

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg

Fakultät Life Sciences

Studiengang Ökotrophologie

**Hafer als glutenfreies Lebensmittel – Evaluation von
Akzeptanz und Potenzial**

Bachelorarbeit

Tag der Abgabe: 21.08.2013

Vorgelegt von:
Stefania Meschkat



Betreuender Prüfer (HAW)
Prof. Dr. Christoph Wegmann
Zweiter Prüfer (HAW)
Prof. Dr. Helmut Labrenz

Inhaltsverzeichnis

I.	Abkürzungsverzeichnis	3
II.	Abbildungsverzeichnis	4
III.	Tabellenverzeichnis.....	5
1.	Einleitung	2
2.	Grundlagen der Zöliakie.....	3
2.1	Definition Zöliakie	3
2.2	Pathogenese.....	4
2.3	Klinische Manifestation	6
2.4	Formen der Zöliakie	8
2.5	Glutenfreie Diät.....	9
2.6	Vermarktung glutenfreier Produkte in Deutschland	13
3.	Theoretischer Hintergrund des Hafers	16
3.1	Definition von Hafer	16
3.2	Anbau von Hafer	17
3.3	Verarbeitungsmöglichkeiten von Hafer	26
3.4	Hafer in der glutenfreien Ernährung	27
4.	Methode zur Erhebung der Akzeptanz von glutenfreiem Hafer	30
5.	Darstellung der Ergebnisse.....	41
6.	Diskussion der Methodik	62
7.	Diskussion der Ergebnisse	64
	Schlussfolgerung und Fazit	67
	Zusammenfassung.....	69
	Abstract	70
	Literaturverzeichnis.....	71
	Eidesstattliche Erklärung.....	76
	Anhang	

I. Abkürzungsverzeichnis

HLA → Haupthistokompatibilitätskomplex

tTG → Gewebstransglutaminase

APC → Antigen Presenting Cells

DZG → Deutsche Zöliakie Gesellschaft

II. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Schematic depiction of factors that contribute to the development of celiac disease - 5	5
Abbildung 2: Durchgestrichene Ähre als Zeichen für glutenfreie Lebensmittel-----	12
Abbildung 3: Foto eines Teils des glutenfrei Regals im Reformhaus Engelhardt im Wandsbek Quarree-----	14
Abbildung 4: Darstellung der Unterschiede in der Abstammung von Weizen, Roggen, Gerste und Hafer-----	16
Abbildung 5: Aufbau der Haferpflanze-----	17
Abbildung 6: Erntemenge ausgewählter Getreidearten in Deutschland in den Jahren 1960 bis 2012 (in 1.000 Tonnen) Quelle: Statista, 2013a, o. S. -----	19
Abbildung 7: Der Haferanbau in den Bundesländern von 2007-2011 -----	21
Abbildung 8: Ranking der Haferproduktion 2011 -----	24
Abbildung 9: Top 10 Haferproduzenten 2011 -----	25
Abbildung 10: Import von Hafer in Deutschland 1990-2010 -----	25
Abbildung 11: Export von Hafer in Deutschland 1990-2010 --- Fehler! Textmarke nicht definiert.	
Abbildung 12: Auswertung Frage 3 "Haben Sie schon einmal ein Produkt/mehrere Produkte mit glutenfreiem Hafer gekauft? -----	47
Abbildung 13: Auswertung Frage 4 " <i>Welches Produkt und von welcher Marke</i> " -----	48
Abbildung 14: Genannte Marken für Haferflocken -----	48
Abbildung 15: Genannte Marken für Müsli-----	49
Abbildung 16: Genannte Marken für Kekse und Keksbäckmischungen-----	49
Abbildung 17:Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer -----	52
Abbildung 18: Darstellung der Auswertung der Fragen 8 und 9 -----	53
Abbildung 19: Kreuztabelle Frage 6,7 und 10-----	54
Abbildung 20: Auswertung Frage 11 "Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach für eine glutenfreie Diät geeignet?"-----	55
Abbildung 21: Auswertung Frage 12 "Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach nicht für eine glutenfreie Diät geeignet?"-----	56
Abbildung 22: Auswertung Frage 16 "Wünschen Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) sich mehr Produkte, die glutenfreien Hafer beinhalten?" -----	58
Abbildung 23: Auswertung Frage 18 "Welche der genannten Produkte kaufen Sie regelmäßig bzw. würden Sie regelmäßig kaufen, wenn sie glutenfrei auf dem Markt wären?"-----	60
Abbildung 24: Auswertung Frage 20 "Probieren Sie zeitnah neue Produkte aus, die auf den Markt gekommen sind? Oder warten Sie erst auf ein Feedback von anderen Verbrauchern?" ----- Fehler! Textmarke nicht definiert.	
Abbildung 25: Auswertung Frage 24 "Wie sehr stimmen Sie der folgenden Aussage zu?" -----	61

III. Tabellenverzeichnis

Tabelle 1: Produkte mit glutenfreiem Hafer in Deutschland -----	29
Tabelle 2: Auswertung Frage 21 „Wie viele Personen leben in ihrem Haushalt“ -----	42
Tabelle 3: Auswertung Frage 2 "Welche Aussage trifft auf Sie zu?"-----	43
Tabelle 4: Auswertung Frage 2 "Ernähren Sie bzw. die Person, für die Sie einkaufen, sich glutenfrei?" -----	44
Tabelle 5: Kreuztabelle Frage 1 und 2 -----	45
Tabelle 6: Chi-Quadrat-Test zur Tabelle 4-----	46
Tabelle 7: Exakte Signifikanz für Chiquadrat zur Kreuztabelle 4-----	46
Tabelle 8: Auswertung Frage 5 "Haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) schon einmal explizit als glutenfrei ausgezeichneten Hafer gegessen (pur oder in Produkten enthalten)?"-----	51
Tabelle 9: Auswertung der offenen Frage 17 "Nennen Sie zwei Produkte, die Sie sich mit glutenfreiem Hafer wünschen würden" -----	59

1. Einleitung

Zöliakie ist eine Autoimmunerkrankung, deren einzige Behandlung eine lebenslange glutenfreie Diät darstellt. Die glutenfreie Diät bedeutet einen Ausschluss der Getreide Weizen, Roggen, Gerste und deren Unterstämme (Stoven et al., 2012, S. 859). In den letzten Jahren hat die Betroffenenrate drastisch zugenommen. Noch vor einigen Jahren wurde die Prävalenz in Deutschland auf 1:1000 geschätzt, während sie heute vermutlich bei 1:100 liegt (Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S.195). Seit der Entdeckung der Krankheit im Jahre 1950 ist es fraglich, ob Hafer in die glutenfreie Diät miteinbezogen oder vermieden werden soll. Zunächst wurde das Getreide aus der glutenfreien Diät ausgeschlossen. Durch eine umfangreiche Studie von Janatuinen et al. wurde diese Einschätzung jedoch angezweifelt. Der untersuchte Zeitraum umfasste insgesamt fünf Jahre, in denen die Interventionsgruppe circa 50g Hafer pro Tag zu sich nahm. Am Ende der fünf Jahre stand fest, dass die Interventionsgruppe gesundheitlich in dem gleichen Zustand wie die Kontrollgruppe war, die während dieser Zeit keinen Hafer zu sich genommen hatte. Seit der Studie von Janatuinen et al. hat es diverse andere Studien zur Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer gegeben. Aus allen resultierten ähnliche Ergebnisse, nämlich, dass ein moderater Konsum von Hafer keine Auswirkung auf die Gesundheit der Probanden hat (Thompson, 2003, S.377).

Die Problematik bei Hafer liegt hauptsächlich in der Kontamination mit glutenhaltigem Getreide. So kann schon beim Anbau, aber auch bei der Ernte, Verarbeitung und Verpackung, Gluten durch das Benutzen derselben Maschinen etc. unter die Haferkörner gelangen. In einer Untersuchung von 108 Haferproben aus verschiedenen Ländern wiesen lediglich 26% der Proben einen sicheren Glutengehalt unter 20ppm auf (Méndez et al., 2006, S.665). Die Dramatik dabei ist, dass einige der Proben sogar Verunreinigungen bis zu 8000ppm aufwiesen. Hafer muss also so angebaut, geerntet und verarbeitet werden, dass keine Kontamination stattfinden kann. Die skandinavischen Länder haben schon seit Längerem beständig glutenfreien Hafer fest in ihre Landwirtschaft und Wirtschaft sowie die Ernährung Zöliakiebetreffener integriert. Hat glutenfreier Hafer somit auch Potential auf dem deutschen Markt? Um diese Frage zu klären wurde eigens für diese Arbeit eine empirische Erhebung mittels eines Online-Fragebogens durchgeführt, die folgende Forschungsfragen zu Verträglichkeit, Vertrauen, Akzeptanz sowie der Nachfrage nach glutenfreiem Hafer aufbaut:

- 1) Wie ist die Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer bei den Befragten? Wie groß ist das Vertrauen in glutenfreien Hafer? Inwieweit wird glutenfreier Hafer von Zöliakiebetreffenen akzeptiert und in die Ernährung eingebunden?
- 2) Welches Potential hat glutenfreier Hafer am deutschen Markt? Wie ist die Nachfrage nach Produkten mit glutenfreiem Hafer?

Die Arbeit zielt darauf ab, Aussagen vor allem über die Akzeptanz und das Potential von glutenfreiem Hafer als wirtschaftlich rentables Gut in Deutschland zu generieren, um auf diese Weise mögliche Marktlücken zu erkennen.

Dadurch, dass glutenfreier Hafer lange Zeit als nicht geeignet für die glutenfreie Diät galt, doch nun die Möglichkeit hat, die Diät geschmacklich und vielseitig zu beeinflussen wird eine hohe Akzeptanz von glutenfreiem Hafer sowie eine große Nachfrage nach glutenfreien Haferprodukten erwartet.

Die Arbeit beginnt mit zwei theoretischen Teilen über Zöliakie und Hafer. Im Anschluss daran wird die verwendete Methodik näher betrachtet sowie der Fragebogen erläutert. Es folgt die Auswertung der Studie sowie die Diskussion der Methodik und anschließend die Diskussion der Ergebnisse. Zum Ende der Arbeit werden in einem Fazit die wichtigsten Erkenntnisse der Arbeit zusammengefasst, um einen Ausblick auf zukünftige Untersuchungsmöglichkeiten zu geben.

In dieser Arbeit wird bei Personenbezeichnungen die männliche Form der besseren Verständlichkeit halber benutzt. Es ist jedoch auch immer die weibliche Form gemeint.

2. Grundlagen der Zöliakie

2.1 Definition Zöliakie

Der Begriff „Zöliakie“ ist auf die beiden griechischen Wörter „koiliakós“ (übersetzt: an der Verdauung leidend) und „koilía“ (übersetzt: Bauchhöhle) zurückzuführen (Duden, 2013, o.S.). Er beschreibt eine chronische Erkrankung des Dünndarms, bei der Betroffene nicht in der Lage sind, das Klebereiweiß Gluten zu verdauen, stattdessen wird durch die Aufnahme eine histologische Reaktion ausgelöst, die die Funktionen des Darms stark beeinträchtigt (DZG(a), o.J, o.S.).

Das Klebereiweiß Gluten kommt in verschiedenen Getreidearten, wie Weizen, Roggen, Gerste und deren Untergruppen vor, und beeinflusst vor allem deren Backfähigkeit. Es ist aufgebaut aus den Klebereiweißen Prolamin und hoch- sowie niedermolekularem Glutenin. Je nach Getreideart variiert die Art des Prolamins, so wird das Prolamin des Weizens Gliadin genannt, das des Roggens Secalin und das der Gerste Hordein (Harris et al., 2012, o.S.). Hier ist es wichtig zu erwähnen, dass der Begriff Gluten sich ursprünglich nur auf den Weizenkleber, bestehend aus Gliadin und Glutenin, bezog, heutzutage jedoch

umgangssprachlich für alle Klebereiweiße benutzt wird, die unpassend für eine glutenfreie Diät sind (Thompson, 1997, S.1414).

