

Party in München

Flüssige Gefahr

Gesundheit Viele Kinder und Jugendliche greifen zu Energydrinks – mit zum Teil fatalen Folgen. Aber die Politik drückt sich davor, den Verkauf an Minderjährige zu verbieten.

Müde schnürte Jonas sich die Fußballschuhe zu. Der junge selbstständige Grafiker hatte die Nacht zuvor kaum geschlafen, ein kurzfristiger Auftrag. Aufs Kicken mit Freunden wollte er aber nicht verzichten. Eine Stunde später lag Jonas an jenem Freitag im September 2013 auf einem Bolzplatz in Nordrhein-Westfalen.

Plötzlicher Herzstillstand. Mit 23.

Jonas' Freundin versuchte, ihn wiederzubeleben. Sanitäter jagten Elektroschocks durch seinen Körper, fünfmal ließen sie ihn hochschnellen. Noch auf dem Rasen fragte einer der Rettungsmediziner: „Hat er Energydrinks getrunken?"

Ja, hatte er. Insgesamt zweieinhalb Liter. Zwei Dosen Monster in der Nacht, drei Dosen kurz vor dem Spiel. Als sich sein Kreislauf etwas stabilisiert hatte, wurde er in eine Klinik gebracht. Am Abend lag Jonas im künstlichen Koma. Sein Gehirn war zeitweilig nicht mit ausreichend Sauerstoff versorgt worden.

Jonas hatte ein gesundes Herz, es gibt keine Vorerkrankungen in seiner Familie, nur sein Großvater trägt einen Herzschrittmacher; er bekam ihn mit über 70.

Jonas' Kardiologe sagt: „Natürlich war sein Körper beansprucht, weil er wenig geschlafen und dann auch noch Sport gemacht hatte." Das allein provoziere aber keinen Herzstillstand. „Dafür gibt es nur eine erkennbare Ursache: diese Drinks."

Diese Drinks. Seit Jahren nehmen die koffeinhaltigen Wachmacher in Supermärkten, Kiosken und Tankstellen einen festen Platz ein; in Kühlregalen, zwischen Wasser und Vitaminsäften, und an der Kasse, abgefüllt in Dosen der Labels Red Bull, Monster, Rockstar. Dazu kommen Eigenkreationen für Märkte und Discounter wie Booster, Speedstar, Strong Force.

Für Millionen Menschen gehören Energydrinks zur täglichen Routine. Dabei birgt der übermäßige Verzehr ein erhebliches Gesundheitsrisiko. Bereits mehrere Teenager sind nach dem Konsum der „Erfrischungsgetränke" gestorben. In den USA laufen die ersten Prozesse gegen den Marktgiganten Monster.

Auch hierzulande sind Wissenschaftler, Ärzte und Verbraucherschützer alarmiert. Ebenso wie die Weltgesundheitsorganisation fordern die Experten ein Abgabeverbot an Minderjährige und deutlichere Warnhinweise auf den Dosen und Flaschen. Doch die Politik sieht sich nicht in der Pflicht. Es mangle an wissenschaftlichen Belegen, dass die Getränke gefährlich seien, heißt es.

Allein in den Jahren 2011 und 2012 kamen mehr als 600 neue Marken in den europäischen Handel. In Deutschland wurden 2014 rund 290 Millionen Liter Energydrinks verkauft. Noch immer kommen neue Marken und neue Geschmacksrichtungen hinzu; Orange, Mojito, Ananas-Limette. Es ist schließlich Sommer.

Wer zum Koffeinkick greift, will cool sein, wach bleiben, fit werden. Jede Dose liefert ein Versprechen: Double size – double kick. Krieg dem Gewöhnlichen. Verleiht Flügel. Slogans wie diese sprechen gezielt junge Menschen an.

Laut der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit trinkt bereits jedes fünfte Kind in Europa zwischen sechs und zehn Jahren Energydrinks. Zwölf Prozent aller jugendlichen Konsumenten zählen zu den „stark chronischen" Verbrauchern. Von den 10- bis 18-jährigen Konsumenten leert jeder Vierte in einer Session mehr als drei Dosen; zum Dauerzocken am PC, auf Partys mit Wodka gemischt oder vor dem Sport. So wie Jonas.

Drei Tage lang lag der junge Mann im künstlichen Tiefschlaf, dann weckten ihn die Ärzte. Wegen des Sauerstoffmangels konnte er sich an nichts erinnern. „Ich wusste gar nicht, was ich da in diesem Krankenbett mache", sagt Jonas.

Die Ärzte erklärten ihm, dass in seiner Brust nun ein Metallkasten stecke. Ein Defibrillator, weil sein Herz durch die 15-minütige Reanimation geschädigt worden sei. „Das war ein Riesenschock", sagt Jonas.

Weil er fürchtet, Kunden könnten ihn nun als nicht mehr belastbar ansehen, möchte er seinen wahren Namen verbergen. Nicht aber seine Geschichte: „Die Leute müssen wissen, wie gefährlich das Zeug sein kann. Und dass man damit auf keinen Fall Sport treiben sollte."

