsene wurde in den letzten Jahren vor allem wegen des hohen Koffeingehalts untersucht.³⁴ Zwar kann Koffein in moderaten Mengen eine positive Wirkung entfalten, indem es etwa die Aufmerksamkeit steigert. Nach Angaben des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR) können hohe Dosen dagegen unerwünschte Folgen haben, wie Nervosität, Schlaflosigkeit, Magen-Darm-Beschwerden, Herzrasen und erhöhten Blutdruck.³⁵

Aktuelle Studien belegen ein erhöhtes Gesundheitsrisiko für Kinder und Jugendliche bei einem höheren Konsum von Energydrinks. So haben britische Forscher in einer Übersichtsarbeit, bei der Daten aus 57 Studien mit über 1,2 Millionen Kindern und Jugendlichen aus mehr als 21 Ländern untersucht wurden, herausgefunden, dass der Konsum von Energydrinks mit einem erhöhten Risiko für psychische Gesundheitsprobleme bei Kindern und Jugendlichen verbunden ist – darunter Schlaflosigkeit, Angstzustände, Stress, depressives und panisches Verhalten, Symptome

31 Vgl. About the Swedish Food Retailers Federation, Svensk Dagligvaruhandel, in englischer Sprache abrufbar unter <https://www.svenskdagligvaruhandel.se/in-english/>.

32 Branschöverenskommelse - Åldersgräns vid försäljning av energidrycker (Vereinbarung der Industrie - Altersgrenze für den Verkauf von Energydrinks), Svensk Dagligvaruhandel, 2015, in niederländischer Sprache abrufbar unter https://www.svenskdagligvaruhandel.se/Branschoverenskommelse_aldersgrans_energidryck.pdf.

33 Miljö- och jordbruksutskottets betänkande (Bericht des Ausschusses für Umwelt und Landwirtschaft), 2018/19:MJU12, S. 69 ff., in schwedischer Sprache abrufbar unter <https://data.riksdagen.se/fil/16656DCD-9F30-431A-A14F-06051CE17C1E>.

34 Zum Anteil des Energydrink-Konsums bei Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen zwölf bis 17 Jahren siehe Lehmann, Franziska u. a., Konsum von Energydrinks bei 12- bis 17-Jährigen in Deutschland – Ergebnisse aus EsKiMo II, in: Journal of Health Monitoring, 2020, 5(1), abrufbar unter https://www.rki.de/DE/Gesundheitsmonitoring/2020_Energydrink_Konsum.pdf.

35 BfR, Kinder und Jugendliche: Übermäßiger Konsum von Energy Drinks erhöht Gesundheitsrisiko für Herz und Kreislauf, Stellungnahme Nr. 018/2019 des BfR vom 27. Mai 2019, abrufbar unter <https://www.bfr.bund.de/kinder-und-jugendliche-energy-drinks-gesundheitsrisiko.pdf>.

einer Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung und ein erhöhtes Suizidrisiko.³⁶ Einzelstudien befassten sich mit der Fragestellung, ob Energydrinks potenziell lebensbedrohliche Herzrhythmusstörungen³⁷ auslösen oder zu Schlafstörungen³⁸ führen können.

Die Forscher einer systematischen Übersichtsarbeit aus dem Jahr 2023 zeigen einen Zusammenhang zwischen dem Konsum von Energydrinks und gesundheitlichen Auswirkungen wie beispielsweise Herzrhythmusstörungen, neurologischen und Verhaltensänderungen sowie akuten Organentzündungen (einschließlich Leber, Magen, Bauchspeicheldrüse und Nieren) auf und schlagen zwar keine Altersbeschränkungen, aber strengere Grenzwerte für die tägliche Aufnahme von Energydrinks vor, als sie bisher von den europäischen und amerikanischen Aufsichtsbehörden festgelegt wurden.³⁹

Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hatte in einer wissenschaftlichen Bewertung bereits im Jahr 2015 unbedenkliche Koffeinmengen für Gesunde ermittelt.⁴⁰ Hiernach sollen Kinder und Jugendliche generell nicht mehr als insgesamt 3 mg Koffein pro Kilogramm Körpergewicht pro Tag aufnehmen.⁴¹ Ausgehend von dieser Bewertung hat das BfR auf Basis der Studienlage im Jahr 2019 das gesundheitliche Risiko des Konsums von Energydrinks bei Erwachsenen, insbesondere aber auch bei Kindern und Jugendlichen in Abhängigkeit von der Dosis untersucht.⁴² Im Ergebnis sah das BfR bei Kindern und Jugendlichen ein erhöhtes Gesundheitsrisiko für Herz und Kreislauf durch den übermäßigen Konsum von Energydrinks. Das Bundesinstitut wies darauf hin, dass generell das Risikobewusstsein für einen übermäßigen Konsum dieser Getränke nicht immer ausreichend vorhanden sei, und empfahl eine verstärkte Aufklärung über die