Zöliakie wird heute als allgemeiner Begriff für die Erkrankung genutzt, während er früher lediglich die im Kindesalter auftretende Zöliakie beschrieb. Bei der im Erwachsenenalter auftretenden Zöliakie sprach man von Sprue. Heutzutage sind die Begriffe einheimische Sprue oder glutensensitive Enteropathie zwar zulässig, doch Zöliakie ist allgemeingültig geworden. (DZG(a), o.J., o.S.) Bis vor einiger Zeit wurde angenommen, dass die Prävalenz der Zöliakie bei 1:1000 bis 1:2000 in Deutschland läge, doch seit 2010 ist bekannt, dass die Betroffenenquote viel höher liegt als bisher gedacht. So liegt die Prävalenz wohl bei 1:100 in Europa und Nordamerika (Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S.195). Dieses Ergebnis blieb vermutlich so lange unentdeckt, da lediglich 10% der Betroffenen die klassischen Symptome einer Zöliakie aufweisen (DZG(a), o.J., o.S.). Dies wird auch durch eine aktuelle Studie der Techniker Krankenkasse belegt, in der 1000 Personen zu ihrem Gesundheitszustand und ihrem Ernährungsverhalten befragt wurden. Die Studie ergab unter anderem, dass einer von hundert Befragten nach eigenen Angaben kein Gluten verträgt (Techniker Krankenkasse, 2013). Weltweit liegt die Prävalenz mittlerweile bei 1% der Weltbevölkerung (Stoven et al., 2012, S.862).

2.2 Pathogenese

Dass das Weizengluten die Ursache für die Symptome bei Zöliakie ist, entdeckte der niederländische Kinderarzt Willem-Karel Dicke im Jahre 1952. Er vermutete bereits vor dem zweiten Weltkrieg, dass Brot der Auslöser für die Symptome sei, was auf Grund der Lebensmittelknappheit bestätigt wurde. Brot wurde zu dieser Zeit sehr selten gegessen, woraufhin er eine Verbesserung der Symptome bei Zöliakiepatienten wahrnahm. Nach dem Krieg begann er eine Studie mit vier Kindern im Wilhelmina-Kinderkrankenhaus in Utrecht und einem Kind im Kinderkrankenhaus Juliana in Den Haag, an denen er verschiedene Diäten unter Aufnahme von oder Verzicht auf Weizen und Roggen, ausprobierte. Schließlich kam er durch die Untersuchung der Symptomatik zu dem Schluss, dass Gluten der auslösende Faktor ist. (Adams, 2010)

Auf diese Weise wurde der Meilenstein für die weitere Forschung gelegt. Heutzutage ist die Zöliakie eine der erforschtesten Autoimmunerkrankungen des Verdauungstrakts (Harris et al., 2012, S.625). Trotzdem sind noch nicht alle auslösenden und einwirkenden Faktoren, sowie Mechanismen bekannt (Harris et al., 2012, S.626).

Bekannt ist, dass Betroffene meist genetisch dazu veranlagt sind, eine Zöliakie zu entwickeln. Die zuständigen Allele hierfür liegen auf Chromosom 6 und sind HLA-Klasse II Gene (HLA=Haupthistokompatibilitätskomplex). Durch sie werden die HLA-Moleküle DQ2 oder DQ8 gebildet, die dafür sorgen, dass die Fragmente des Glutens in Verbindung mit den T-Lymphozyten eine histologische Reaktion auslösen (Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S.198). Zur Veranschaulichung wird im Folgenden der Verlauf des Glutens im Dünndarm anhand der Abbildung 1 dargestellt.

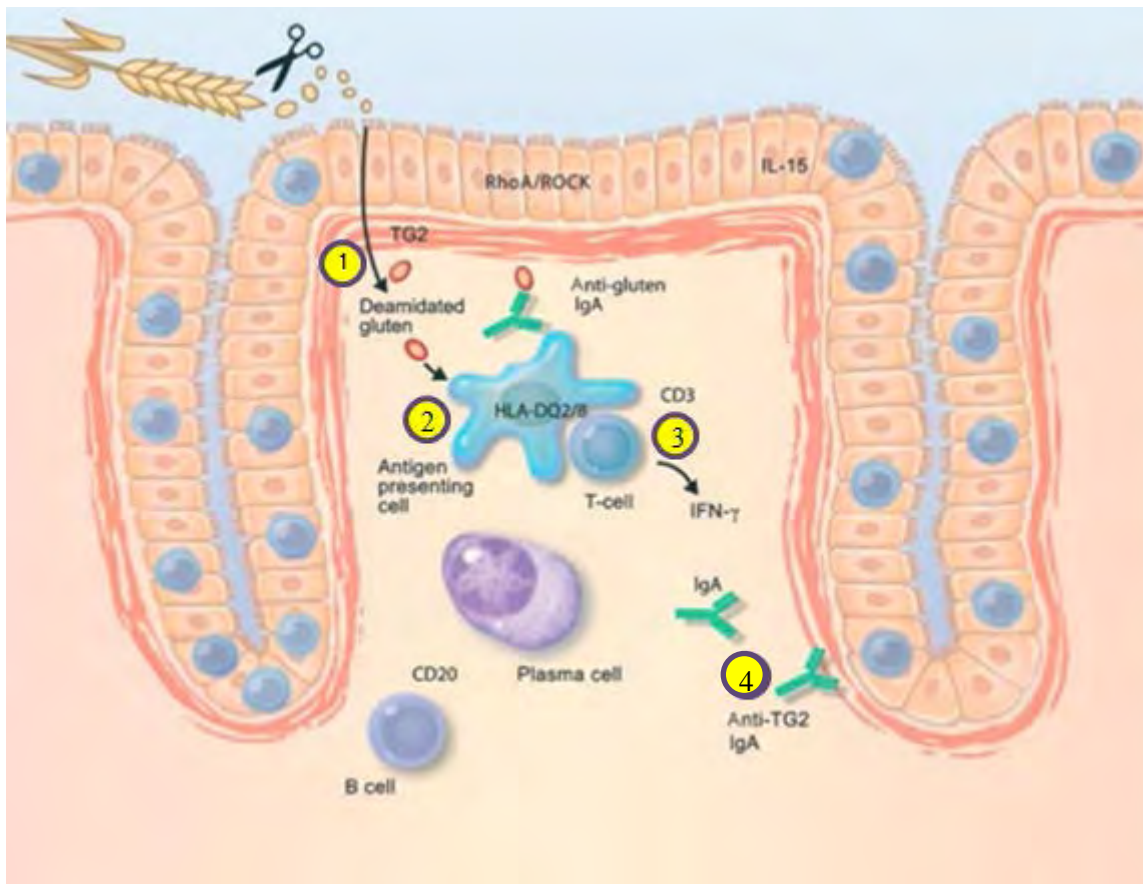


Abbildung 1: Schematic depiction of factors that contribute to the development of celiac disease
Quelle: The Khosla Laboratory, 2012, o.S.

Das Gluten wird bei Eintritt in den Zwölffingerdarm von Proteasen aus dem Magen und der Pankreas in seine Eiweißfragmente (Prolamine und Glutenine) gespalten. Im Anschluss passieren die Fragmente die Dünndarmmukosa. Hier bindet die Gewebstransglutaminase (tTG/ in der Grafik TG2) an die Prolaminfragmente und bewirkt durch Deaminierung die Entfernung von Glutaminrückständen (siehe gelber Punkt 1). Auf diese Weise kann das Prolamin an die HLA-DQ2 oder HLA-DQ8-Moleküle binden und wird dort von Antigen-präsentierenden Zellen (APC – Antigen presenting cells) an die T-Helferzellen präsentiert

(siehe Punkt 2). Dies löst eine Entzündungsreaktion aus, da die T-Helferzellen Zytokine ausschütten (siehe Punkt 3), die die Darmschleimhaut schädigen, sowie die T-Killerzellen aktivieren, welche ebenfalls zu einer Schädigung der Dünndarmschleimhaut beitragen. Durch diese Reaktionen auf die Darmschleimhaut werden die Zotten, die dazu dienen, die Resorptionsoberfläche des Darms zu vergrößern, verletzt, was auf Dauer zur Verkümmern führt. Die Folge ist eine Zottenatrophie, sowie eine Kryptenhyperplasie, wodurch die Aufnahme von Nährstoffen stark beeinträchtigt wird. (The Khosla Laboratory, 2012, o.S.; Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S.195)

Zuletzt wandeln sich die B-Zellen mit Hilfe der T-Zellen in Plasmazellen um, die nun die Antikörper Immunglobulin A bilden. Die Antikörper greifen die eigene Gewebstransglutaminase an (siehe Punkt 4) (The Khola Group, 2012, o.S.), daher wird die Zöliakie oft auch als eine Autoimmunerkrankung beschrieben (BDI, 2012, o.S.).

Je nach Schwere der Krankheit kann diese Entzündung gesundheitsschädliche Folgen haben. Durch die Entzündungsreaktion kommt es wie bereits erwähnt zu einer Zottenatrophie, was bedeutet, dass sich die Zotten zurückbilden, sowie zu einer Kryptenhyperplasie, womit eine Vertiefung der Einstülpungen in der Darmschleimhaut gemeint ist. Die Zotten im Dünndarm haben die Funktion, die Resorptionsoberfläche zu vergrößern, damit möglichst viele Nährstoffe aus der Nahrung aufgenommen werden können. Bilden sich die Zotten zurück, so können weniger oder im schlimmsten Fall gar keine Nährstoffe mehr aufgenommen werden. Durch diese Malabsorption kommt es zu zahlreichen Mangelerscheinungen, sowie einem starken Gewichtsverlust, Diarrhoe und anderen Symptomen. (Thompson, 1997, S. 1413)

Wird die Zöliakie nicht rechtzeitig erkannt, können die Nährstoffunterversorgung und/oder der Gewichtsverlust lebensbedrohlich werden. Mit Einführung einer glutenfreien Diät regeneriert der Körper sich selbst sehr schnell wieder. Diese Art der Ernährung ist die einzige Möglichkeit für Zöliakiepatienten, beschwerdefrei zu leben und keine gesundheitlichen Beeinträchtigungen oder Risiken zu tragen (Thompson, 1997, S. 1413).

2.3 Klinische Manifestation

Die Zöliakie manifestiert sich sehr unterschiedlich je nach Form der Krankheit und deren Schwere. Die Beschwerden reichen von asymptomatisch bis zu den typischen Symptomen

einer Malabsorption, wie Diarrhoe, Flatulenzen, Bauchschmerzen, Gewichtsverlust und Minderwuchs (Harris et al., 2012, S. 625, Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S. 195).

Besteht der Verdacht auf Zöliakie, so werden zunächst die Blutwerte der IgA Gewebstransglutaminase, sowie der IgA Anti-Endomysium-Antikörper (EMAs) untersucht. Fallen diese unnormal hoch aus, so deutet dies auf eine Zöliakie hin. Um sicher zu sein, wird eine Duodenalbiopsie durchgeführt. Dabei wird ein Stück Gewebe entnommen und auf den Zustand der Zotten untersucht (Harris et al., 2012, S.625).

Ist die Krankheit noch nicht bekannt oder wird sich nicht streng an die glutenfreie Diät gehalten, so wird durch die ständige Aufnahme von Gluten die Entzündung des Dünndarms verschlimmert. Es können zunehmend weniger Nährstoffe aufgenommen werden, was zu einem massiven Nährstoffmangel führt. Durch die fehlende Fähigkeit, die Nahrung zu absorbieren, kommt es zu Diarrhoe, Flatulenzen und Bauchschmerzen. Auch ein starker Gewichtsverlust ist meist bemerkbar und besonders bei Kindern ein stark aufgeblähter Bauch. Weitere Symptome sind vermindertes Wachstum und oftmals auch eine Laktoseintoleranz, die sich jedoch meist wieder zurückbildet mit der Regeneration des Dünndarms (Harris et al., 2012, S.635).

Solange sich der Betroffene nicht glutenfrei ernährt, kann es weiterhin zu Mangelerscheinungen kommen, die nicht mehr nur den Gastrointestinaltrakt betreffen. Besonders häufig ist hier Eisenmangel, sowie in dem Zusammenhang das Auftreten von Müdigkeit infolge des Nährstoffmangels. (Thompson, 1997, S.1413; Harris et al., 2012, S.628) Doch alle genannten Symptome und Risiken in diesem Kapitel gehen rapide zurück bei der Einführung einer strikten glutenfreien Ernährung (Thompson, 1997, S.1413).