Genau das tun aber 38 Prozent aller jugendlichen und 74 Prozent aller erwachsenen Konsumenten in Deutschland. Sie tränken die gefährliche Mischung, um länger hochintensiv trainieren zu können, sagen sie. Doch Herz und Kreislauf werden durch die körperliche Anstrengung und das Koffein doppelt belastet.

Rechtlich fallen die Wachmacher in Deutschland unter die Fruchtsaft- und Erfrischungsgetränkeverordnung. Seit 2013 sind 320 Milligramm Koffein pro Liter als gesetzlicher Höchstwert erlaubt. Das entspricht etwa vier Tassen Filterkaffee und ist fast dreimal so viel wie in einem Liter Cola. Viele Hersteller nutzen die Grenze bis zum letzten Mikrogramm aus. Dazu mixen sie Substanzen wie beispielsweise Taurin. Experten vermuten, dass die Aminosäure die Wirkung von Koffein noch verstärkt. Sie wird aus Schlachtabfall gewonnen. Genauer gesagt: aus Rindergalle.

Koffein stimuliert das zentrale Nervensystem. Es macht wach, steigert die Konzentration, euphorisiert sogar etwas. Zudem wird der Kreislauf angeregt, der Blutdruck steigt, das Herz schlägt schneller.

Aus diesen Gründen sollten Kinder und Jugendliche keinen Kaffee trinken. Und welches Kind mag schon heißen, bitteren Kaffee? Energydrinks dagegen sind kalt und so stark gesüßt, dass der herbe Koffeingeschmack übertüncht wird.

Ein Supermarkt im Hamburger Osten. Der Discounter liegt gegenüber der Otto-Hahn-Gesamtschule, die Schüler müssen nur über die Straße laufen, schon stehen sie vor dem flachen Gebäude mit dem schrägen Dach.

Um kurz vor halb zwölf läuten die Schulglocken zur zweiten großen Pause –

Kick aus Dosen

Die Energydrink-Marktführer 2014



Red Bull
Umsatz weltweit
5,1 Mrd. €
Inhaber: **Familie Yoovidhya, Dietrich Mateschitz**
Das ursprünglich in Thailand unter dem Namen Krating Daeng verkaufte Getränk wurde von Mateschitz an den westlichen Geschmack angepasst und ab 1987 zunächst in Österreich verkauft.

Quellen: Unternehmensangaben, Beverage Industry



Monster
Umsatz weltweit
2,3 Mrd. €
Inhaber der Monster Beverage Corp.: **Aktiengesellschaft; Anfang 2015 Einstieg von Coca Cola mit 16,7%**
Das Getränk kam 2002 in den USA auf den Markt. Die Marketingidee: doppelt so viel Inhalt zum gleichen Dosenpreis wie Red Bull.



Rockstar
Umsatz weltweit
0,6 Mrd. €
Inhaber der Rockstar Inc.: **Russell und Janet Weiner**
Das Getränk wurde 2001 entwickelt und wird in Deutschland durch Pepsi Co. vertrieben. Rockstar positioniert sich als günstige Alternative zum Marktführer – mit verschiedenen Geschmacksrichtungen und mehr Doseninhalt.

DER SPIEGEL

FOTO: VICTORIA BONN-MEUSER / PICTURE ALLIANCE / DPA (L.)

17 %
aller jugendlichen deutschen Konsumenten trinken im Schnitt einen Liter Energydrinks pro Anlass
Quelle: EFSA 2013

Sekunden später tauchen die ersten Grüppchen auf, vier Jungs, etwa 16, 17 Jahre alt, gefolgt von drei Mädchen.

Das erste Produkt im Laden? Richtig. Gleich hinter der Tür stapeln sich die Paletten. Die 0,5-Liter-Dose Strong Force kostet ohne Pfand 45 Cent. Ein schwarzhaariges Mädchen in knappen Leggings schnappt sich eine Red-Bull-Dose. „Wir sind fast jede Pause hier“, sagt Meyda, 18. „Ich kaufe mir sehr oft Energydrinks, eigentlich jeden Tag.“ Nicole und Jasmin, 17, machen die Drinks wach. Jessica mischt sie abends gern mit Alkohol.

Mitschüler Marcial kauft sich täglich Energydrinks, seit er 15 ist. „Aber der Wachmacher-Effekt hat sich irgendwann verflüssigt.“ Delara, 18, greift seit drei Jahren zu den Dosen. „Meine Eltern finden es nicht gut, weil’s halt ungesund ist, der Körper so anfängt zu zittern.“

Etwa 30 Schüler laufen durch den Laden. „Energydrinks werden hier gern gekauft“, sagt der Filialleiter.

Für einen gesunden Erwachsenen gelten 400 mg Koffein am Tag als unbedenklich. Europaweit müssen Energydrinks seit vergangenem Dezember mit mehr als 150 mg Koffein pro Liter den Vermerk „erhöhter Koffeingehalt“ sowie den Warnhinweis tragen: „Für Kinder und Schwangere oder stillende Frauen nicht empfohlen“. Doch was ist mit kranken Menschen? Und mit Jugendlichen?