-
- 36 Ajibo, C. u. a., Consumption of energy drinks by children and young people: a systematic review examining evidence of physical effects and consumer attitudes, in: *Public Health* 227, Februar 2024, S. 274-281, in englischer Sprache abrufbar unter <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2023.08.024>.
- 37 Martinez, Katherine A. u. a., Sudden cardiac arrest occurring in temporal proximity to consumption of energy drinks, in: *Heart Rhythm*, 2024, in englischer Sprache abrufbar unter <https://doi.org/10.1016/j.hrthm.2024.02.018>.
- 38 Kaldenbach, Siri u. a., Energy drink consumption and sleep parameters in college and university students: a national cross-sectional study, in: *BMJ Open* 2024, 14:e072951, in englischer Sprache abrufbar unter <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-072951>.
- 39 Constantino, Andreas u. a., The Dark Side of Energy Drinks: A Comprehensive Review of Their Impact on the Human Body, in: *Nutrients*, September 2023, 15 (18), S. 3922, in englischer Sprache abrufbar unter <https://doi.org/10.3390/nu15183922>.
- 40 European Food Safety Authority (EFSA), Scientific Opinion on the Safety of caffeine, in: *EFSA Journal* 2015, 13(5): 4102, in englischer Sprache abrufbar unter <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.2903/efsa/epdf>.
- 41 Die Verbraucherzentrale gibt an, dass hiernach ein gesunder junger Mensch mit einem Körpergewicht von etwa 50 Kilogramm 150 Milligramm Koffein aufnehmen könne und diese Menge bereits bei einem einzigen Energydrink mit einer handelsüblichen Größe von 500 Millilitern überschritten werde, vgl. Verbraucherzentrale, Energy Drinks: Gesundheitsrisiko für Vieltrinker, 31. Dezember 2023, abrufbar unter <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/lebensmittel/gesund-ernaehren/energy-drinks-gesundheitsrisiko-fuer-vieltrinker-11212>.
- 42 BfR, Kinder und Jugendliche: Übermäßiger Konsum von Energy Drinks erhöht Gesundheitsrisiko für Herz und Kreislauf, Stellungnahme Nr. 018/2019 des BfR vom 27. Mai 2019, abrufbar unter <https://www.bfr.bund.de/kinder-und-jugendliche-energy-drinks-gesundheitsrisiko.pdf>.

möglichen Gefahren. Letztlich sah das BfR die Datenlage noch als unzureichend an. Eine abschließende Bewertung sei mangels aktueller Daten nicht möglich.

Um belastbare wissenschaftliche Daten zu erhalten, führt das BfR in Zusammenarbeit mit der Charité - Universitätsmedizin Berlin eine Studie zu den möglichen gesundheitlichen Wirkungen des Konsums von Energydrinks bei Jugendlichen durch (**EDKAR-Studie**).⁴³ Das Ziel der EDKAR-Studie ist es, Erkenntnisse darüber zu gewinnen, wie häufig und in welchen Mengen Energydrinks von Jugendlichen konsumiert werden und ob ein übermäßiger und dauerhafter Konsum von Energydrinks Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System hat. Zudem soll die Studie auch Erkenntnisse über das Freizeit- und Gesundheitsverhalten von Jugendlichen im Alter von 15 bis 18 Jahren liefern. Das BfR weist darauf hin, dass die Ergebnisse der Studie als Entscheidungsgrundlage für die Bundesregierung dienen könnten, ob ggf. weitere Maßnahmen erforderlich sind, um Kinder und Jugendliche besser vor einem übermäßigen Energydrink-Konsum zu schützen.⁴⁴

* * *

43 Siehe BfR, EDKAR: Studie zu Energydrinks, zum Lebensstil und zum Herz-Kreislauf-System bei Jugendlichen, abrufbar unter <https://www.bfr.bund.de/de/edkar.html> sowie Antwort der Bundesregierung auf die Kleine Anfrage der Abgeordneten Stephan Protschka, Berengar Elsner von Gronow, Peter Felser, weiterer Abgeordneter und der Fraktion der AfD – Drs. 19/24660 –, Gesundheitliche Auswirkungen von Energydrinks auf Kinder und Jugendliche, 11. Dezember 2020, BT-Drs. 19/25212.

44 Den Auftrag für die Studie erhielt das BfR vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL), vgl. BMEL, Gesundheitliche Wirkung von Energydrinks bei Jugendlichen, Pressemitteilung Nr. 180/2020 vom 1. Oktober 2020, abrufbar unter <https://www.bmel.de/Pressemitteilungen/DE/2020/energydrinks.html>.