Schwieriger ist es bei Calciummangel, Vitamin D-Mangel und anderen, denn diese können ein Risiko für ernstzunehmende Krankheiten beinhalten. So haben Zöliakiepatienten meist eine geringere Knochendichte mit erhöhtem Risiko für Osteoporose, und neigen öfter als gesunde Menschen zu Schilddrüsenüberfunktionen. Auch das Risiko unfruchtbar zu sein ist bei einer nichtbehandelten Zöliakie höher als bei gesunden Menschen. Letzteres kann Männer und Frauen betreffen. Bei Frauen, die an Zöliakie leiden, sich aber nicht glutenfrei ernähren, besteht eine höhere Wahrscheinlichkeit, ein untergewichtiges Baby zu gebären, oder eine spontane oder wiederkehrende Fehlgeburt zu erleiden (Harris et al., 2012, S.628). Auch besteht ein erhöhtes Risiko für Lymphome, neurologische Fehlfunktionen und Krebs (Stoven et al., 2012, S. 859).

2.4 Formen der Zöliakie

Zöliakie kann in unterschiedlichen Lebensphasen und mit unterschiedlicher Symptomatik auftreten. Dahingehend gibt es vier verschiedene klinische Einteilungen:

Klassische Zöliakie. Die klassische Zöliakie weist alle typischen Symptome auf, wie Diarrhoe, Nährstoffmangel und Gewichtsverlust. Der serologische Test ist bei diesen Patienten positiv, sowie die Biopsie, die eindeutig abgeflachte Zotten im Dünndarm nachweist. Die Einführung einer glutenfreien Diät bewirkt das Abklingen aller Symptome. (Harris et al., 2012, S.627)

Atypische Zöliakie. Ein Patient, der unter einer atypischen Zöliakie leidet, weist zwar eine Zottenatrophie auf und ist im serologischen Befund positiv, jedoch leidet der Betroffene nicht unter den typischen Symptomen. Es sind viel eher untypische Symptome, die nicht gleich darauf schließen lassen, dass es sich um Zöliakie handelt, etwa Unfruchtbarkeit, Eisenmangel oder Durchfall. Da die Symptome einzeln vorkommen, also der Betroffene lediglich unter beispielsweise Eisenmangel leidet, ist es für den Mediziner nicht offensichtlich, dass eine derartige Erkrankung vorliegt. Diese Form der Zöliakie ist heutzutage am häufigsten zu finden. (Harris et al., 2012, S.627)

Asymptomatische/Silente Zöliakie. Betroffene, die an einer silenten Zöliakie leiden haben keine Symptome. Die serologischen Tests fallen positiv aus und auch die Zotten sind abgeflacht, doch da keinerlei Symptome vorliegen, lebt der Betroffene meist mit der Zöliakie, ohne es zu wissen. Die Einführung einer glutenfreien Diät kann aber trotzdem eine Verbesserung von Symptomen mit sich bringen, die den Betroffenen vorher nicht aufgefallen sind, so wie gelegentlicher Durchfall. (Harris et al., 2012, S.627)

Latente Zöliakie. Die Latente Zöliakie weist keine Symptome auf und auch keine Zottenatrophie trotz glutenhaltiger Ernährung. Die Betroffenen sind hier in zwei Gruppen zu teilen. Diejenigen, bei denen keine Zottenatrophie vorliegt, da die Zöliakie erst noch ausbricht, und diejenigen, die bereits während der Kindheit an Zöliakie litten und sich daher glutenfrei ernährten, jedoch nach ein paar Jahren regeneriert waren und auch bei Einführung von glutenhaltiger Nahrung keinerlei Symptome mehr zeigen. (Harris et al., 2012, S.627) Dies wird in der sogenannten „Belastungsphase“ unter ständiger ärztlicher Kontrolle durchgeführt (eigene Erfahrung). Hierbei bleibt die Zöliakie nur bei etwa 20%

der Betroffenen ohne Symptome und medizinische Nachweise. Bei den anderen Betroffenen entwickelt sich nach einiger Zeit wieder eine Zottenatrophie mit Symptomen. (Harris et al., 2012, S.627)

2.5 Glutenfreie Diät

Die einzige Möglichkeit, beschwerdefrei zu leben, ist für Zöliakiebetreffene eine Ernährung unter Ausschluss von Gluten. Das bedeutet Nahrungsmittel, die Bestandteile der Getreide Weizen, Roggen, Gerste, Dinkel, Grünkern, Kamut, Einkorn oder Emmer enthalten, zu meiden. Alternativ kann auf Produkte aus Mais, Reis, Hirse, Quinoa, Sorghum, Teff, Buchweizen, Amaranth, Tapioka und Kastanienmehl zurückgegriffen werden (Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S.199). Hafer ist ein Sonderfall, dessen Verträglichkeit zwar in diversen Studien untersucht wurde, bei dem jedoch kein absolutes Urteil gefällt wurde. Bisher gilt die Aufnahme von maximal 50g glutenfreier (d.h. nicht kontaminierter) Hafer pro Tag als unbedenklich (DZG, 2011, o.S.).

Da die Glutenfreiheit von Lebensmitteln unterschiedlich gehandhabt und definiert werden kann, gibt es festgelegte Definitionen, Richtlinien und Verordnung, die die Sicherheit glutenfreier Produkte regeln.

Codex Alimentarius

Der Codex Alimentarius ist eine Kommission aus 186 Mitgliedern (185 Länder und die EU), die internationale Standards für Lebensmittel festlegt. Diese Standards sind Empfehlungen, um die größtmögliche Sicherheit, Qualität und Fairness im internationalen Handel mit Lebensmitteln zu gewährleisten (Codex Alimentarius, 2013, o.S.). Glutenfreie Lebensmittel sind im Codex Alimentarius folgendermaßen definiert:

“Gluten-free foods are dietary foods

a) consisting of or made only from one or more ingredients which do not contain wheat (i.e., all Triticum species, such as durum wheat, spelt, and kamut), rye, barley, oats¹ or their crossbred varieties, and the gluten level does not exceed 20 mg/kg in total, based on the food as sold or distributed to the consumer, and/or

b) consisting of one or more ingredients from wheat (i.e., all Triticum species, such as durum wheat, spelt, and kamut), rye, barley, oats¹ or their crossbred varieties, which have been specially processed to remove gluten, and the gluten level does not exceed 20 mg/kg in total, based on the food as sold or distributed to the consumer.” (vgl. Codex Alimentarius, 2008, S.1)

Das bedeutet, dass glutenhaltige Anteile in Lebensmitteln enthalten sein dürfen, solange der Grenzwert von 20mg/kg nicht überschritten wird. Dies gilt auch für Lebensmittel die ursprünglich Gluten enthalten, doch so bearbeitet werden, dass der Glutengehalt des Endprodukts 20mg/kg nicht überschreitet. Hafer wird hier mit einer Fußnote versehen, da er von vielen Betroffenen, aber nicht von allen vertragen wird. Jedes Land soll daher selber entscheiden, ob Hafer als glutenfrei ausgezeichnet wird oder nicht (Codex Alimentarius, 2008, S.1). Die Definition durch den Codex Alimentarius sorgt für eine höhere Sicherheit der betroffenen Verbraucher, denn durch den gemeinsamen Standard ist das Risiko von Missverständnissen bei der Deklaration „glutenfrei“ und Fehleinschätzungen von Glutengehalten stark vermindert.

Nationale Verordnungen

Auf nationaler Ebene greifen die Verordnung zur Kennzeichnung von Lebensmitteln (LMKV), die Verordnung der europäischen Gemeinschaft Nr. 41/2009 zur Zusammensetzung und Kennzeichnung von Lebensmitteln, die für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit geeignet sind, sowie die Verordnung (EU) Nr. 1169/2011 vom 25. Oktober 2011¹.

Die Verordnung der Europäischen Kommission Nr. 41/2009 übernimmt die Grenzwerte von <20mg/kg Gluten für glutenfreie Produkte (Artikel 3 Absatz 2) des Codex Alimentarius. Jedoch gibt die Verordnung noch eine weitere Unterteilung an, nach der Produkte, die einen Glutengehalt von <100mg/kg Gluten im Lebensmittel aufweisen, mit der Phrase „sehr geringer Glutengehalt“ ausgezeichnet werden dürfen (Artikel 3 Absatz 1). Auch Produkte, zu deren Herstellung ursprünglich glutenhaltiges Getreide verwendet wurde, welches jedoch bei der Herstellung oder zuvor so verändert wurde, dass das Endprodukt einen Glutengehalt von unter 20mg/kg aufweist, dürfen als „glutenfrei“ deklariert werden.

¹ betreffend die Information der Verbraucher über Lebensmittel und zur Änderung der Verordnungen (EG) Nr. 1924/2006 und (EG) Nr. 1925/2006 des Europäischen Parlaments und des Rates und zur Aufhebung der Richtlinie 87/250/EWG der Kommission, der Richtlinie 90/496/EWG des Rates, der Richtlinie 1999/10/EG der Kommission, der Richtlinie 2000/13/EG des Europäischen Parlaments und des Rates, der Richtlinien 2002/67/EG und 2008/5/EG der Kommission und der Verordnung (EG) Nr. 608/2004 der Kommission

Hafer und Produkte aus Hafer dürfen als glutenfrei ausgewiesen werden, wenn durch die Herstellung, Zubereitung und Verarbeitung ein maximaler Glutengehalt von 20mg/kg gewährleistet ist.

Seit November 2005 gilt die Lebensmittelkennzeichnungsverordnung in Deutschland, die besagt, dass verpackte Lebensmittel in ihrer Zutatenliste aufführen müssen, ob sie eine der in Anhang 3 der Verordnung festgelegten 14 Allergene enthalten. Glutenhaltiges Getreide ist eines der 14 allergenen Zutaten. Dies gilt, außer wenn die Bezeichnung des Lebensmittels auf die jeweiligen Komponenten schließen lässt. (§6 Verzeichnis der Zutaten) Hier wird auch darauf verwiesen, dass die Angaben „Stärke“, „modifizierte Stärke“ und „Aroma“, soweit diese Zutaten Gluten enthalten könnten, einen Hinweis auf das verwendete Getreide vorweisen müssen.

Ab dem 13. Dezember 2014 wird es eine europäische Verordnung geben, die strenger und verbindlich für alle Mitgliedsstaaten die Allergenkennzeichnung für sowohl verpackte als auch „lose“ Ware festlegen wird. Hier wird verbindlich vorgeschrieben, dass in der Zutatenliste verpackter Ware die 14 allergenen Stoffe besonders hervorgehoben werden müssen. „Lose Lebensmittel“ sollen ebenfalls ab der Gültigkeit der Verordnung Hinweise über Zutaten und Verarbeitungshilfsstoffe, die glutenhaltiges Getreide enthalten, aufweisen. Die Regelung der Kennzeichnung „loser Ware“ wird jedoch auf nationaler Ebene definiert werden. (BMELV, 2013, o.S.)

Säuglingsnahrung wird von diesen Kennzeichnungsverordnungen ausgeschlossen und separat in der Diätverordnung geregelt.

Die genannten rechtlichen Vorschriften erleichtern zwar die Lebensmittelauswahl für Zöliakiebetreffende erheblich, doch eine höhere Sicherheit, besonders für neu diagnostizierte Zöliakiepatienten, die sich noch orientieren müssen, gewährleistet die „Aufstellung glutenfreier Lebensmittel“ der Deutschen Zöliakiegesellschaft (DZG). Hier haben Hersteller und Unternehmen die Möglichkeit, ihre glutenfreien Produkte aufführen zu lassen. Der Eintrag in der Liste ist jedoch nicht verpflichtend, so dass nicht alle Lebensmittel hier aufgeführt werden. Die Liste der DZG ist vertrauensvoll, da die Gesellschaft regelmäßig Stichproben der aufgeführten Lebensmittel hinsichtlich ihres Glutengehalts durchführt (Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S. 199).

Die DZG bietet Unternehmen zusätzlich die Möglichkeit, ihre Produkte mit dem Symbol einer glutenfreien Ähre auszuzeichnen.



Abbildung 2: Durchgestrichene Ähre als Zeichen für glutenfreie Lebensmittel
Quelle: DZG(a), o.J.

Dies ist ebenfalls eine Erleichterung beim Einkauf für Zöliakiebetreffene, denn durch regelmäßige Stichproben überprüft die DZG das Einhalten des maximalen Glutengehalts von 20mg/kg der ausgezeichneten Produkte (DZG(b), o.J., o.S.).

