

Abschnitt:

Ansätze für einen "Nahrungs"- bzw. "Ernährungsverhalten"-Atlas

im Beitrag:

V.Pudel, M.Richter, U.Olterdorsdorf, H.Böing:

Aspekte zum Ernährungsverhalten der deutschen Bevölkerung

Zu den vielen Bestimmungsgründen für das Ernährungsverhalten von Menschen sind auch die Charakteristika seiner geographischen Lebensräume zu zählen. Ursprünglich waren sie sogar dominierende Kräfte. Der Mensch als Jäger und Sammler konnte zum Verzehr nur das auswählen, was in dem betreffenden Raum gedeihte. Im Laufe der menschlichen Entwicklungsgeschichte hat sich diese enge Beziehung weitgehend abgeschwächt, trotzdem gibt es weltweit gesehen immer noch geographisch abgegrenzte charakteristische und typische Verzehrsgewohnheiten⁽¹⁾. Da gibt es die chinesische Reistafel und die amerikanische Pommes-Hamburger-Eßkultur. Italiener sind Spaghetti-Esser und Deutsche Kartoffel-Esser.

Die Verzehrsgewohnheiten konnten auch auf relativ kleinen geographischen Gebieten - wie beispielsweise Deutschland - viele regional-spezifische Eigentümlichkeiten entwickeln. Historiker und Volkskundler beschreiben dies (2,3). Die Namen wie "Schwäbische Spätzle", "Schlesisches Himmelreich", "Hamburger Labskaus", "Königsberger Klopse", "Bayerische Weißwurst", "Berliner Weiße" oder "Thüringer Blutwurst" machen uns dies bewußt.

Welchen Stellenwert kann man heute dem geographischen Faktor hinsichtlich seines Einflusses auf das Ernährungsverhalten von Menschen zuordnen? Sicher ist er heute schwächer als noch vor einigen wenigen Jahrzehnten. Allein im Laufe dieses zwanzigsten Jahrhunderts wechselten Millionen von Menschen ihren Lebensraum (Flüchtlinge, Gastarbeiter); durch die rasante technische und industrielle Entwicklung gibt es fast überall erreichbar ein stabiles, internationales Nahrungsmittelangebot. Die Medien bringen uns fremde Eßkulturen ins Haus, viele können sie als Touristen an Ort und Stelle kennenlernen.

Sucht man nach entsprechenden Belegen und konkreten Daten so fällt auf, daß die geographische Analyse von Ernährungsverhalten nur recht spärlich und fragmentarisch vorgenommen wurde. Das gilt sowohl national als auch international. Es überwiegen agrargeographische Darstellungen, die zeigen welche Nahrungsmittel wo produziert werden, und auch noch wo sie verbraucht werden. Die Darstellung der räumlichen Aspekte des Ernährungsverhaltens - wo in welcher Art und Weise und zu welcher Gelegenheit was von wem verzehrt wird - bleibt die Ausnahme. Darüber gibt es keine kontinuierliche Untersuchungsreihen.

In der Bundesrepublik gibt es nur zwei Datensammlungen bei denen der Nahrungsverbrauch sowohl in seiner zeitlichen als auch in seiner räumlichen Dimension analysierbar ist. Das sind die in den Ernährungsberichten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung beschriebenen Einkommens- und Verbrauchsstichproben (EVS) und die laufenden Wirtschaftsrechnungen (ab 1950) einiger statistischer Landesämter (Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen, Hessen, Bayern, Baden-Württemberg). Aus dem Nahrungsmittel-Verbrauch kann man zwar indirekt auf das Ernährungsverhalten schließen, aber dies ist unbefriedigend. Die wenigen Erhebungen, die das Ernährungsverhalten miteinbeziehen, sind entweder regional begrenzt (4), beschränken sich nur auf ausgewählte Personenkreise (wie Schüler (5,6), Hausfrauen (4), Alte (7)) oder behandeln nur ausgewählte Aspekte (wie das Frühstück (8,9)).