Wie dem 14-jährigen Schüler aus Dresden: Mit Krampfanfällen kam er 2013 in eine Klinik. Die Notärzte kontaktierten sofort den Giftnotruf, als seine Freunde erzählten, er habe zuvor einen halben Liter Energydrink runtergekippt.

Die Ärzte am Giftinformationszentrum in Erfurt listen die frei verkäuflichen Wachmacher unter Cannabis und Crystal in der Rubrik „Drogen“ auf. „Wir haben immer wieder Anrufe wegen dieser Getränke“, sagt Leiter Helmut Hentschel. Vor allem bei 13- bis 25-Jährigen lägen die Wachmacher im Trend.

Panikattacken, hoher Blutdruck, Herzrasen. Das US-Vergiftungsregister National Poison Data System verzeichnete in diesem Jahr bislang 1420 Nebenwirkungen durch Energydrinks; rund 60 Prozent betrafen Kinder und Jugendliche unter 18. Die französische Gesundheitsbehörde Anses dokumentierte innerhalb von drei Jahren 212 Fälle.

Im föderalistischen Deutschland gibt es kein nationales Register, das unerwünschte Nebenwirkungen von Lebensmitteln dokumentiert. In diversen Internetforen finden sich allerdings Erfahrungsberichte.

Ein Beepworld-Nutzer schreibt: „Ich trinke am Tag etwa 2 Lieter Energy-Drinks. Ja, es geht mir danach scheiße. Herzrasen Zittern etc. Aber wenn ich das nicht mach, bekomm ich wahnsinnge Kopfschmerzen.“

In einem anderen Forum berichtet „Mädchen-Küken“: „Ich habe innerhalb von 2 std 3 Dosen getrunken. Jetzt hab Ich irre Kopfweh und Bauchweh und Herzrasen. Das war sicher zu iel oder? ICH HAB ANGST!!! Kann da noch was Schlimmeres passieren? BITTE HLFT MIR SCHNELL!!!“

Ob von einem Lebensmittel gesundheitliche Risiken ausgehen, beurteilt in Deutschland das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR). Die Berliner Experten beschäftigen sich seit Jahren mit Energydrinks. In ihren Stellungnahmen listen sie Todesfälle im Zusammenhang mit den Getränken auf, wenngleich der kausale Kontext nie zweifelsfrei belegt werden konnte.

Alfonso Lampen, Leiter der Abteilung Lebensmittelsicherheit des BfR, sagt: „Wir raten Menschen mit Bluthochdruck oder Herzproblemen von Energydrinks ab.“ Auch für Epileptiker und Diabetiker sieht der Biochemiker und Toxikologe Gefahren, „zumal in den Dosen Inhaltstoffe enthalten sind, deren Wirken und Zusammenwirken kaum erforscht ist“.

Umso überraschender: Letztlich stuften die BfR-Experten Energydrinks bei bestimmungsgemäßem Verzehr als unbedenklich ein. Sie sollen ihre Risikobewertung an der gesamten Bevölkerung ausrichten, nicht an den Konsumenten und Kranken, so lautet die Vorgabe aus Brüssel.

Das BfR bewertet Risiken, das Bundesernährungsministerium managt sie. Ein Sprecher des Ministeriums verweist auf die aktuelle Stellungnahme der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA). Diese habe doch ergeben: Kinder und Jugendliche nähmen viel mehr Koffein durch Schokolade auf als durch Energydrinks.

61 %
aller jugendlichen deutschen Konsumenten mixen Energydrinks mit Alkohol
Quelle: EFSA 2013

Aus der Stellungnahme geht tatsächlich hervor, dass die Gesamtheit aller deutschen 10- bis 17-Jährigen nur 0,9 Prozent ihrer täglichen Koffeinmenge über Energydrinks zu sich nimmt. Wie hoch der Anteil bei den Konsumenten ist – diese entscheidende Information bleibt der Bericht schuldig.

Die 0,9-Prozent-Aussage beruht allerdings auf einer Studie für das Bundesernährungsministerium, durchgeführt im Jahr 2006. Von aktuelleren nationalen Erhebungen wisse sie nichts, sagt die EFSA. Und räumt ein, dass jene Daten den aktuellen Konsum wahrscheinlich nicht mehr abbilden. Von 2005 bis 2010 ist der weltweite Konsum von 2,3 auf 6 Milliarden Liter gestiegen. Einem EFSA-Bericht aus dem Jahr 2013 zufolge beträgt die tägliche Koffeinaufnahme aus Energydrinks bei deutschen Jugendlichen bereits zehn Prozent.

Ende 2014 traten die Warnhinweise in Kraft. Das BfR hatte zudem empfohlen, sie auf den Konsum im Verbindung mit Sport und Alkohol sowie koffeinempfindliche Menschen auszudehnen. Im Gesetzentwurf stand der Vorstoß drin, in der Verordnung war er ersatzlos gestrichen.

Viele Bedenken, wenige Beweise. Das Hauptproblem der Kritiker ist, dass es so gut wie keine harten wissenschaftlichen Daten zu den Getränken gibt: Keine Ethikkommission würde eine Studie genehmigen, in der Probanden ein Lebensmittel bis zu einer negativen Reaktion verabreicht würde. So experimentieren die jungen Energydrink-Jünger weiter auf eigene Faust, besonders gern am Wochenende.

