



## Statusblatt

### Handlungsfeld Monitoring und Forschung (MF)

#### MF 1 Entwicklung und Weiterführung von Monitoring-Projekten und Evaluationsgrundlagen

MF 1.1 Regelmässiges Erfassen und Veröffentlichen des Lebensmittelverzehr und des Ernährungsverhaltens in der Schweiz

#### Die Auswirkung von vegetarischer und veganer Ernährung auf den Selenstatus

Selen ist ein Spurenelement, das auf natürliche Weise in vielen Lebensmitteln vorhanden ist, das anderen Lebensmitteln zugesetzt wird oder als Nahrungsergänzung zur Verfügung steht. Das für den Menschen ernährungsphysiologisch lebenswichtige Selen ist Teil von zahlreichen Selenoproteinen (Enzymen), die im Bereich der Fortpflanzung, des Schilddrüsenhormon-Metabolismus und der DNA-Synthese, wie auch zum Schutz vor oxidativen Schäden und Infektionen eine massgebliche Rolle spielen. Für den Menschen erfolgt die Selenversorgung primär durch die Ernährung.

Aufgrund der Tatsache, dass Fleisch und Fisch zu den Hauptquellen des diätetischen Selens gehören, ist zu erwarten, dass bei Menschen, die diese Lebensmittel aus verschiedenen Gründen überhaupt nicht oder nur in begrenzten Mengen konsumieren, die Möglichkeit einer zu geringen Aufnahme des Spurenelements besteht, wenn es nicht als Nahrungsergänzung zugeführt wird. Die Zahl der Vegetarier und Veganer nimmt aus ethischen, ökologischen, religiösen oder anderen Gründen kontinuierlich zu. Das Risiko eines Spurenelementmangels aufgrund ihrer Ernährungsweise gibt zunehmend Anlass zur Besorgnis.

Die vorliegende Studie untersucht deshalb den Selen-Ernährungsstatus und die Verwendung von Nahrungsergänzungsmitteln von in der Schweiz lebenden Vegetariern und Veganern.

Die Ergebnisse der Studie werden auch im Vergleich zum Selenstatus der (erwachsenen) Schweizer Bevölkerung ausgewertet (vgl. Projekt 18SES). Diese Studie ist wichtig, um eventuell Strategien und Schwerpunkte der Aufklärung sowie gesundheitspolitische Massnahmen rechtzeitig anzupassen, damit eine ausreichende Selenversorgung dieser Bevölkerungsgruppe gewährleistet ist.

[Biomonitoring – Selenstatus der Bevölkerung der Schweiz \(admin.ch\)](#)

#### Federführung

Institut / Organisation / Unternehmen	Kontaktperson: Name, Vorname, Email, Telefon
Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV	Céline Fragnière Rime <a href="mailto:Celine.FragniereRime@blv.admin.ch">Celine.FragniereRime@blv.admin.ch</a> +41 58 469 28 07

## Beteiligte Institute / Organisationen / Personen

Name / Bezeichnung	Art der Beteiligung (z.B. Finanziell, Knowhow, Dienstleistung)	Kontaktperson: Name, Vorname, Email, Telefon
CHUV / Unisanté	Rekrutierung der Teilnehmer, Erstellung und Ausfüllen des Formulars, Entnahme und Versand der Serumproben.	Dr. Semira Gonseth Nusslé +41 21 314 72 42 <a href="mailto:semira.gonseth-nussle@unisanté.ch">semira.gonseth-nussle@unisanté.ch</a>
BAG – Swiss Health Study (SHeS) Pilotstudie	«Die Auswirkung von vegetarischer und veganer Ernährung auf den Selenstatus» ist ein Teilprojekt von der Swiss Health Survey (SHeS) Pilotstudie des BAG.	Martine Bourqui-Pittet +41 58 463 86 65 <a href="mailto:Martine.Bourqui@bag.admin.ch">Martine.Bourqui@bag.admin.ch</a>

## Synergien / Schnittstellen zu anderen Zielen und Aktivitäten

Ziel / Aktivität	Art der Synergie / Schnittstelle	Koordination durch / Kooperation mit
Projekt 18SES – Bestimmung des aktuellen Selenstatus der erwachsenen Bevölkerung der Schweiz	Bewertung und Vergleich als Referenzwerten der Schweizer Bevölkerung.	BLV
18.3828 Motion - Gesundheitsrisiken wegen Selenmangel. Massnahmen	Bewertung auf der Grundlage der Ergebnisse zusammenhängender Studien an biologischen Proben	BLV

## Detailplanung

Jahr	Jahresziele, Zwischenziele oder Meilensteine	Zeitraumen	Messwert / Indikator
2019	Projektinitiierung	Q3-Q4 2019	
2020	Probenbeschaffung	Q1-Q4 2020	100 Seren von erwachsenen Personen
2021	Analyse der Blutseren	Q2 2021	100 Seren gemessen
2021	Auswertung der Ergebnisse	Q3-Q4 2021	Ergebnisbericht

.....  
 Wird vom BLV ausgefüllt.

**Evaluation** (per Ende Jahr)

Jahr	Status Zielerreichung*	Begründung / Bemerkung	Schlussfolgerungen / Vorgehen für Projektfortsetzung
2019	auf Kurs		
2020	Ziel nicht erreicht	Die Rekrutierung der Teilnehmer, die von Unisanté/CHUV verwaltet wird, musste im 2. und 3. Quartal 2020 unterbrochen werden, um Personalressourcen bei Unisanté/CHUV für das Management der COVID-19-Pandemie freizusetzen. Die Rekrutierung konnte im 4. Quartal 2020 wieder aktiv aufgenommen werden. Derzeit sind mehr als die Hälfte der Teilnehmer rekrutiert, die Rekrutierung soll im 4. Quartal 2021 abgeschlossen sein.	Da dieses Projekt stark von der aktuellen Gesundheitssituation beeinflusst wird, mussten die Zeitpläne der zu erbringenden Leistungen regelmäßig entsprechend der Entwicklung der Pandemie neu bewertet werden.  <b>Aktualisierung des Zeitplans:</b> Der ursprünglich festgelegte Zeitplan muss angepasst werden, indem ein Jahr hinzugezählt wird.
2021	auf Kurs <i>(unter Berücksichtigung der aktualisierten Meilensteine, siehe Kommentar 2020)</i>	Die Rekrutierung der Teilnehmer und die Sammlung der Stichproben konnten Mitte Dezember 2021 abgeschlossen werden. Das Ziel von 100 Teilnehmern wurde erreicht.	Nächste Schritte: Analyse der Proben in den Laboratorien des BLV und Datenauswertung.

**\*Bewertungssystem:**

- |                      |   |
|----------------------|---|
| Auf Kurs:            | Wir haben das Ziel erreicht; Erfüllung: > 90 %.                                 |
| Leichte Abweichung:  | Wir haben das Ziel knapp verfehlt; Erfüllung: 60 - 90 %. Muss begründet werden. |
| Ziel nicht erreicht: | Wir haben das Ziel nicht erreicht; Erfüllung: < 60 %. Muss begründet werden.    |
| Keine Bewertung:     | Aktivität nicht gestartet oder bereits abgeschlossen.                           |