Ernährungsphysiologische Grundlagen der glutenfreien Diät

Die Verwendung von Gluten findet in der Industrie vielfachen Einsatz auf Grund seiner guten emulgierenden, stabilisierenden, gelierenden und bindenden Eigenschaften. Gluten wird auch als Trägerstoff für Aromen in Lebensmitteln eingesetzt (Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S.200). Daher ist es auch in vielen Produkten zu finden, die nicht direkt in Verbindung mit glutenhaltigen Getreide gesetzt werden, wie Fleisch und Wurstwaren, Milch und Milcherzeugnisse, Fisch und Fischerzeugnisse, Konserven, Backwaren, Kartoffelerzeugnisse, Süßwaren, Schokolade, Pralinen, Süßungsmittel, Brotaufstriche, Knabbergebäck, Getränke, Speisefette und sogar Essig (z.B. Malzessig) (Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S. 200-201). Folglich ist das Essen für Zöliakiebetreffene außer Haus schwierig zu gestalten.

Ein besonders hohes Risiko birgt die Kontamination zu Hause durch falsche Lagerung und/oder kontaminierende Zubereitung, wie das glutenfreie Brot auf einem Brett zu schneiden, auf dem zuvor glutenhaltiges Brot geschnitten wurde (Bertz, Schmitting-Ulrich, 2010, S.201).

Als glutenfreie Produkte werden hauptsächlich die Ersatzprodukte bezeichnet, die glutenfreie Alternativen zu normalerweise konventionellen glutenhaltigen Produkten

darstellen. Das bedeutet, dass als Zöliakiebetreffender nicht auf Brot, Nudeln, Mehl, Kuchen, Kekse, Pizzateig etc. nicht verzichtet werden muss. Die Auswahl an glutenfreien Produkten ist im Reformhaus besonders groß, doch auch immer mehr Supermärkte führen glutenfreie Lebensmittel. (siehe Bilder in Anlage 6)

2.6 Vermarktung glutenfreier Produkte in Deutschland

Im Folgenden wird die Vermarktung glutenfreier Produkte anhand des Marketing-Mix dargestellt. Dieser beschreibt die Kombination mehrerer Marketinginstrumente, mit dem Ziel, ein Produkt optimal zu vermarkten. Der klassische Marketing-Mix konzentriert sich auf die Analyse bzw. den effektivsten Einsatz der sogenannten 4 P's: Product, Price, Place, Promotion. Die Schwierigkeit eines Marketing-Mix ist in erster Linie die optimale Kombination der Instrumente zu erarbeiten, da zum einen die Auswahl an Instrumenten sehr groß ist und diese sich zusätzlich gegenseitig beeinflussen (Strecker et al., 2010, S. 296-300). Nachfolgend wird anhand der Kategorien der 4 P's eine Analyse des Marketings glutenfreier Produkte in Deutschland durchgeführt. Für die Auswertung werden Lebensmittelhersteller betrachtet, die Produkte als glutenfreie Alternative anbieten.

Product

Das Produktsortiment glutenfreier Speziallebensmittel ist in Deutschland mittlerweile weit entwickelt. Allein in dem nach eigenen Angaben größten glutenfreien Onlineshop Querfood.de können über 2.000 glutenfreie Produkte von über 120 Herstellern erworben werden. Hier befinden sich die Lebensmittel in diverse Kategorien unterteilt, wie z.B. frische Backwaren, Brot, Brötchen, Kuchen, Waffeln, Kekse, Snacks, Mehle, Back- und Kochzutaten, Gewürze, Wurst, Brotaufstriche, Bier etc.. Die Auswahl in den Internetshops ist dabei größer als die Auswahl im Supermarkt. Eine Untersuchung der Einkaufsmöglichkeiten im Raum Hamburg hat ergeben, dass glutenfreie Lebensmittel bei Edeka, Rewe (nur die Eigenmarke), Kaufland, toom, Real, in Reformhäusern und in den Drogerien Budnikowski und Rossmann erworben werden können. Das Sortiment ist hierbei nahezu in jedem Markt identisch. Nur das Sortiment der Rewe Märkte bildet eine Ausnahme, da diese ihre Eigenmarke „frei von“ vertreiben. Vor allem die Marke Schär von Dr. Schär war in vielen Märkten, wie Edeka, toom, etc., zu finden. Dazu kommen Marken wie Poensgen, Bauckhof, Seitz, 3Pauly, Glutano, Hammermühle, Demeter und Wertz, die nicht in jedem Laden vertrieben werden. Im Zuge der Untersuchung der Einkaufsmöglichkeiten wurde auch die Aufmachung der Produkte bemerkt. Es fällt auf,

dass außer der Marke „frei von“ alle Produkte das Zeichen der DZG, die durchgestrichene Ähre, auf ihrer Verpackung nachweisen. Außerdem haben die Hersteller individuelle Designs, jedoch innerhalb ihres Produktsortiments nahezu identische Aufmachungen. Ein Beispiel in diesem Zusammenhang ist die Marke Schär. Alle gelb-roten Produkte sind von der Marke Schär.



Abbildung 3: Foto eines Teils des glutenfrei Regals im Reformhaus Engelhardt im Wandsbek Quarree

Produkte mit glutenfreiem Hafer sind im Einzelhandel in Hamburg lediglich im Reformhaus und bei Rewe zu erwerben. Rewe verwendet Haferflocken in den „frei von“-Müslis, während im Reformhaus Haferflocken und eine Hafercookie-Backmischung vom Baukhof vertrieben werden. In den Onlineshops kann eine größere Auswahl an glutenfreien Haferprodukten gefunden werden. Diese sind meist schwedischer und finnischer Herkunft.

Price

Der Preis der glutenfreien Alternative ist im Durchschnitt um 30-50% teurer als der des „normalen“ Lebensmittels (DZG(c), o.J. o.S.). Beispielsweise kostet glutenfreier Hafer von Bauck im Reformhaus Engelhardt im Wandsbeker Quarree in Hamburg, 2,79€ für eine 475g-Packung. Glutenhaltig gibt es Haferflocken derselben Marke in demselben

Reformhaus für 1,89€ für eine 425g-Packung „Hafeflocken Zartblatt“ oder für 1,19€ als „Vollkorn Haferflocken“ von granoVita. (siehe Bilder in Anlage 6) Das bedeutet eine Preisdifferenz von 47 - 134%.

Place

Bevor glutenfreie Lebensmittel in Supermärkten vertrieben wurden, konnte ich diese meiner Wahrnehmung nach ausschließlich in Reformhäusern erwerben. Da glutenfreie Lebensmittel heutzutage sogar in vielen namenhaften Supermärkten vertreten sind, kann die Verfügbarkeit glutenfreier Produkte vermutlich als relativ gut eingeschätzt werden. Wie bereits erwähnt, bieten auch Bioläden und einige Drogerieläden wie Budnikowski und Rossmann glutenfreie Lebensmittel in ihrem Sortiment an. (siehe Bilder in Anlage 6) Auch über diverse Internetseiten kann man glutenfreie Lebensmittel bestellen. Bei Eingabe „glutenfrei Onlineshop“ in das Suchfeld bei Google werden schon auf der ersten Seite sechs Onlineshops angezeigt, in denen glutenfreie Produkte erworben werden können. Dabei ist Querfood.de nach eigenen Angaben der größte dieser Art in Deutschland.

Promotion

Bei der Untersuchung der Verfügbarkeit fiel auf, dass die Werbung der Hersteller glutenfreier Lebensmittel hauptsächlich in der Zeitschrift der DZG, in den Schaufenstern von Reformhäusern oder auf dem Welt-Zöliakie-Tag stattfindet. Zusätzlich ist mir kein Werbespot von einem der genannten Hersteller bezüglich glutenfreier Produkte bekannt.

3. Theoretischer Hintergrund des Hafers

Das Kapitel Theoretischer Hintergrund des Hafers dient dazu eine Grundlage für das Verständnis von Anbau, Ernte und Verarbeitungsmöglichkeiten von Hafer herzustellen. Auf diese Weise kann die Problematik um glutenfreien Hafer verstanden werden.

3.1 Definition von Hafer

Hafer oder *Avena sativa* ist eine Getreideart und zählt zu der Familie der Gräser. Er stammt von der gleichen Familie, sowie Unterfamilie ab wie Weizen, Roggen und Gerste, hat jedoch einen anderen Stamm als diese. (siehe Abbildung 4)

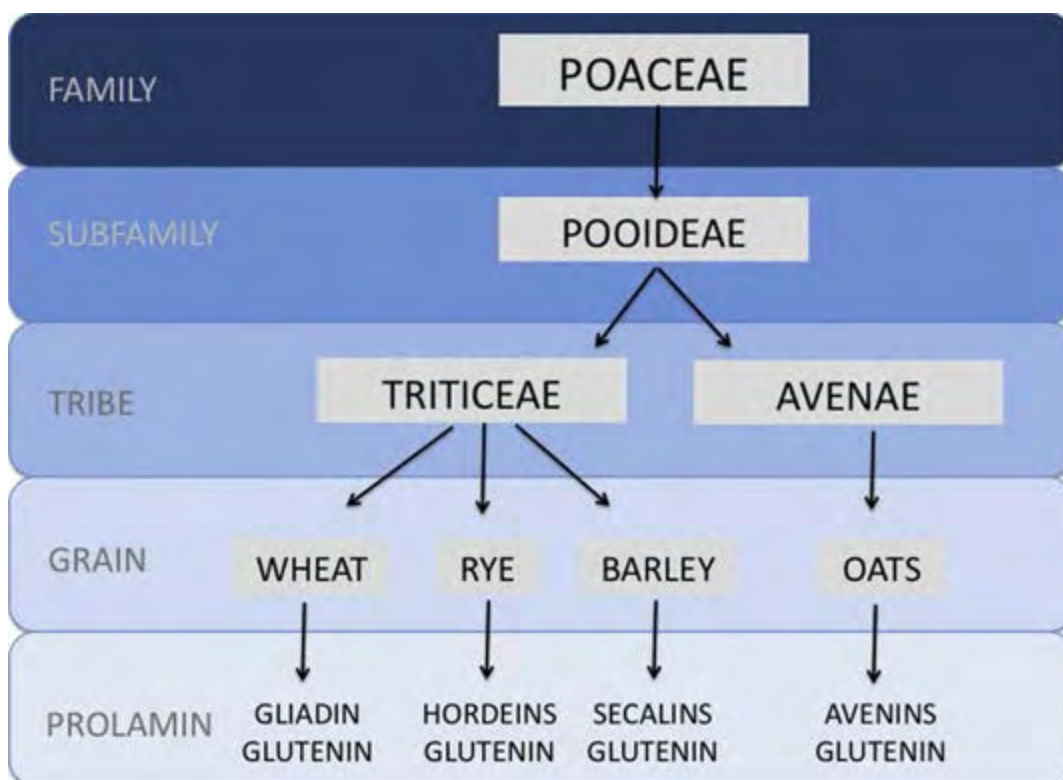


Abbildung 4: Darstellung der Unterschiede in der Abstammung von Weizen, Roggen, Gerste und Hafer
Quelle: Kupfer, S., Jabri, B., 2012, S. 646

Er unterscheidet sich durch seinen Aufbau von anderen Getreidearten, wie Weizen oder Roggen, da er in Form einer Rispe wächst und nicht als Ähre. Die Pflanze ist hohl und kann bis zu 1,50m hoch wachsen (Matull, Wohlert, o.J., S.18). Jede Haferpflanze hat an der Spitze seiner Rispen zwei bis drei Ährchen (siehe Abbildung 4 links), die die Frucht, die später das Korn ist, tragen (Lieberei et al., 2007, S.76). Sogenannte Spelzen umgeben diese Früchte (siehe Abbildung 3 rechts; Karyopse = die Frucht/das Korn), wobei je nach

Sorte der Spelzanteil zwischen 20% und 45% variiert. Hafer wird auf Grund der Farbe der Spelzen in Weiß-, Gelb-, Schwarz- und Braunhafer unterteilt. Es gibt jedoch auch Hafer ohne Spelzen, dieser wird Nackthafer genannt (Seibel, 2005, S. 50).

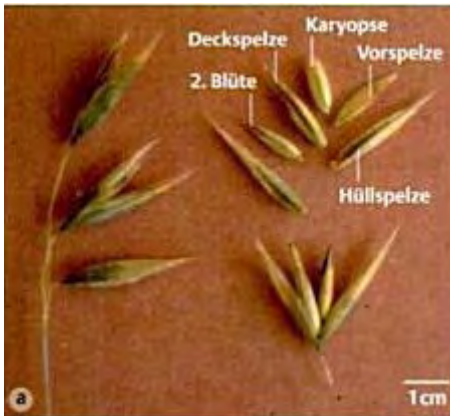


Abbildung 5: Aufbau der Haferpflanze
Quelle: Lieberei et al., 2007, S. 76

Da Hafer zunächst zwischen anderen Getreidearten auf den Feldern wuchs und lediglich zur Beimengung genutzt, jedoch nie einzeln zubereitet wurde, ist Hafer eine sekundäre Kulturpflanze (Matull, Wohler, o.J., S.18).