Die EFSA hat 16 EU-Staaten untersucht. Nirgendwo werden Energydrinks so gern mit Alkohol gemischt wie in Deutschland. Wodka-Energy ist seit Jahren das Trendgetränk in Bars und Discotheken. 2013 befragte das BfR 508 junge Leute, die regelmäßig Energydrinks konsumieren: In einer Disconacht trinken sie durchschnittlich einen Liter Energydrink mit Alkohol.

Ein Samstag im Juni, kurz nach Mitternacht auf der Hamburger Reeperbahn. Durch die Große Freiheit mit ihren Leuchtschildern über den Bars und Klubs drängen die Besucher. Die Bässe der Musikanlagen wummern auf die Straße. Die „99Cent Bar“ ist rammelvoll. Aus den Boxen dröhnt Taio Cruz: „I got a hangover, wo-oh! I’ve been drinking too much for sure.“ Die Musik passt zum Barprogramm. Tequila, Whisky, Sambuca – alles ist für knapp einen Euro zu bekommen, Mixgetränke kosten zwei.

An der Bar steht Felix, mittelgroß, braune Haare, Brille. Der 18-Jährige bestellt sich und seinen Freunden Wodka-Energy. „Durch das Süße geht der Wodka besser runter“, sagt der Student.

Barkeeper Marco reicht Felix weiße 0,2-Liter-Plastikbecher. Sie sind bis zum Rand gefüllt. „Von den Dingern gehen locker 200 Stück am Abend über den Tresen“, sagt Marco. Nur Bier verkaufe sich besser.

Auch im „Highway 1“, ein paar Türen weiter, heißt der beliebteste Drink nach Bier: Wodka-Energy. Aus großen Flaschen, die an der Wand hängen, wird der Schnaps für zwei Euro in die Gläser gefüllt, Energy drauf, fertig. Zudem gibt es noch 1,5-Liter-Karaffen. „Davon habe ich heute schon 15 verkauft“, sagt die Wirtin.

Partygänger Marwin, 23, erklärt das Geheimnis von Wodka-Energy so: „Es macht



Bluthochdruckpatient Andrew: „Ich habe keine Dose mehr angerührt“

voll und gleichzeitig hellwach, aber es schmeckt auch ein bisschen nach Kotze.“ Seine Freunde widersprechen ihm lautstark. Jan, 17, sagt: „Es ist einfach lecker. Schön süß.“ Chris, 21, meint: „Es schmeckt immer gleich, da weiß man, was man hat.“

Student Felix und seine Freunde stehen nun im „Jams Club“. Ein Mann trägt eine Schale mit Eiswürfeln, Energydrinks und Wodka durch den Laden. Ein Barkeeper sagt: „Die Jüngeren stehen total darauf.“ Er allein verkaufe 100 der Drinks an einem Abend. Felix und seinen Freunden ist der Drink für 7,90 Euro hier zu teuer. Sie holen sich Bier und tanzen. Müde ist von ihnen natürlich keiner.

Mit Wodka-Energy durch die Nacht. Für einige Partygänger endet sie vermutlich wieder in einer der Hamburger Kliniken. Gerade freitags und samstags kämen immer welche, die über Herzrasen und Unwohlsein klagten und angäben, Wodka-Energy getrunken zu haben, berichtet ein Internist einer Notaufnahme. „Das ist ein Teufelszeug“, sagt ein anderer. Meistens hilft nur abwarten, denn Koffein wird vom Körper nach und nach abgebaut, im Zweifel müssen Betablocker her.

Pro Jahr sterben vier Millionen Europäer an Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Zum Erstaunen vieler internationaler Forscher bewertete die EFSA die Risiken von Koffein aber nur im Hinblick auf gesunde Menschen. Zudem schloss die Behörde auch eine Wechselwirkung der koffeinhaltigen Modegetränke mit Alkohol aus; keine der vorgelegten Fallstudien und Untersuchungen habe sie überzeugt.

BfR-Experte Lampen widerspricht: „Wir wissen sehr wohl, dass sich die negativen Effekte des Koffeins in Kombination mit Sport, aber auch unter Alkohol verstärken.“ Die US-amerikanische Lebensmittelaufsicht FDA sieht die Synthese von Alkohol und Koffein ebenfalls als bedenklich an.

In Berlin wie in Brüssel gelten die Industrie und ihre Lobbyverbände als äußerst aktiv. In der Hauptstadt hätten sie auf Granit gebissen, behauptet ein Insider. „Fragen Sie lieber mal in Brüssel nach.“ Die EFSA betont die Unabhängigkeit ihrer Wissenschaftler und Gutachten. Sie verfüge über eine „Reihe interner Mechanismen und Arbeitsabläufe“, um ihre Unabhängigkeit zu sichern. Dies gelte auch „für unlautere Versuche durch Industrie, Lobbyverbände oder NGOs, Einfluss zu nehmen. Praktisch ist uns aber kein Versuch bekannt“.