Im Rahmen der hier beschriebenen Befragungen zum Ernährungsverhalten für den Ernährungsbericht 1980 wurden auch im repräsentativem Umfang 3-Tage-Ernährungsprotokolle nach der Check-List-Methode (10) gewonnen. Es lag deshalb nahe, aufgrund dieses Datenmaterials die räumlichen Aspekte des Ernährungsverhaltens zu analysieren. Einige bereits vorliegende Daten dieser noch nicht abgeschlossenen Arbeit sollen beispielhaft vorgestellt und diskutiert werden.

Betrachtet man die durchschnittliche tägliche Aufnahme an Nahrungsenergie, was in etwa der aufgenommenen Nahrungsmenge proportional ist (s.Tab.(1)), so fallen zwar Unterschiede auf, aber noch mehr fällt auf, daß diese relativ gering sind. Im Süden von Deutschland wird am Morgen etwas weniger verzehrt als im Norden; dementsprechend essen die Süddeutschen mehr zu Mittags und Nachmittags. Der Gesamt-Alkoholkonsum ist im Süden größer als im Norden.

Die Gesamtaufnahme kann sich jedoch aus vielen verschiedenen Nahrungsmittel-Kombinationen zusammensetzen. Die im Ernährungsprotokoll aufgelisteten 100 Nahrungsmittel-Items wurden auf regionale (Bundesländer) Abweichungen hin untersucht (s.Tab.(2)). Als auffälligstes Ergebnis dieser Analyse erscheint dasjenige, daß nur relativ wenige Nahrungsmittel bzw. Arten ihrer Zubereitung größere regionale Variationen zeigen. Die registrierten Unterschiede in ihrem Verzehr weisen meistens einen Nord-Süd-Gradienten auf. Die Zahl der Abweichungen in den einzelnen Bundesländern ist in etwa gleich; auffälliges Verhalten zeigen nur die Hessen dadurch, daß sie nur bei wenigen Nahrungs-Items vom Bundesdurchschnitt abweichen und bei keinem einen überdurchschnittlichen Verzehr haben. Viele der hier festgestellten regionalen Unterschiede in den Verzehrsgewohnheiten werden durch Daten aus anderen Untersuchungen bestätigt; das gilt beispielsweise für Nudeln/Teigwaren (7,11), Kartoffeln (7,11), Weißbrot (12) und Margarine (7,11). Die meisten Unterschiede haben eine lange Tradition (13). Es ergeben sich jedoch auch widersprüchliche Angaben; Butter und Apfel/Birne/Apfelsine/Pfirsich (11) sind Beispiele dafür.

Der Verzehr von Nahrungsmitteln bzw. von deren verschiedenen Zubereitungsarten erfolgt nicht gleichmäßig zu den verschiedenen Mahlzeiten. Es gehört vielmehr zu den Verzehrsgewohnheiten, daß der Mensch bestimmte Gerichte nur zu spezifischen Verzehrssituationen einnimmt bzw. sie für andere Gelegenheiten unpassend findet. Schnitzel paßt gut zum Mittagessen, aber kaum zum Frühstück (14). So ist also die Analyse in der die Nahrungs-Items der Ernährungsprotokoll

nur pro Tag aggregiert werden allein unzureichend, sondern sie sollte auch für die einzelnen Mahlzeiten durchgeführt werden. Diese Arbeit ist noch nicht beendet. Einige erste Ergebnisse sollen hier genannt werden. Das Nord-Süd-Gefälle im Konsum von Kaffee/Tee ergibt sich aus der Tatsache, daß man in Süddeutschland abends weniger davon trinkt, während sich hinsichtlich des Frühstückes keine wesentlichen Unterschiede zeigen. Im Süden Deutschlands ist verglichen mit dem Norden abends der Verzehr von Brötchen, Kartoffelsalat, Hähnchen und Schnitzel größer, während mittags sich dabei keine solchen Unterschiede zeigen.