Durch die schlechten Backeigenschaften von Hafer, auf Grund des geringen Gehalts an Klebereiweiß, wird es nicht häufig zum Backen von Brot, sondern lediglich für Haferflocken, Haferkleie und zur Herstellung von Hafermehl verwendet. Durch die ernährungsphysiologischen Eigenschaften, wie ein hoher Fett-, Protein-, Calcium-, Eisen- und Vitamin B₁-Gehalt, gilt Hafer als gesundes Lebensmittel, dass auch auf Grund des hohen β -Glucangehalts das Risiko von Herz-Kreislaufkrankungen und Bluthochdruck vermindern kann (Seibel, 2007, S.50-51). Da Hafer entspelzt und nicht geschält wird, bleiben alle Vitamine und ernährungsphysiologisch hochwertigen Stoffe vorhanden. Dies ist ein Vorteil anderen Getreidearten gegenüber und macht Hafer zum hochwertigsten Getreide, das in Mitteleuropa angebaut wird (Matull, Wohler, o.J., S.20).

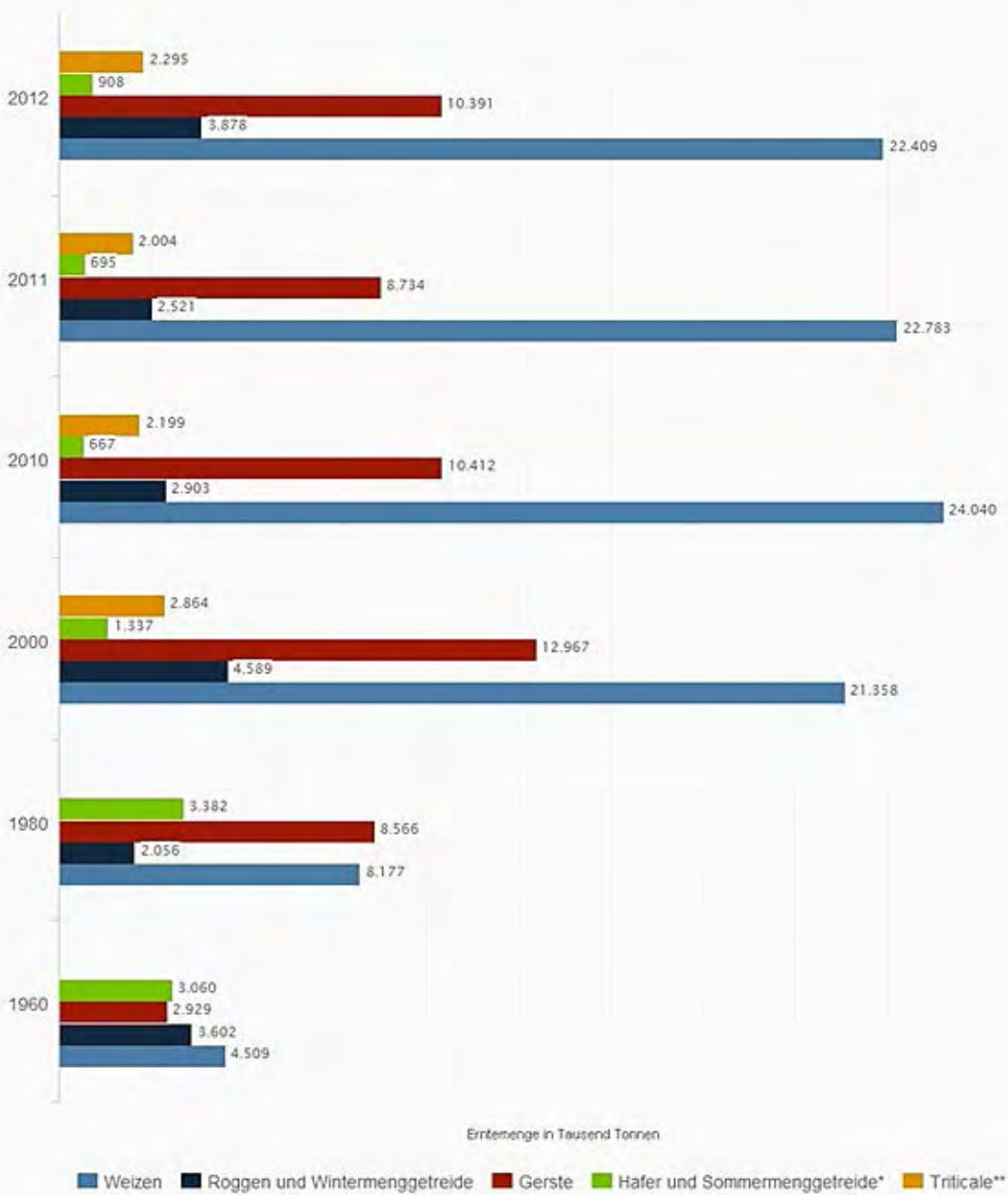
3.2 Anbau von Hafer

Hafer wird auf der ganzen Welt, jedoch hauptsächlich in Europa und Amerika angebaut. Die deutschen Ernteerträge werden zum größten Teil, ca. 70%, als Futtermittel verwendet, besonders als Pferdefutter (Seibel, 2007, S.50-51). Der Anbau von Hafer ist tendenziell stark zurückgegangen. Während Hafer 1939 weltweit noch an dritter Stelle des bedeutendsten Getreides stand, nach Weizen und Mais, ist er heute an siebter Stelle

(Matull, Wohler, o.J. S.19; Seibel, 2007, S.51). Hafer ist sogar lange Zeit, bis zur Hälfte des 20.Jahrhunderts, nach Roggen die zweitwichtigste Getreideart in Deutschland gewesen. Mittlerweile gibt es 29 verschiedene Sommerhafersorten, die in Deutschland vom Bundessortenamt zugelassen sind, sowie zwei Nackthafer- und eine Winterhafersorte (Bundessortenamt, 2012, S.57-58). Die Hafersorten, die am meisten in Deutschland angebaut werden, sind „Dominik“ mit 15,2 %, „Aragon“ mit 14,5 %, „Max“ mit 14,3 % sowie „Scorpion“ mit 14,2 % (BMELV, 2012, S.29).

Die folgende Abbildung macht die Erntemenge von Hafer im Vergleich zu anderen Getreidearten deutlich.

Erntemenge ausgewählter Getreidearten in Deutschland in den Jahren 1960 bis 2012 (in 1.000 Tonnen)



1 Deutschland

Abbildung 6: Erntemenge ausgewählter Getreidearten in Deutschland in den Jahren 1960 bis 2012 (in 1.000 Tonnen) Quelle: Statistisches Bundesamt, 2013a, o. S.

Das Statistische Bundesamt gibt an, dass 1960 noch 3.060.000 Tonnen Hafer in Deutschland geerntet wurden, wobei erwähnt werden muss, dass vor 1987 auch Triticale² mit zum Ernteertrag gezählt wurden. Ebenfalls zu erwähnen ist, dass die Zeitabstände zwischen den einzelnen Datenerhebungen zu Anfang (von 1960 bis 2000) sehr groß waren und somit schwerer zu vergleichen sind mit den Schwankungen, die sich von 2000 bis 2012 ergeben haben. 2010 hatte der Haferanbau seinen Tiefpunkt mit 667.000 Tonnen, wonach die Ertragszahlen wieder einen leichten Anstieg verzeichneten auf geschätzte 908.000 Tonnen im Jahre 2012 (Statistisches Bundesamt, 2013a, o.S.). Die Anbaufläche von Hafer ist ebenfalls innerhalb der letzten sechs Jahre zurückgegangen. 2006 wurden noch 184.000 Hektar Land mit Hafer angebaut, während es 2012 lediglich noch geschätzte 146.000 Hektar waren (Statistisches Bundesamt, 2013b,o.S.).

In Deutschland wird Hafer vor allem in Küstenregionen, dem Mittelgebirge und Alpenvorland angebaut. Die folgende Abbildung 5 zeigt den Vergleich des Haferanbaus zwischen den Bundesländern im Zeitraum 2006-2009. Aus der Abbildung wird deutlich, dass nach dem Rückgang der Anbaufläche von Sommerhafer in allen Bundesländern bis 2010 besonders in den Küstenregionen ein starkes Wachstum der Anbauflächen zu verzeichnen ist. Die Tendenz der Anbaufläche in Deutschland ist in der Gesamtzahl ebenfalls steigend, seitdem der Tiefpunkt von 141.400 ha im Jahr 2010 erreicht war.

Hafer kann sowohl zum Winter als auch zum Sommer angebaut werden, wobei der Anbau von Sommerhafer verbreiteter ist, und Hafer in Deutschland fast ausschließlich auf diese Weise angebaut wird (Seibel, 2005, S.50; Matull, Wohlert, o.J. S.19). Die Haferpflanze beschränkt ihre Ansprüche an den Anbau lediglich auf eine ausreichende Wasserversorgung und ein feuchtes Klima. Sie kann auf nahezu jedem Boden wachsen. Als Selbstbestäuber pflanzt sich das Getreide unabhängig von anderen Faktoren fort (Lieberei et al., 2007, S.76).

² Ein Getreide, dass als eine Kreuzung aus Weizen und Roggen gezüchtet wird (Bayerische Landesanstalt für Landwirtschaft, o.J., o.S.)

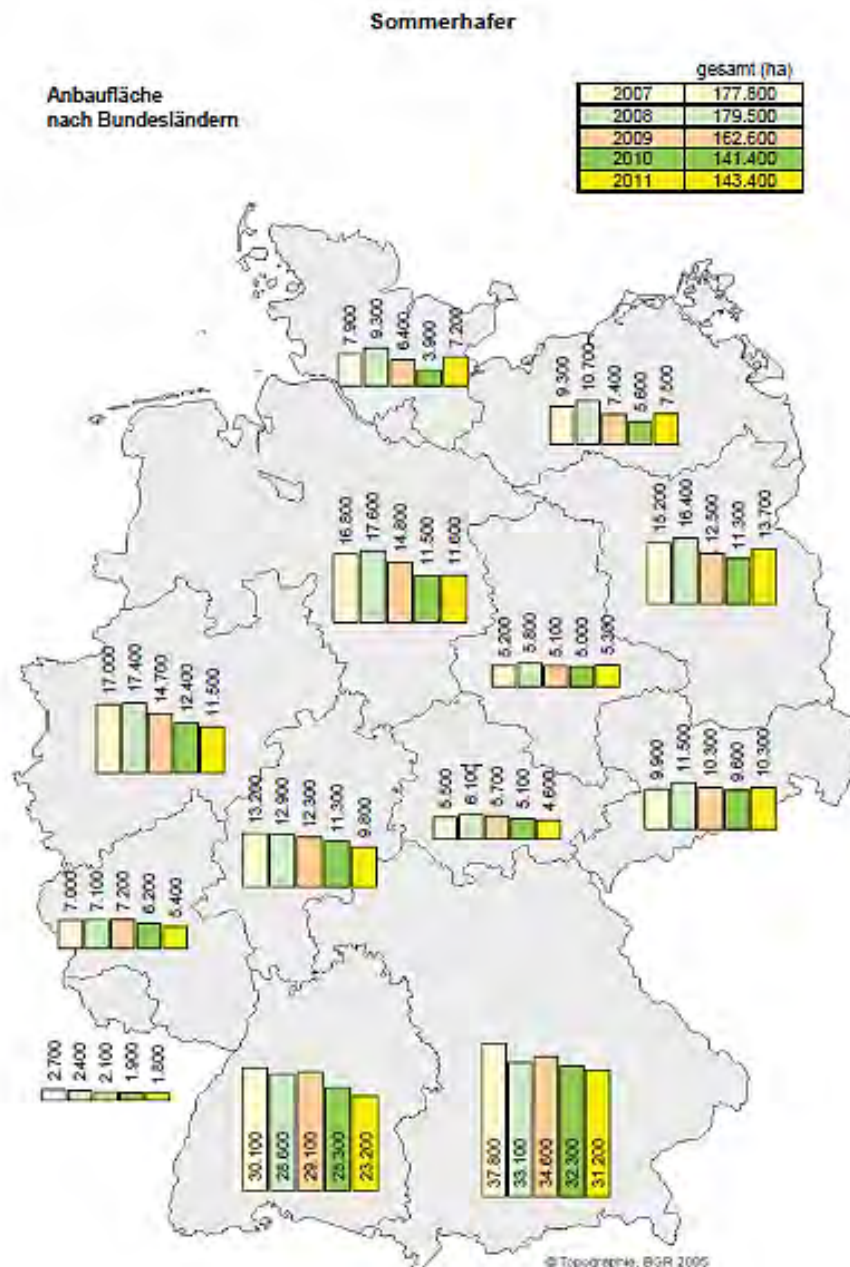


Abbildung 7: Der Haferanbau in den Bundesländern von 2007-2011
 Quelle: Bundessortenamt, 2012, S.63