Produzent Monster druckt auf seine Dosen: „Bei Monster scheren wir uns nicht viel um Politik“.

Party statt Politik. Für eine junge Französin endete der Mix aus Alkohol und Energydrink vor drei Jahren tödlich. Das 16-jährige Mädchen war in einem Klub neben der Tanzfläche tot zusammengebrochen. Laut seinen Freunden hatte es Energydrinks mit Alkohol getrunken, aber keine Drogen genommen. Eine toxikologische Analyse bestätigte das.

In den USA sollen bis März 2014 bereits 30 Menschen nach dem Konsum der Koffeingetränke gestorben sein. Derzeit laufen die ersten Prozesse. In einem Fall macht eine Mutter den Energydrink-Hersteller Monster für den Tod ihres Sohnes verantwortlich. Alex Morris, 19, starb im Sommer 2012 an einem Herzstillstand. Laut seiner Mutter hatte er drei Jahre lang täglich zwei Dosen des Getränks konsumiert.

Im Dezember 2011 versagte auch das Herz einer 14-Jährigen. Sie hatte innerhalb von 24 Stunden zwei Dosen Monster getrunken. Die Rechtsmediziner hielten fest: „Herzrhythmusstörung durch Vergiftung mit Koffein“.

In beiden Fällen sieht der Hersteller die Vorwürfe durch nichts belegt.

Jonas, der junge Grafiker, der mit plötzlichem Herzversagen auf dem Fußballplatz lag, hat sich gegen eine Klage entschieden. „Meine Familie und ich waren einfach nur froh, dass ich wieder gesund bin“, sagt er. Sein Arzt ergänzt: „Die Beweisführung ist extrem schwer. Und wer will sich schon mit Red Bull und Monster anlegen?“

Frankreich blickt auf einen zwölfjährigen Rechtsstreit mit Red Bull zurück. Seit 1996 war dort der Energydrink in der Originalrezeptur verboten. 2008 setzte sich die EU zugunsten der Industrie durch. Solange nicht bewiesen sei, dass das Getränk schädlich sei, dürfe es keinen Verkaufsstopp geben.

Dass es anders ginge, zeigt Litauen: Seit 2014 ist in dem baltischen Staat der Verkauf von Energydrinks an Minderjährige verboten. Wer dagegen verstößt, muss ein Bußgeld bezahlen. Das Gesetz hat der damalige Gesundheitsminister Vytenis Andriukaitis auf den Weg gebracht, im November 2014 übernahm er das Amt des EU-Gesundheitskommissars.

Ein europaweites Verbot könne er nicht diktieren, sagt er. Das sei Sache der Mitgliedstaaten. Doch was ist mit dem vorsorgenden Gesundheitsschutz im europäischen Lebensmittelrecht? Wenn die Sicherheit eines Lebensmittels in der Fachwelt umstritten ist, können Maßnahmen getroffen werden, „bis weitere wissenschaftliche Informationen für eine umfassendere Risikobewertung vorliegen“. Auf SPIEGEL-Anfrage teilt Andriukaitis’ Büro dazu ausweichend mit: Deshalb habe man die Produkte ja mit Warnhinweisen ausgestattet.

In Deutschland dagegen hält sich die Vision vom mündigen Verbraucher, der für sich selbst Verantwortung übernimmt, sobald er weiß, was gut oder schlecht für ihn ist. Doch sind Minderjährige mündige Verbraucher? Ab welchem Alter darf man ein Risiko dem Konsumenten überlassen? Wo endet Liberalität, wo beginnt Gleichgültig-

FOTO: JOANNA NOTTEBROCK / DER SPIEGEL

keit, und wo verläuft die Grenze zwischen Fürsorge und Bevormundung?

„Die Industrie verhält sich wie ein legaler Dealer, die gesundheitlichen Folgen trägt der Konsument“, sagt ein Experte der Gesellschaft für Klinische Toxikologie. Die Konzerne würden sich nicht einmal die Mühe machen, zu Folgewirkungen und -schäden zu forschen. „Keiner von denen übernimmt die Verantwortung dafür, dass denen, die ihre Getränke konsumieren, nichts passiert. Was, wenn ein Jugendlicher eine Herz-Kreislauf-Schwäche hat und nichts davon weiß?“

Schätzungsweise 15 Prozent der 11- bis 16-Jährigen hätten unerkannten Bluthochdruck, sagt der Göttinger Kinderkardiologe Martin Hulpke-Wette. „Von den möglichen Nieren- und Nervenschäden abgesehen: Wenn diese Patienten dauerhaft Energydrinks konsumieren, kommen sie mit 50 nicht mehr die Treppe hoch.“ Deren Herz sei so verdickt, dass sich das Blut in der Lunge zurückstaue. „Ihnen bleibt schlicht die Luft weg.“

38 %
aller jugendlichen deutschen Konsumenten trinken Energydrinks beim Sport
Quelle: EFSA 2013

Ein solcher Kandidat war der 15-jährige Andrew. Auf dem Schulhof probierte er zum ersten Mal einen Energydrink, da war er 10 Jahre alt. Schon bald trank er alle paar Tage zwei bis drei 0,5-Liter-Dosen. „Ich habe mich schnell daran gewöhnt“, sagt der große schlaksige Junge.