Es wird so sein, daß zu bestimmten Mahlzeiten ganz bestimmte Kombinationen von Nahrungs-Items verzehrt werden; Butter-Brötchen mit Marmelade und Milch-Kaffee; Pommes Frites mit Hähnchen und grünem Salat; Schnitzel mit Kartoffelsalat und dazu Bier; um nur einige Beispiele zu nennen. Die Analyse der Ernährungsprotokolle wird auch unter diesem Gesichtspunkt vorgenommen, indem beispielsweise die Korrelationen des Verzehrs der verschiedenen Nahrungs-Items zu den verschiedenen Mahlzeiten in den verschiedenen Bundesländern miteinander verglichen werden.

Bereits vor Fertigstellung der vorgestellten Analyse der Ernährungsprotokolle zeigen sich einige erwähnenswerte Schlußfolgerungen. Die regionalspezifischen Ernährungsgewohnheiten sind heute geringer als früher, so wie sich auch die zeitlichen und saisonalen Schwankungen des Nahrungsmittel-Verbrauchs verringert haben (15). Für diese Tendenzen lassen sich viele wichtige Gründe anführen. Sowohl das materielle Marktangebot als auch das ideelle, nämlich die Information über Nahrungsmittel und Nahrungszubereitungen sind heute als Ganzes vermehrt verfügbar und zudem zeitlich und räumlich gleichmäßiger verteilt. Menschen aus verschiedenen Regionen kommen sich heute viel näher; sei es durch freiwilligen oder durch Ereignisse gezwungenen Wohnortwechsel, sei es durch Informationen, die Massenmedien verbreiten. Nahrungsmittel werden nicht nur für enge regionale Märkte produziert, sondern

heute versorgen das "agribusiness" und einige große bekannte multinationale Konzerne bedeutende Teile des Weltmarktes. So ist es auch interessant, auch die Nahrungsmittel zu betrachten, bei denen so gut wie keine regionalen Unterschiede beobachtbar sind. Bei ihnen spielen andere als die Faktoren, die sich aus den unterschiedlichen Lebensräumen ergeben, eine Rolle. Für uns sind dies beispielsweise Reis, Eier, Schokolade; und sogar (gebratener) Fisch wird heute nicht mehr überwiegend in Norddeutschland verzehrt (s. auch Tab. (2)).

Es wäre falsch aus der räumlichen und zeitlichen Einebnung der Verzehrunterschiede auf eine Tendenz zu einem Einheits-Ernährungsverhalten zu schließen. Im Gegenteil Untersuchungen aus Frankreich lassen erkennen, daß sich das Ernährungsverhalten individualisiert (16). Dies scheint auch für uns zu gelten, so zeigen Befragungen nach Nahrungspräferenzen eine überraschend große individuelle Variationsbreite (17). Offen bleibt allerdings, ob zwar jeder etwas anderes ißt als sein Nachbar, aber alle haben einen ganz bestimmten engen Rhythmus in dem sich die Speisefolge wiederholt, oder ob auch das intra-individuelle Ernährungsmuster so vielfältig geworden ist wie das inter-individuelle.

Das Ergebnis, daß räumliche Unterschiede im Ernährungsverhalten heute geringer sind als früher, scheint in Widerspruch zu stehen mit dem Resultat, daß räumliche Unterschiede hier sehr viel konstanter sind als die sozial bedingten (2). Manche solche und weiterer ähnlicher widersprüchlichen Ergebnisse in der Ernährungsverhaltens-Forschung werden mit großer Wahrscheinlichkeit allein dadurch vermeidbar, indem man eine verbesserte Forschungs-Methodik anwendet. So sollen abschließend einige wichtig erscheinende Aspekte in dieser Hinsicht genannt werden, die sich aus dieser Arbeit ergaben.