Die Bedeutung von Hafer in der Fruchtfolge

In der Landwirtschaft werden Fruchtfolgen gepflanzt, da sich diese positiv auf die Bodenbeschaffenheit und die Bekämpfung von Krankheitserregern auswirken (Schneider, 2008, S.2). Das bedeutet, dass abhängig von der Vegetationsperiode und der Jahreszeit unterschiedliche Getreidearten gepflanzt werden, damit keine Monokultur entsteht. Eine Monokultur bezeichnet in diesem Zusammenhang die Konzentration auf den Anbau

lediglich einer Getreideart (Klein, o.J., o.S.). Die Folgen einer Monokultur wären die Nährstoffverarmung des Bodens und auch ein höheres Risiko für einen Krankheitsbefall der angebauten Art. Doch durch die zunehmende Verbesserung der landwirtschaftlichen Betriebe bezüglich Pflanzenschutz, Düngung und Bodenbearbeitung, sinken auch die Nachteile einer Monokultur, so dass der Anbau in Fruchtfolgen längst nicht mehr denselben Stellenwert hat wie vor fünfzig Jahren (Schneider, 2008, S.2, 14).

Dabei eignet sich das Anbauen in Fruchtfolgen in vielerlei Hinsicht. Durch die geeigneten Vorfrüchte, wie Blattfrüchte, wird die Humusbildung gefördert, sowie die Grundnährstoffe im Boden und das tiefliegende Grundwasser mobilisiert. Dies sorgt für bessere Voraussetzungen der Nachfrüchte. Auch die Infektionszyklen von Krankheitserregern werden durchbrochen, so sind die Pflanzen vor einem erneuten Befall geschützt. (Schneider, 2008, S.14)

Hafer wird gerne eingesetzt in Fruchtfolgen, da er sich kaum von der Vorfrucht beeinflussen lässt (Landwirtschaftskammer NRW, 2011, S.2-3). Er entzieht dem Boden zwar viel Wasser, was das anfängliche Wachstum der Nachfrucht negativ beeinflussen kann, doch sorgt er auch für einen garen Boden. Ein garer Boden ist „krümelig, humos, gut durchlüftet, ausreichend feucht und leicht durchwurzelbar“ (vgl. Bundesverband Boden e.V., o.J.) und stellt damit einen Idealzustand für die Nachfrüchte dar.

Rechtliche Bestimmungen für den Anbau

Geregelt wird der Getreideanbau heutzutage über die Düngemittelverordnung, die Verordnung zur Begrenzung von Kontaminanten in Lebensmitteln (KmV), das Pflanzenschutzgesetz, das Bundesbodenschutzgesetz und die EU-Agrarreform (Schneider, 2008, S.5).

Die Verordnung Nr. 2003/2003 über Düngemittel der Europäischen Union und die Verordnung über das Inverkehrbringen von Düngemitteln, Bodenhilfsstoffen, Kultursubstraten und Pflanzenhilfsmitteln (DüMV), stellen Anforderungen an die eingesetzten Stoffe und setzen Grenzwerte (Europäisches Parlament und der Rat der europäischen Union, 2003; Bundesministerium der Justiz, 2012a).

Für Mykotoxine sind Höchstmengen festgesetzt, die die Sicherheit des Verbrauchers gewährleisten sollen. Diese stehen in der EU Verordnung (EG) Nr. 1881/2006 der Kommission vom 19. Dezember 2006 zur Festsetzung der Höchstgehalte für bestimmte

Kontaminanten in Lebensmitteln, welche durch die Verordnung zur Begrenzung von Kontaminanten in Lebensmitteln für Deutschland spezialisiert wird (EU Kommission, 2006; BMU, 2010).

Das Gesetz zum Schutz der Kulturpflanzen (Pflanzenschutzgesetz - PflSchG) von Deutschland wurde für die Umsetzung der Verordnung (EG) Nr. 1107/2009 des Europäischen Parlaments und des Rates verabschiedet. Ziel ist es, Pflanzen und Pflanzenerzeugnisse vor Schadorganismen zu schützen, sowie Gefahren, die durch den Einsatz von Pflanzenschutzmitteln für die Gesundheit von Mensch, Tier und Umwelt entstehen können, zu verhindern oder ihnen vorzubeugen. Im Hinblick auf die Grenzwerte spielt auch das Chemikaliengesetz eine Rolle und sollte bei der Zulassung durch die entsprechende Behörde hinzugezogen werden (Bundesministerium der Justiz, 2012b; Europäisches Parlament und der Rat der europäischen Union, 2009).

Das Bundesbodenschutzgesetz hat die Aufgabe, die Nachhaltigkeit des Bodens zu sichern bzw. wiederherzustellen und nachteilige Beeinflussungen wie Gewässerverunreinigungen durch Altlasten zu verhindern (Bundesministerium der Justiz, 1998).

Mit der *Gemeinsamen Agrarpolitik* (GAP) der Europäischen Union veränderte sich auch die finanzielle Förderung der Landwirte. Während noch vor 50 Jahren die Agrarpreise von der Regierung gestützt wurden, ist die Preisbildung heute abhängig von Angebot und Nachfrage am Markt (Bundesregierung, o.J., o.S.). Mit der GAP wurde ein Prämiensystem eingeführt, das den landwirtschaftlichen Unternehmer finanzielle Unterstützung ermöglicht. Die Agrarpolitik der EU umfasst zwei Säulen. Die erste Säule besteht aus sogenannten Direktzahlungen, die der Unterstützung der Landwirte dient und sich auf die Produktion von Lebensmitteln und den Besitz, sowie die Instandhaltung der landwirtschaftlichen Fläche bezieht. Die zweite Säule sind Prämienzahlungen, die sich auf Auflagen beziehen, die den Tier- und Produktschutz, sowie die Lebensmittelsicherheit fördern und garantieren sollen (BMELV, 2006, S.73+76). Diese Maßnahme dient dem Abbau von Subventionsgeldern der EU; diese betragen bis vor 20 Jahren noch zwei Drittel und sind heutzutage schon auf weniger als die Hälfte gekürzt worden. Ein Vorteil ist, dass durch die Auflagen einheitliche Qualitätsstandards, sowie geschützten Herkunftsangaben und Ursprungsbezeichnungen sichergestellt werden können. So wird die Transparenz in der Lebensmittelkette verbessert und die Lebensmittelsicherheit erhöht (Bundesregierung,

o.J., o.S.). Die Bindung von Prämiegeldern an gewisse Auflagen wird Cross Compliance genannt und ist in der Verordnung (EG) Nr. 73/2009 des Europäischen Rates festgeschrieben.

Internationaler Vergleich des Haferanbaus

Im internationalen Vergleich der Haferproduktion steht Deutschland an achter Stelle weltweit, mit einer Produktionszahl von 627 000 Tonnen im Jahr 2011 und einem hieraus resultierenden Umsatz von 2.266.000\$. (siehe Abb. 6) Der Produktionswert von 627 000 Tonnen stimmt nicht mit dem Wert von 695 000 Tonnen für das Jahr 2011 aus Abbildung 4 überein, da in der internationalen Erhebung aus Abbildung 6 unter anderem der grün geerntete Hafer für Futter oder Arzneimittel ausgeschlossen wurde. Die Zahlen setzen sich nur aus dem trockenen ausgereiften geernteten Getreide zusammen (FAOSTAT, 2013). Auffällig ist, dass die Produktionsumsätze in Kanada doppelt so groß sind wie die Umsätze in Russland, wobei Russland fast doppelt so viel produziert hat.

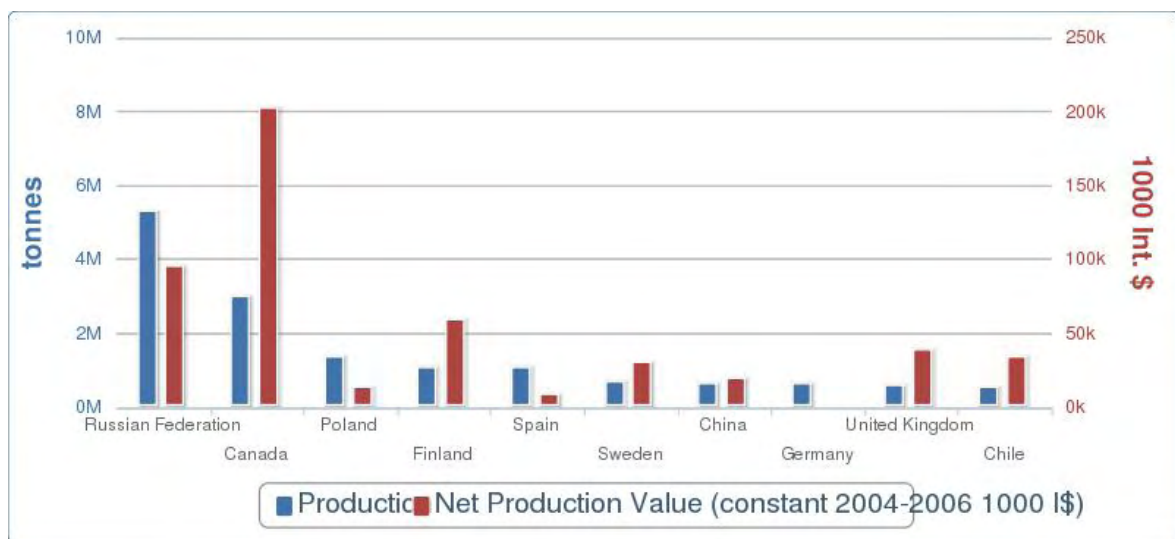


Abbildung 8: Ranking der Haferproduktion 2011

Quelle: http://faostat3.fao.org/home/index.html#VISUALIZE_TOP_20

Area	Production (tonnes)	Flag	Production (1000\$ Int)	Flag
Russian Federation	5332130		95041	*
Canada	2997100		202893	*
Poland	1381600		13888	*
Finland	1102300		59003	*
Spain	1078700		9560	*
Sweden	698100		30507	*
China	668000	F	19789	*
Germany	627400		2266	*
United Kingdom	613000		38947	*
Chile	563812		34112	*

Abbildung 9: Top 10 Haferproduzenten 2011

Quelle: http://faostat3.fao.org/home/index.html#VISUALIZE_TOP_20

Durch den stetigen Rückgang der Hafererträge in Deutschland und der bereits erwähnten hohen Verwendung dieser als Futtermittel ist Hafer zunehmend aus Finnland und anderen Ländern importiert worden. Deutschland importiert auf Grund der Großkörnigkeit, welche gut für die industrielle Weiterverarbeitung des Hafers ist, und dem niedrigen Spelzanteil bevorzugt den Hafer aus skandinavischen Ländern (Seibel, 2005, S.51). Der Import von Hafer in Deutschland hat, wie in Abbildung 8 zu erkennen ist, in den letzten Jahren bis 2010 stark zugenommen.

