

Aktuelles

Das Wissen um die gesundheitliche Bedeutung von Folsäure ist noch gering

Das B-Vitamin Folsäure erfüllt wichtige Aufgaben im Stoffwechsel des Körpers: So ist es für eine gesunde Entwicklung des Babys im Mutterleib mit verantwortlich und leistet, durch seine Funktion im Homocystein-stoffwechsel, einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit von Herz und Kreislauf. Dennoch ist das Wissen der Bundesbürger, um die Bedeutung der Folsäure für die Gesundheit noch gering, wie eine kürzlich durchgeführte Studie der Universität Bonn belegt.

Dabei schwanken die Kenntnisse um das B-Vitamin vor allem altersabhängig. Ein guter Wissensstand über die Folsäure ist bei jüngeren Frauen bis 30 Jahre sowie bei den 30 bis 44 Jährigen vorhanden. Sie kennen vor allem die Bedeutung der Einnahme von Folsäure während der Schwangerschaft. In der Altersgruppe von 45 bis 65 Jahren ist zwar ein gutes Bewusstsein für gesunde Ernährung vorhanden, die Kenntnisse zur Folsäure sind jedoch recht gering. Das Schlusslicht bei der Untersuchung bilden die Älteren (ab 65 Jahren), die sich am wenigsten Gedanken über ihre Ernährung machen und kaum Wissen über die Folsäure haben.

Diese Ergebnisse belegen, dass die Folsäureaufklärung weiter und unermüdlich voranzutreiben ist.

Quelle: Hartmann M, Lensch AK, Simon J: Ansätze zur Verbesserung der Folsäureversorgung in Deutschland durch das erste mit Folsäure angereicherte Grundnahrungsmittel (Salz) sowie kommunikative Maßnahmen, Institut für Agrarpolitik, Marktforschung und Wirtschaftssoziologie Bonn, 2003

Juli 2004

[< zurück](#)