- Politische Grenzen sind kein alleingültiges Auswahlkriterium für die Festlegung der Stichprobe; vielmehr sollten andere herangezogen werden, wie volkswissenschaftliche, kulturelle und sprachliche (Dialekt) Aspekte.
- Der individuelle Lebensraum des Menschen ist nicht statisch, sondern recht dynamisch. Ein Wohnortwechsel im Laufe eines

Lebens ist heute eher die Regel, denn die Ausnahme. Jeder Lebensraum prägt dank unserer Erinnerungsfähigkeit.

Man kann als Stadtmensch auf das Land ziehen, ein Bayer kann in Preußen leben. Die Zuordnung der Personen in den Stichproben kann nicht allein aufgrund des gegenwärtigen Wohnortes geschehen.

- Das Ernährungsverhalten des Menschen wird nur in ganz bescheidenem Maße durch ernährungsphysiologische Grundregeln bestimmt. So kann die Analyse von Verzehrsgewohnheiten auch nicht auf solche Kategorien - wie eiweißreiche, fettarme, vitaminhaltige Nahrungsmittel - beschränkt bleiben, sondern muß auch die für die Menschen entscheidenderen Kategorien berücksichtigen, wie beispielsweise Art der Nahrungszubereitung (Rezepte einschließlich Würzung, Menüs) und Art der Verzehrsgelegenheit (Alltagskost, Festmahl, usw.).

Literaturzitate:

- (1) Food and Agricultural Organization (FAO):
List of major foods consumed in selected countries.
FAO, Rom, Paper No. FAO-ESN: Misc./76/4, 1976.
- (2) TEUTEBERG, H.J.: Die Einwirkung sozialer und kultureller Faktoren auf das Ernährungsverhalten - ein wissenschaftsgeschichtlicher und systemtheoretischer Überblick. Ernährungs-Umschau, 21, 40, 1974
- (3) WIEGELMANN, G.: Tendenzen kulturellen Wandels in der Volksnahrung des 19. Jahrhunderts. in HEISCHKEL-ARTELT, E., Hrsg., Ernährung und Ernährungslehre im 19. Jahrhundert. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 11, 1976
- (4) NEULOH, O.; TEUTEBERG, H.-J.: Ernährungsfehlverhalten im Wohlstand. F. Schöningh, Paderborn, 1979
- (5) BACHMANN, W.: Ernährungsverhalten von Schülern. Food Press International Verlag, Obernburg/M., 1976
- (6) STOLLEY, H.; DROESE, W.; SCHLAGE, C: Nahrungsmittelverbrauch und Nährstoffversorgung von Kleinkindern und Schulkindern. Monatsschrift für Kinderheilkunde, 121, 539, 1973
- (7) BOETTICHER, K. Geront '73. Studie über den Gesundheitszustand, die Ernährungsgewohnheiten sowie soziale Einstellungen alter Menschen in der Bundesrepublik Deutschland. Forschungsgruppe für Gerontologie e.V., Gießen, 1973
- (8) FITZEN, H.; STELLER, W.; ZENTGRAF, H.: Die Aktion "Gesundes Frühstück", Verhalten von Schulkindern beim ersten und zweiten Frühstück. Ernährungs-Umschau, 25, 238, 1978
- (9) DIEHL, J.M.: Frühstücksgewohnheiten und ihre Beziehungen zu psychologischen Variablen. Dissertation, Fachbereich Psychologie, Universität Gießen, 1978
- (10) PUDEL, V.: Das Check-List-Protokoll als einfache Methode zur Erfassung der Ernährungsgewohnheit Adipöser. Internationale Zeitschrift für Vitamin- und Ernährungsforschung 44, 246, 1974
- (11) Deutsche Gesellschaft für Ernährung: Ernährungsbericht 1976. Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Frankfurt/M., 103, 1976
- (12) STELLER, W.: Brot und Kleingebäck im Außer-Haus-Verzehr. Die Brotindustrie Nr. 8, 279, 1976
- (13) GLATZEL, H.: Verhaltensphysiologie der Ernährung. Urban & Schwarzenberg, München, Berlin, Wien, 248, 1973
- (14) PFAFF, H.-P., AIGN, W.; OLTERS DORF, U.: Beurteilung ausgewählter Lebensmittel durch Verbraucher der Stadt Lahn. Ernährungslehre und -Praxis, Nr. 2, B5, 1979