Dann kamen die Kopfschmerzen. „Ich musste mich immer hinlegen“, sagt Andrew. Beim Hausarzt wurde ihm der Blutdruck gemessen: 151 zu 65, eindeutig zu hoch für einen Jugendlichen, aber die Erklärung für seine Schmerzen.

Der Hausarzt überwies Andrew zu Hulpke-Wette. Ein Ultraschall zeigte, dass die Wand zwischen linker und rechter Herzkammer um das Dreifache verdickt war: 19 statt 7 Millimeter. „Das hatte ich noch nie gesehen“, sagt Hulpke-Wette.

Bluthochdruck liegt in Andrews Familie. „Wie hoch der Einfluss der Getränke auf seine Werte war, weiß ich nicht, sie hatte zuvor keiner gemessen“, sagt der Arzt. „Ich weiß nur: Seitdem er keine Energydrinks mehr trinkt, hat sich seine Herzwanddicke wieder um ein Drittel reduziert.“

Und Andrew versichert: „Seit ich weiß, dass mir das aufs Herz schlägt, habe ich keine Dose mehr angerührt.“

Alarmiert sind nicht nur die Kinderkardiologen. Norbert Smetak, Vorsitzender des Bundesverbands Niedergelassener Kardiologen, berichtet: „Junge Menschen, die über Herzrasen klagen, tauchen sehr häufig bei mir auf. Sie trinken vier, fünf Dosen am Tag, um fit fürs Studium zu sein, bringen ihre Beschwerden damit aber nicht in Verbindung.“ Wenn sie darauf verzichteten, sehe er sie nie wieder.

Im April erreichte den SPIEGEL ein Brief. Absender: Detlef Groß, Hauptgeschäftsführer der Wirtschaftsvereinigung Alkoholfreie Getränke (wafg). Die Lobbyorganisation vertritt die Interessen einiger Energydrink-Hersteller. Groß reagierte auf eine Meldung in einer vorherigen Ausgabe (SPIEGEL 14/2015), der zufolge europäische Kinderkardiologen ein Verkaufsverbot von Energydrinks an Minderjährige fordern.

Groß schreibt, er hätte es begrüßt, wenn man sich „im Rahmen der Recherche vorab zur Veröffentlichung zum Thema auch mit unserem Verband in Verbindung gesetzt“ hätte, „damit einige Kernfakten zu Energydrinks … hätten einbezogen werden können“. Darüber hinaus schreibt die wafg auf ihrer Website: „Nach den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen sind Energydrinks und ihre Zutaten sicher.“

Auf die Bitte, diese Studien zur Verfügung zu stellen, erreichten den SPIEGEL vier Links per E-Mail. Sie verweisen auf EFSA-Papiere und eine 16 Jahre alte Studie des früheren Wissenschaftlichen Lebensmittelausschusses der EU-Kommission. Darin steht: Schon 0,5 Liter Energydrink könnten bei einem 10-jährigen Kind, 30 Kilogramm schwer, Angstzustände auslösen.

Groß verweist zudem noch auf den „Code for the Labelling and Marketing of Energy Drinks“, den 2012 maßgebliche Hersteller verabschiedeten. Den Grundsätzen von „verantwortungsvollem Marketing“ folgend, würden sie freiwillig diese Prinzipien beachten:

- *Energydrinks werden nicht als Sportgetränke mit Rehydrationseffekt beworben.* Fakt ist: Red Bull hat nicht nur prominente Sportler unter Vertrag, auf den Dosen steht bis heute: „Weltweit geschätzt von Spitzensportlern“. Das Cover des neuen Red-Bull-Magazins zeigt Sprinter Usain Bolt. Überschrift: „Schneller als Usain Bolt. Wie Du alle Grenzen sprengst“. Mitbewerber Monster wirbt mit Motorradstar Valentino Rossi, empfiehlt sich Athleten und kooperiert mit Sportartikelherstellern.
- *Proben werden nicht an Schulen und Institutionen verteilt, die sich um Kinder und Jugendliche kümmern.* Fakt ist: Red Bull sponsert nicht nur einen Fußballzweitligaverein, einen Formel-1-Fahrer und Sprünge aus der Stratosphäre, sondern auch Turniere von Skateboard- oder BMX-Klubs.

Eine Mutter berichtet von so einem Event in Hessen. „Sie kommen mit ihren Autos, stellen Tore, Musikboxen und natürlich ihre Kühlschränke auf.“ Ihr Sohn habe ADHS, sagt sie. „Danach hat natürlich keiner gefragt. Wenn er mehr als eine Dose trinkt, ist er total durch den Wind. Das ist auch gefährlich, wenn er so fährt.“

Was machen bestimmte Stoffe mit unserem Gehirn? Nur wenige wissen darüber so viel wie der Hamburger Suchtforscher Rainer Thomasius. „Stimulanzien wie Koffein können eine Sucht anbahnen“, sagt er. Der Körper stelle sich darauf ein, wolle rasch mehr. „Dazu kommt die psychologische Dimension, dass sich dadurch das Befinden verbessern lässt.“

Höher, schneller, weiter. Auf der Jugendsuchtstation des Universitätsklinikums Eppendorf sind einige Patienten, die zuerst Energydrinks, dann Koffeinpulver und später Speed konsumiert haben. Aber auch solche, die versuchen, von Hasch, Speed und Ecstasy loszukommen, nun aber literweise Energydrinks kippen. Thomasius spricht von Suchtverlagerung.