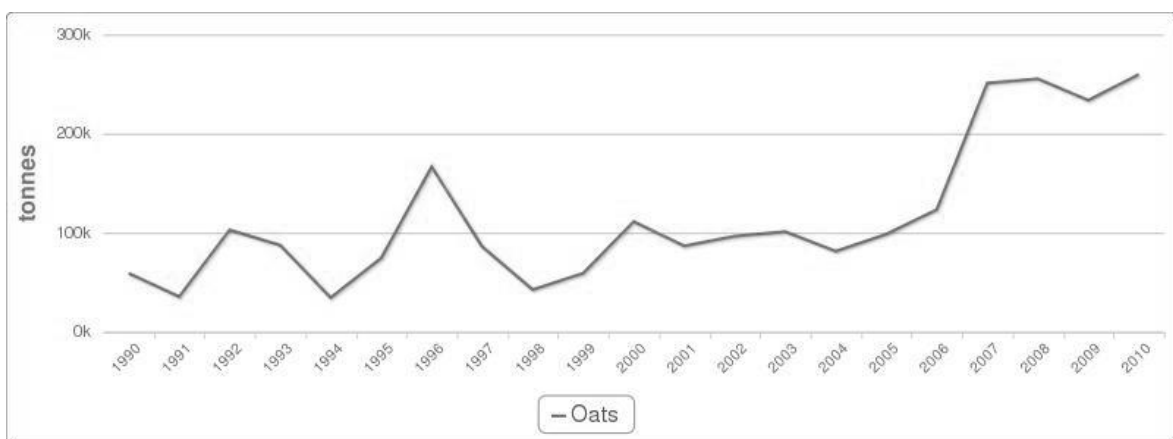


Abbildung 10: Import von Hafer in Deutschland 1990-2010

Quelle: <http://faostat3.fao.org/home/index.html#VISUALIZE>

Glutenfreier Hafer wird bereits in einigen Ländern als geeignet für Zöliakiebetreffene befunden. Die finnische Zöliakiegesellschaft beispielsweise erklärt Hafer für sicher und auch die Zöliakiegesellschaft des Vereinigten Königreichs, welche aber lediglich Hafer, der einen eigenen Anbau- und Produktionsweg hat ohne die Gefahr der Kontamination, als sicher für Zöliakiebetreffene befindet. Nord-Amerikas Zöliakiegesellschaften sprechen sich jedoch gegen Hafer in der glutefreien Ernährung aus (Thompson, 2003, S.378). In Deutschland spricht sich die DZG nicht gegen Hafer als glutenfreies Lebensmittel aus, aber gibt es auch nicht für jeden frei. Die Stellungnahme des wissenschaftlichen Beirats der DZG sagt aus, dass aus ärztlicher Sicht eine Haferzufuhr von 50g pro Tag in Ordnung ist, so lange sich der Zöliakiebetreffene regelmäßig untersuchen lässt. Dies sorgt dafür, dass mögliche gesundheitliche Risiken frühzeitig erkannt werden (DZG, 2011, o.S.).

3.3 Verarbeitungsmöglichkeiten von Hafer

Bei der Ernte muss auf den richtigen Zeitpunkt geachtet werden, da die Haferkörner unterschiedliche Reifestufen haben. Die erste Reife ist die Milchreife, in der die Körner noch grün und sehr weich (auf Grund des hohen Wassergehalts von 50%) sind. Anschließend folgt die Frühe Teigreife und nachdem das Korn weiter dehydriert ist die Teigreife. Nach der Ernte des Hafers unterscheidet sich die Weiterverarbeitung je nach Produktionsziel. Doch erst wenn der Wassergehalt des Korns auf 20% abgenommen hat, hat er die Vollreife und kann geerntet werden. Nimmt der Wassergehalt weiter ab, weil die Pflanzen nicht geerntet werden, so erlangt der Hafer ab einem Wassergehalt von 13% die Totreife. In der Totreife ist das Korn hart und verliert zunehmend den Verbund zur Ähre. Spätestens wenn die Totreife einsetzt, sollte der Hafer geerntet werden. Für die Größe des Korns gibt es ein Optimum von 2,2mm, sollte es zu Getreidenährmitteln verarbeitet werden. Krankheitsbefall oder schlechte Wetterbedingungen können die Stoffeinlagerung in das Korn verringern, was zu kleinen Körnern führt, die nicht verarbeitet werden können. (Seibel, 2005, S. 24,25,51)

Im Anschluss an die Ernte des Hafers werden die Körner vorgereinigt. Dies trägt zur längeren Haltbarkeit während der Lagerung, Trocknung und Vermarktung bei (Seibel, 2005, S.207). Das Mähdruschgetreide wird in speziellen Maschinen nach Form, Größe, magnetischen Eigenschaften, elektrischer Leitfähigkeit (Stahl, Nichteisenmetalle, etc. werden aussortiert), nach optischen Eigenschaften (z.B. mit einem Farbausleser) und nach

Gewicht gereinigt, so dass ein Großteil der Verunreinigungen vom tatsächlichen Haferkorn getrennt wird (Seibel, 2005, S.208-209).

Die Haferkörner können nun weiterverarbeitet werden. Mögliche Produkte, die aus Hafer entstehen können, sind Haferflocken und Hafermehl. Da die Backeigenschaft von Hafermehl, welches durch Rösten und Mahlen des Korns entsteht, durch lediglich geringe Anteile an Klebereiweiß nicht optimal ist, wird dies selten zur Brotherstellung verwendet, sondern eher zum Verdicken von Suppen. Hafermehl kann auch als Haferflakes vertrieben werden, dafür wird das Mehl eingepresst. In zerkleinerter Form werden die Haferkörner zur Herstellung von Hafergrütze genutzt. Hafer wird besonders häufig in Form von Haferflocken vertrieben. Diese entstehen durch Entspelzen, Schälen, Darren und anschließendem Walzen des Korns. Haferflocken werden gekocht oder roh, z.B. als Bestandteil im Müsli, konsumiert. (Lieberei, 2007, S. 77)

3.4 Hafer in der glutenfreien Ernährung

Ob Hafer als Lebensmittel für Zöliakiebetreffende zulässig ist, ist –wie bereits mehrfach geschildert- seit den fünfziger Jahren umstritten (Janatuinen, 1995, S. 1033). Seit 1995 wurden laut T. Thompson (2003, S. 376) sechs Studien mit Zöliakiepatienten zur Verträglichkeit von Hafer durchgeführt, die ausnahmslos ergaben, dass Hafer in der glutenfreien Ernährung keine nachteilige Wirkung auf die Darmschleimhaut der Probanden hat. Die umfangreichste dieser sechs Studien ist die Fünf-Jahres-Untersuchung von Janatuinen et al. (2002). Hierbei wurden Probanden, die schon viele Jahre Zöliakie haben, und Probanden, bei denen Zöliakie neu diagnostiziert wurde, randomisiert in zwei Gruppen aufgeteilt: Eine Kontrollgruppe, die sich weiter glutenfrei ernähren sollte, unter Ausschluss von Hafer, sowie eine Interventionsgruppe, deren Mitglieder täglich 50-70g Hafer zu sich nehmen sollten. Die länger diagnostizierten Personen sollten sich für sechs Monate an die Diät mit oder ohne Hafer halten, während für die Diät der Neudiagnostizierten zwölf Monate angesetzt wurden. Nach sechs Monaten gab es keinerlei Hinweise auf eine negative Wirkung des Hafers auf die Darmschleimhaut der länger Diagnostizierten. Bei den Probanden mit kürzlich diagnostizierter Zöliakie wurde nach den zwölf Monaten zudem kein verlangsamter Heilungsprozess der Darmschleimhaut der Interventionsgruppe im Vergleich zur Kontrollgruppe festgestellt (Janatuinen, 1995, S.1033-1035). Nach fünf Jahren wurden die Probanden, die bereit waren sich weiterhin so, wie in den Monaten der Studie, zu ernähren, erneut untersucht. Die Untersuchung ergab, dass die Personen, die

immer noch täglich Hafer zu sich nahmen, Werte ohne signifikante Unterschiede zu den Probanden der Kontrollgruppe aufwiesen (Janatuinen, 2002, S.333-334). Für die Durchführung der Studie wurden kommerzielle Haferprodukte eingesetzt (Thompson, 2003, S.378).

Nach Veröffentlichung dieser Studie änderten einige Zöliakie-Organisationen ihre Empfehlungen für die Einbindung von Hafer in den glutenfreien Alltag. Doch andere vertreten weiterhin die Meinung, dass Hafer nicht passend für eine glutenfreie Ernährung sei. Dabei beriefen sie sich auf die Kontaminationsgefahr, die beim Anbau und der Verarbeitung von Hafer besteht. So kann schon die Nutzung z.B. desselben Mähdreschers für die Ernte aller angebauten Getreide Kontaminationsgefahren mit sich bringen (Thompson, 2003, S.376-378). Das Kontaminationsrisiko gilt ebenso für die gesamte Produktionskette, denn auch hier kann Hafer kontaminiert werden, wenn Weizen, Roggen oder Gerste den gleichen oder teilweise den gleichen Produktionsweg haben (Thompson, 2003, S. 378).

Prof. Méndez von der CSIS (Consejo Superior de Investigaciones Científicas) in Madrid, welches die größte öffentliche Forschungseinrichtung Spaniens ist, untersuchten zusammen mit drei Studenten 108 unterschiedliche Haferprodukte aus verschiedenen Ländern auf ihre Kontamination mit anderen Getreidearten. Lediglich 26% der Proben wiesen einen Glutengehalt von <20ppm auf. Um den Glutengehalt nachzuweisen, wurde ursprünglich der sogenannten ELISA-Test (Enzyme-linked Immunosorbent Assay) verwendet. ELISA ist ein Nachweisverfahren für die Prolamine von Weizen und Roggen, welches jedoch kaum auf Gerste anspricht. Das Verfahren funktioniert durch immunologische Reaktionen, das bedeutet, dass Antikörper benutzt werden, die mit den Prolaminen von Weizen, Roggen und eingeschränkt auch Gerste verklumpen, nicht aber mit dem Avenin des Hafers. Heutzutage gibt es das R5 ELISA, welches ein zusätzlicher Antikörper ist, der auch auf das Prolamin von Gerste anspricht (Méndez et al., 2006, S.665). Dass Hafer nicht mit den Antikörpern von ELISA reagiert, macht deutlich, dass sich das Prolamin des Hafers von den anderen drei Prolaminen der Weizen, Roggen und Gerste im Aufbau unterscheidet. Dies könnte bedeuten, dass reiner Hafer kein schädigendes Potenzial für Zöliakiebetreffene enthält. Kupfer und Jabri (2012) erklären den Unterschied im Aufbau der Getreidearten so, dass Weizen, Roggen, Gerste und Hafer die gleiche Familie, sowie Unterfamilie haben, sich aber in ihrem Stamm unterscheiden. Der Stamm der Triticeae ist schädlich für Zöliakiebetreffene, während der Stamm der

Avenae mit reinem Hafer den meisten Zöliakiebetroffenen keine Beschwerden macht (Kupfer, S., Jabri, B., 2012, S.646). Zusätzlich hat Hafer einen Prolaminanteil der fünfmal kleiner ist als der von Weizen, Roggen und Gerste, was für eine geringere Unverträglichkeit sprechen würde (Mäki et al., 1997, S. 1756).

In Deutschland ist glutenfreier Hafer in unterschiedlicher Form zu erwerben. Dabei beinhalten folgende Produkte glutenfreien Hafer (Tabelle 1):

Produkt	Hersteller
Haferflocken	Bauckhof
Backmischung für Haferkekse	Bauckhof
Haferflocken	Semper
Haferknäckebrötchen	Semper
Haferkekse	Semper
Haferflocken	Provena
Haferbrei mit Aprikosen	Provena
Haferbrei mit Himbeeren	Provena
Hafermüsli	Provena
Mehlmix mit Hafer	Provena
Vollkornhafermehl	Provena
Chocolate Muffin Mix	Provena
Haferbrotmehlmischung	Provena
Haferbrotbackmischung	finax
Crunch, Müsli mit Hafer	finax
Schwedische Apfel-Zimt-Kekse	Crazy Bakers
Schwedische Himbeer-Lakritz-Kekse	Crazy Bakers
Schoko-&Früchtemüsli	Rewe
Apfel-Aprikose-Müsliriegel	Schneekoppe

Tabelle 1: Produkte mit glutenfreiem Hafer in Deutschland

Quelle: Ausgiebige Internetrecherche, sowie Untersuchung von Märkten

Diese Produkte können alle über www.querfood.de bezogen werden. Auch andere Onlineshops verkaufen einige dieser Produkte. Zudem verkaufen Reformhäuser die Marke

Bauckhof. Auch die Einzelhandelskette Rewe hat zwei Produkte der Eigenmarke „frei von“ in ihrem Sortiment, die glutenfreie Haferflocken beinhalten: das Früchte- und das Schokomüsli. Zudem kann man bei Kaufland Produkte von Schneekoppe erwerben. (Vgl. eigene Beobachtung)

In Deutschland stellt lediglich das Unternehmen Bauckhof glutenfreie Haferprodukte her, die kontaminationsfrei in einer eigenen Produktionskette angebaut werden.

