



Prof. Dr. rer. nat. Claus Leitzmann

WIE WIRKT, WAS WIR ESSEN?

Welche Auswirkungen hat unser Ernährungsstil auf Ökologie, soziale Gerechtigkeit und Ökonomie? Die Ernährungsökologie ist der Wissenschaftszweig, der sich seit 35 Jahren dieser ganzheitlichen Sicht widmet.

Das Erkenntnis, dass die Ernährung des Menschen einen Einfluss auf die Umwelt hat, war bereits in der Antike bekannt und wurde im Laufe der Jahrhunderte sporadisch erwähnt. Eine ernsthafte Diskussion entwickelte sich ab den 1960er-Jahren (Rachel Carson: Der stumme Frühling, 1962) und 1970er-Jahren (Club of Rome: Die Grenzen des Wachstums, 1972). Der Begriff »Ernährungsökologie« wurde erstmals 1978 verwendet (Joan Gussow: The Feeding Web: Issues in Nutritional Ecology). In den 1970er- und 1980er-Jahren haben meine Studierenden und ich an der Universität Gießen in Seminaren zur Ernährungssituation in Entwicklungsländern und zur Vollwert-Ernährung intensiv über die Vielschichtigkeit unseres Ernährungssystems diskutiert. Dabei wurde die Notwendigkeit der Integration der verschiedenen Dimensionen des Ernährungssystems deutlich. Denn die Ernährung weist neben Gesundheit und Kultur auch enge Bezüge zur Gesellschaft, Umwelt und Wirtschaft auf. Mit dieser Erkenntnis begründeten wir im Jahre 1986 das neue Fachgebiet »Ernährungsökologie«.

Das Konzept der Ernährungsökologie hat mit dem zeitlich etwas später aufkommenden Konzept des viel diskutierten Leitbilds der Nachhaltigkeit eine internationale Bestätigung gefunden. Nachhaltigkeit beinhaltet die bereits im Jahre 1946 in der Konstitution der Weltgesundheitsorganisation verankerten Rechte: eine gesellschaftliche Entwicklung, in der die Bedürfnisse heutiger Generationen befriedigt werden sollen, ohne die Bedürfnisbefriedigung kommender Generationen zu gefährden. Die Ernährungsökologie erarbeitet Lösungen für Probleme, die mit Ernährung im Zusammenhang stehen, die aber nicht oder nicht ausreichend durch die Bewertung eines Einzelaspektes gelöst werden können. Dazu müssen die verschiedenen Dimensionen mit allen Teilbereichen des Ernährungssystems berücksichtigt werden: von der Ausstattung landwirtschaftlicher Betriebe und der Erzeugung der Lebensmittel über deren Verarbeitung, Verpackung, Transport und Handel bis zu Verzehr und Abfallentsorgung.

Die Ernährungsökologie beachtet die Vernetzungen, um praktische, nachhaltige Empfehlungen zu erarbeiten. Bei der Dimension Gesundheit geht es um die Vermeidung

VIELE GLOBALE PRO-
BLEME HABEN BEZUG
ZUR ERNÄHRUNG

von Fehlernährung, die Erhaltung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit sowie die Prävention und Therapie von Krankheiten. Die gesellschaftliche, soziologische, kulturelle Dimension umfasst globale Aspekte wie Traditionen und fairen Handel, aber auch Hungersnöte und Landflucht sowie individuelle Aspekte wie Bildung, Kommunikation, Esskultur und Genuss. Die ökologische Dimension beinhaltet den Erhalt des natürlichen Lebensraums, die Lebensmittelverteilung und -verschwendung sowie den ökologischen Landbau. Die wirtschaftlichen Rahmenbedingungen betreffen das Weltwirtschaftssystem, die Existenzsicherung, Im- und Exporte, Rohstoffe, Devisen, Preise von Lebensmitteln sowie Kosten für ernährungsassoziierte Krankheiten.

Interessierte Konsumenten können die genannten Zusammenhänge einordnen und die entsprechenden Entscheidungen treffen. Eigenkompetenz und Eigenverantwortung können zu einem zeitgemäßen und zukunftsfähigen Einkaufs-, Ernährungs- und Lebensstil beitragen. In den vergangenen Jahrzehnten konnte das Fachgebiet Ernährungsökologie an mehreren Universitäten und Fachhochschulen, meist unter anderen Bezeichnungen, etabliert werden. In den letzten Jahren hat sich in der Bevölkerung ein zunehmendes Interesse an den komplexen Zusammenhängen der Ernährung gezeigt. Die Empfehlungen der Ernährungsökologie für Einkauf, Ernährung bzw. Lebensstil sind überraschend einfach im Alltag umzusetzen. Es ergibt sich eine Ernährungsweise, die gesundheitlich vorteilhaft ist, geschmacklich ansprechend, sozial verträglich, kulturell erwünscht, ökologisch erforderlich, ökonomisch machbar und praktisch durchführbar. In der nächsten Ausgabe werde ich hier weiter ins Detail gehen.

VITA



Prof. Dr. rer. nat. Claus Leitzmann

Der Ernährungswissenschaftler von der Uni Gießen propagiert die vegetarische Variante der Vollwert-Ernährung.

Erforschung der Ernährung

Prof. Dr. rer. nat. Claus Leitzmann, geboren 1933 in Dahlenburg, studierte Chemie, Mikrobiologie und Biochemie in den USA und promovierte dort zum Dr. rer. nat. Seine wissenschaftliche Karriere führte ihn nach Kalifornien und Thailand, bevor er 1974 zur Universität Gießen kam, wo er sich habilitierte. Von 1990 bis 1995 leitete er das Institut für Ernährungswissenschaft. Seit 1998 ist der überzeugte Vegetarier emeritiert.