- (15) TEUTEBERG,H.J.: Die Rolle von Brot und Kartoffeln in der historischen Entwicklung der Nahrungsgewohnheiten. Ernährungs-Umschau 26, 149, 1979
- (16) THOUVENOT,C.: Studies in food geography in France. Social Sciences and Medicine 12, 43, 1978
- (17) OLTERS DORF,U.: unveröffentlichte Ergebnisse

Tab.(1) Ergebnisse der Ernährungs-Protokolle - Regionale Verteilung der Energieaufnahme

Bundes- land	N	Gesamt-Energie		Prozentualer Anteil am			Prozentualer Anteil an			
		kJ/Tag	kcal/Tag	Morgen/Mittag /	Abend	Tagesaufnahme durch	Eiweiß	Fett	Kohlen- hydrate	Alkohol
Schleswig- Holstein	49	<u>13.740</u>	<u>3280</u>	29	<u>34</u>	<u>37</u>	13	<u>42</u>	42	3,8
Nieder- sachsen	132	11.630	2780	29	39	33	12	41	44	<u>2,8</u>
Nordrhein- Westfalen	329	11.920	2850	30	36	34	13	41	43	3,0
Hessen	98	11.760	2810	30	36	34	13	40	44	3,1
Rheinland- Pfalz/Saar	91	12.080	2890	<u>25</u>	<u>40</u>	35	12	39	43	<u>6,2</u>
Baden-Würt- temberg	162	<u>13.383</u>	<u>3200</u>	29	<u>40</u>	<u>31</u>	12	40	44	4,1
Bayern	205	<u>11.320</u>	<u>2700</u>	<u>27</u>	39	35	12	<u>37</u>	44	<u>6,5</u>
Berlin	43	12.290	2940	28	<u>34</u>	<u>38</u>	13	40	40	<u>6,5</u>
Hamburg	38	<u>10.670</u>	<u>2550</u>	<u>33</u>	<u>34</u>	33	14	41	42	<u>2,6</u>
BRD (prozent.Stand. Abweichung)	1160	12.010 (43,7%)	2870	29 (60,3)	38 (45,6%)	34 (57,3%)	13 (20,6%)	40 (16,5)	43 (16,0)	4,2 (124,4%)

Tab. (2) Überblick über die regionale Verteilung des Verzehrs ausgewählter Nahrungs-Items

höherer Verzehr im Norden der Bundesrepublik	höherer Verzehr im Süden der Bundesrepublik
Margarine Kaffee, Tee Kartoffeln	Nüsse gebundene Suppe Nudeln
Weißbrot, Toast Kompott Fruchtjoghurt Suppen-Eintopf Apfel/Birne/Apfelsine/ Pfirsich	Zucker Innerein Leberkäse Püree/Kartoffelbrei Pommes Frites Reis Klöße, Knödel Kartoffelsalat Bier Wein Wasser, Mineralwasser

Nahrungs-Items mit besonders geringer regionaler Verteilung:

Zwieback
Butter
Eier
Haferflocken
Pudding
Schokolade
Pralinen
Salzgebäck
Bonbon
Schnitzel
Suppenfleisch
Leber
Tatar/Schabefleisch
Fisch gebraten

Limonade/Cola
Trinkmilch

Zahl der vom Bundesdurchschnitt-abweichenden Nahrungs-Items
in den verschiedenen Bundesländern.

	<u>überdurch-</u> <u>schnittlich</u>	<u>unterdurch-</u> <u>schnittlich</u>
Schleswig-Holstein	6	12
Niedersachsen	5	13
Nordrhein-Westfalen	5	7
Hessen	0	7
Rheinland-Pfalz/Saar	5	14
Baden-Württemberg	10	6
Bayern	6	12