Ein Besuch in einer Therapiestunde. Sieben Jungs und ein Mädchen sitzen im Stuhlkreis. Hasch, Alkohol, PC-Sucht, alle sind aus mindestens einem dieser Gründe hier; und alle haben einschlägige Erfahrungen mit Energydrinks.

Paul, 16, sagt: „Ich habe das getrunken wie Wasser. Zwei Dosen vor der Schule, dann noch mal so vier, fünf über den Tag.“

Marc, 15 berichtet: „Ich bin voll der Xbox-Junkie. Beim Egoshooter-Zocken habe ich mir immer eine Palette mit einem Kumpel geteilt. Die hat der Verkäufer dann aus dem Lager geholt.“ Eine Palette besteht aus 20 Dosen.

Leo, 16, ruft: „Das Zeug passt super zum Zocken. Das macht wach und satt. Man muss nur ständig pinkeln.“ Die anderen lachen. Leo regt sich auf: „Ich weiß überhaupt nicht, was das soll, von wegen Verbot und so. Die sind halt noch kein Traditionsgetränk. War Bier auch nicht gleich.“

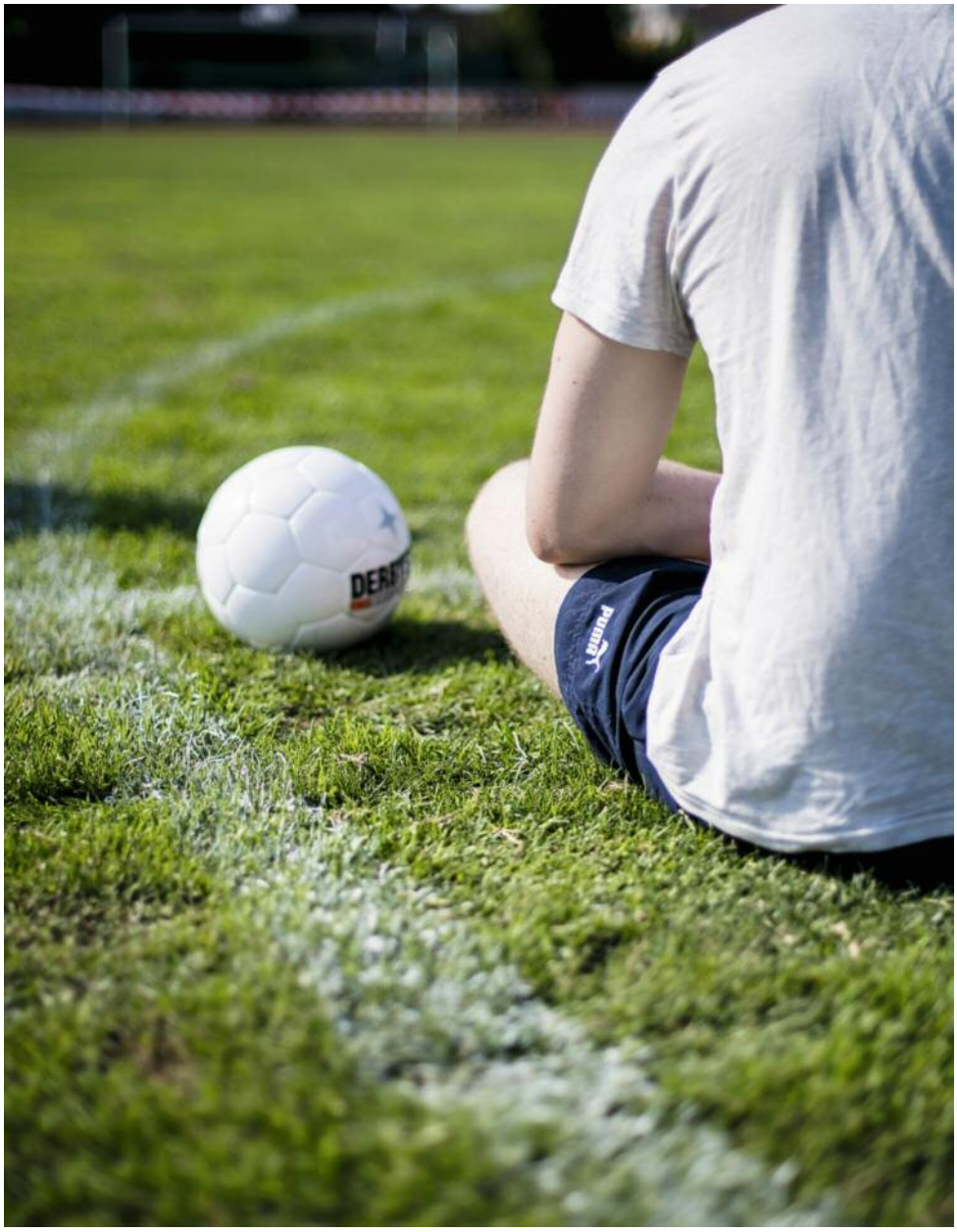
Ein Abgabeverbot an Minderjährige würde die Jungs „null jucken“, sagen sie. Wenn die Drinks teurer wären, das schon.

Im Einzelgespräch schlagen zwei Patienten ruhigere Töne an. Marc, der Junge mit der halben Palette, gesteht: „Einmal hat mein Kumpel voll krass gezittert. Um den hatten wir voll Schiss.“ Und Paul, 17, gibt zu: „Nach fünf Dosen hat mir so das Augenlid gezuckt. So stelle ich mir Epilepsie vor.“ Er denkt kurz nach. „Schon komisch, dass Bier erst ab 16 verkauft wird, aber Energydrinks jeder kaufen kann.“

Suchtexperte Thomasius ist überzeugt: „Verbote sind präventiv viel wirksamer als ihr Ruf.“ Er macht es am Beispiel Zigaretten fest: Durch den Abbau von Automaten, das Abgabeverbot an Minderjährige und höhere Steuern hätten sich die Einstiegsquoten der 12- bis 17-Jährigen innerhalb von zehn Jahren mehr als halbiert.

Altersgrenze bei 18, deutliche Warnhinweise hinsichtlich der Kombination mit

FOTOS: MARCUS SIMAITIS / DER SPIEGEL (O.); PHANIE / YOUR PHOTO TODAY (U.)



Hobbykicker Jonas: Fünf Elektroschocks ließen ihn hochschnellen



Teenager am Computer: Eine Palette zum Egoshooter-Zocken

Sport und Alkohol. Wie mit Energydrinks hierzulande verfahren werden sollte, darüber sind sich Verbraucherschützer einig. „Es ist doch völlig unerklärlich, dass Kinder das nicht trinken sollen, aber kaufen dürfen“, sagt Oliver Huizinga von Foodwatch.

Von Bundesernährungsminister Christian Schmidt (CSU) gab es bislang nur ein Vorstößchen für sogenannte Energyshots. Die Getränke werden in 25- bis 75-Milliliter-Dosen verkauft und enthalten pro Liter noch mehr Koffein als die Drinks. Vor wenigen Wochen formulierte Schmidt eine Bitte an die Industrie: „Ich würde es begrüßen, wenn Hersteller und Handel diese Produkte aus Gründen des vorsorgenden Verbraucherschutzes aus ihrem Sortiment nehmen würden.“ Kein Unternehmen ist bislang darauf eingegangen.

Dennoch setzt man im Ministerium weiterhin auf freiwillige Selbstbeschränkungen der Wirtschaft. „Verbote laufen ins Leere. Innerhalb kürzester Zeit gäbe es hier alternative Produkte“, sagt Klaus Heider, Leiter der Abteilung für Ernährungspolitik, Produktsicherheit und Innovation. Er kündigt mehr Aufklärung an; Faltblätter, Internet- und Hörfunkbeiträge sowie Materialien für den Schulunterricht. Finanziert wird die Kampagne mit öffentlichen Mitteln – ziemlich viel Aufwand für ein angeblich unbedenkliches Produkt.

Die verbraucherpolitische Sprecherin der Grünen, Nicole Maisch, kritisiert Minister Schmidt: „Diese Drinks sind keine harmlosen Limonaden und diese Warnhinweise doch ein Witz.“ Um die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zu schützen, sei nur eine Altersbeschränkung wirksam. „Das sollte der Regierung wichtiger sein als die Interessen der Getränkeindustrie.“

Maischs Kollegin von der SPD, Elvira Drobinski-Weiß, hat im Bundestag ein Abgabeverbot an Minderjährige gefordert. „Unterrichtsmaterialien können Jugendschutz nicht ersetzen“, sagt sie und sieht in erster Linie Bundesfamilienministerin Manuela Schwesig (SPD) gefragt.

Deren Ministerium hatte im Februar angekündigt, bei der Neuauflage des Jugendschutzgesetzes zu prüfen, ob Energydrinks verboten gehörten. Davon ist nun keine Rede mehr. „Hierzu gibt der gegenwärtige Forschungsstand keine Veranlassung“, sagt ein Sprecher des Ministeriums.

Kinderkardiologe Hulpke-Wette saß neulich vor einer fünften Klasse. Als er das Thema Energydrinks anschnitt, diskutierten die Elfjährigen, wo die Getränke am wenigsten kosten. Hulpke-Wette lernte, dass es inzwischen Drei-Liter-Flaschen für 39 Cent gibt. Das ist billiger als Wasser.

„Irgendwann liegt das erste Kind tot auf der Straße“, fürchtet Hulpke-Wette. „Und dann ist das Geschrei laut.“

Katrin Elger, Benjamin Knaack, Antje Windmann
Mail: katrin_elger@spiegel.de, antje_windmann@spiegel.de