(Bauckhofbroschüre) Die übrigen Marken, die glutenfreien Hafer herstellen, Finax und Semper, werden aus Schweden, und die Marke Provena aus Finnland importiert. Aber wie groß ist überhaupt die Nachfrage nach Produkten mit glutenfreiem Hafer? Um diese Frage zu klären wurde eine eigens für diese Bachelorarbeit angefertigte Umfrage entwickelt und durchgeführt. Der folgende Teil der Arbeit stellt den Aufbau, die Durchführung, sowie die Ergebnisse der Studie dar.

4. Methode zur Erhebung der Akzeptanz von glutenfreiem Hafer

Da es noch keine Literatur zur Akzeptanz von glutenfreiem Hafer gibt, sondern lediglich zur Verträglichkeit, wird im Zusammenhang mit dieser Arbeit eine empirische Studie durchgeführt. Dazu wird ein Studiendesign gewählt mit teilstandardisierter, weitgehend quantitativer Methode in Form eines Online-Fragebogens mit anschließender deskriptiver Datenanalyse. Folgende Leitfragen sind dabei von entscheidender, richtungsweisender Bedeutung.

- 1) Wie ist die Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer bei den Befragten? Wie groß ist das Vertrauen in glutenfreien Hafer? Inwieweit wird glutenfreier Hafer von Zöliakie betroffenen akzeptiert und in die Ernährung eingebunden?
- 2) Welches Potential hat glutenfreier Hafer am deutschen Markt? Wie ist die Nachfrage nach Produkten mit glutenfreiem Hafer?

Stichprobe

Um Aussagen über die Akzeptanz von glutenfreiem Hafer machen zu können, werden für die Umfrage Personen benötigt, die sich glutenfrei ernähren, vor allem mit einer diagnostizierten Zöliakie. Da es keinen Index über die Gesamtheit aller glutenintoleranten

Personen in Deutschland gibt, wird lediglich eine Teilerhebung mit einer Stichprobe durchgeführt. Die Stichprobe wird bewusst ausgewählt, in dem der Link des Online-Fragebogens auf die Homepage der DZG gestellt wird, sowie in die Gruppe „Zöliakie Austausch“ und die Seite der DZG im sozialen Netzwerk Facebook. Zu Beginn der Umfrage sind 1106 Mitglieder in der Gruppe „Zöliakie Austausch“ verzeichnet. (Stand: 28.05.2013, 09:10Uhr)

Um nicht nur Erwachsene zu befragen, sondern auch die Akzeptanz von beispielsweise Kindern zu erfahren, werden Personen, die für Angehörige einkaufen, wie z.B. Eltern, bewusst mit in dem Fragebogen abgefragt. Damit können auch Personen integriert werden, die über keinen Internetzugang verfügen.

Aufbau und Durchführung des Fragebogens

Der Fragebogen wird online erstellt auf der Seite von Q-Set.de. Dort ist dieser über den Link <http://www.q-set.de/q-set.php?sCode=TEUEFFEZDMEV> vom 28.05.2013 (9:00Uhr) bis zum 31.06.2013 (24:00Uhr) verfügbar.

Der Fragebogen ist teilstandardisiert und die Befragung weitgehend quantitativ, was bedeutet, dass der Fragebogen stark strukturiert ist, durch überwiegend geschlossene Fragen mit vorgegebenen Antworten. Es sind jedoch auch einige offene Fragen integriert (Diekmann, 2009, S.437f). Der Fragebogen gliedert sich in einleitende Fragen, den ersten Fragenblock zur Akzeptanz und Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer, den zweiten Fragenblock zu Marktanalyse und –chancen für glutenfreien Hafer und die abschließenden demografischen Fragen.

Vor der Einstellung des Fragebogenlinks auf den ausgewählten Seiten, wird ein Pretest am 26.05.2013 von 2 Personen durchgeführt. Der Fragebogen wird zur Probe ausgefüllt, um mögliche Schwächen, Fehler oder Unverständlichkeiten zu erkennen (Diekmann, 2009, S.486). Die beiden Teilnehmer des Pretests haben keine Zöliakie.

Zu Beginn des Fragebogens steht ein Begrüßungstext, welcher den Befragten einen Überblick über den Hintergrund und die Verfasserin der Studie geben soll:

„Herzlich Willkommen und vielen Dank, dass Sie sich bereit erklären an der Umfrage teilzunehmen. Ich heiße Stefania Meschkat und studiere Ökotrophologie an der HAW Hamburg im letzten Semester. Meine

Bachelorarbeit schreibe ich über Hafer als glutenfreies Lebensmittel, wozu ich einen kurzen Fragebogen vorbereitet habe, der die Verträglichkeit bei Zöliakiepatienten untersuchen soll. Mit der Umfrage wird es möglich sein, Einschätzungen über das Potenzial von glutenfreiem Hafer zu machen, um so den Markt glutenfreier Produkte eventuell zu vergrößern. Dieser Fragebogen ist selbstverständlich anonym. Ich bitte Sie nun möglichst ehrlich und wahrheitsgemäß zu antworten und wünsche Ihnen viel Spaß beim Ausfüllen!“

Die ersten beiden Fragen des Fragebogens fungieren als sogenannte Eisbrecherfragen, die für den ersten Kontakt mit dem Befragten dienen. Sie sollen allgemein gestellt sein, um den Befragten langsam in das Thema zu leiten (Diekmann, 2009, S.484):

1) Ernähren Sie bzw. die Person, für die Sie einkaufen, sich glutenfrei?

- a. *Ja, strikt glutenfrei.*
- b. *Nein, ich/die Person achte/achtet nicht auf Gluten.*
- c. *Ich binde glutenfreie Lebensmittel in meine Ernährung ein, lebe aber nicht strikt glutenfrei*

2) Welche Aussage trifft auf Sie zu?

- a. *Ich habe eine diagnostizierte Zöliakie.*
- b. *Einer oder mehrere meiner Angehörigen hat/haben Zöliakie, ich kaufe seine/deren glutenfreie Lebensmittel ein.*
- c. *Antwort 1 und Antwort 2 treffen auf mich zu.*
- d. *Ich habe keine diagnostizierte Zöliakie, doch kaufe für mich glutenfreie Lebensmittel.*
- e. *Keine der Aussagen trifft auf mich zu. → Fragebogen beendet*

Die beiden Fragen haben nominale Merkmale, was bedeutet, dass sie die Stichprobe klassifizieren (Diekmann, 2009, S.285). Lediglich eine Antwort trifft zu und sorgt so für Unterscheidungen innerhalb der Stichprobe.

Die folgenden beiden Fragen, Frage 3 und 4, dienen als Überleitung zum ersten Themenblock.

3) Haben Sie schon einmal ein Produkt/mehrere Produkte mit glutenfreiem Hafer gekauft?

- a. *Ja*
- b. *Nein* → Frage 5
- c. *Weiß ich nicht* → Frage 5

4) Welches Produkt und von welcher Marke? (auch Mehrfachnennungen möglich)

Dabei ist Frage 3 nominal gestellt und leitet bei Antwortmöglichkeiten b und c zu Frage 5 weiter, da die Fragestellung in Frage 4 bei diesen Antwortmöglichkeiten nicht sinnvoll wäre. Frage 4 ist eine offene Frage und soll Aufschluss darüber geben, welche glutenfreien Haferprodukte am häufigsten gekauft werden. So kann in der anschließenden Diskussion eine Vermutung darüber aufgestellt werden, welche Produkte die Befragten am meisten ansprechen.

Frage 5 bis 14 (siehe Anlage 1) stellt den ersten Themenblock dar. Dieser behandelt die Verträglichkeit der Befragten von glutenfreiem Hafer, sowie die Meinung zu diesem.

Frage 5 hat einen nominalen Charakter und ist eine Filterfrage. Sie zielt darauf ab die Befragten zu selektieren, die schon einmal glutenfreien Hafer gegessen haben, und so die Frage nach der Verträglichkeit einzuleiten.

5) Haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) schon einmal explizit als glutenfrei ausgezeichneten Hafer gegessen (pur oder in Produkten enthalten)?

- a. *Ja*
- b. *Nein* → Frage 8
- c. *Weiß ich nicht* → Frage 8

Dazu wird bei Beantwortung der Frage mit „Nein“ oder „Weiß ich nicht“ der Studienteilnehmer an Frage 8 weitergeleitet, da in diesen Fällen die Fragen 6 und 7 irrelevant sind. Die Antwortoption „Weiß ich nicht“ bei Frage 5 dient dazu, den Befragten, die unsicher sind, eine zufriedenstellende Antwortmöglichkeit zu geben. Wird Frage 5 mit „Ja“ beantwortet, so wird die Verträglichkeit von purem glutenfreiem Hafer (Frage 6) und die Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer, der in Produkten enthalten ist (Frage 7), abgefragt.

6) Wie haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) diesen vertragen? (hier geht es nur um die Verträglichkeit von PUREM Hafer)

- Sehr gut
- Gut
- Mittelmäßig
- Schlecht
- Sehr schlecht
- Trifft nicht zu

7) Wie haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) diesen vertragen? (hier geht es nur um die Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer in Produkten, wie z.B. Müsli)

- Sehr gut
- Gut
- Mittelmäßig
- Schlecht
- Sehr schlecht
- Trifft nicht zu

Beide Fragen sind ordinal skaliert. Die Antwortmöglichkeit „Trifft nicht zu“ dient in beiden Fällen den Befragten, die entweder nur puren glutenfreien Hafer, oder nur Hafer als Zutat in einem zusammengesetzten Produkt gegessen haben.

Die darauffolgenden Fragen 8 und 9 zielen darauf ab zu erfahren, wie viele Befragte „normalen“ Hafer verzehren und wie die Verträglichkeit bei denjenigen ist. Daher ist Frage 8 als eine Filterfrage konzipiert, mit nominaler Skalierung. So werden alle Personen, die diese Frage mit „Nein“ beantworten, an Frage 10 weitergeleitet werden.

8) Essen Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) „normalen“ Hafer (der nicht als glutenfrei ausgezeichnet ist)?

- a. *Ja*
- b. *Nein* → Frage 10

9) Wie ist Ihre Verträglichkeit (bzw. die Verträglichkeit der Person für die Sie einkaufen) gegenüber „normalem“ Hafer?

- Sehr gut**
- Gut**
- Mittelmäßig**
- Schlecht**
- Sehr schlecht**

Da Frage 9 eine ordinale Skalierung aufweist, kann nach Ende der Umfrage eine Rangfolge der Antworten gebildet werden. Dies gibt Aufschluss darüber, wie der Großteil der Befragten den „normalen“ Hafer verträgt.

10) Ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach für eine glutenfreie Diät geeignet?

- a. *Ja*
- b. *Nein* → Frage 12

Frage 10 ist eine Filterfrage, die im Anschluss eine Gabel aufweist. Als Gabel wird die Weiterleitung an unterschiedliche Fragen bezeichnet. Das heißt, es gibt keinen Sprung. Welche Person welche Frage beantworten muss, hängt von der Antwort auf die Filterfrage ab. In diesem Fall sorgt die Gabel dafür, dass Personen, die mit „Ja“ antworten zu Frage 11

geleitet werden, wohingegen die Personen, die mit „Nein“ antworten zu Frage 12 geleitet werden.

11) Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach für eine glutenfreie Diät geeignet?

12) Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach nicht für eine glutenfreie Diät geeignet?

Die beiden Fragen 11 und 12 sind offene Fragen. Geschlossene Fragen mit vorgegebenen Antwortkategorien haben meist eine Informations- oder Signalfunktion gegenüber dem Befragten, mit offenen Fragen kann man dies verhindern (Diekmann, 2009, S. 477). Auf Grund der hohen Importanz der Antworten für die Arbeit ist die Entscheidung an dieser Stelle daher für die Verwendung von offene Fragen gefallen.

Die nächste Frage zielt darauf ab, Aussagen über Misstrauen bzw. Vertrauen gegenüber Produkten zu machen, die zwar als glutenfrei gekennzeichnet sind, aber nicht das Zeichen der DZG tragen. Sie ist nominal skaliert.

13) Vertrauen Sie auch Produkten, die als glutenfrei ausgezeichnet sind, jedoch nicht die durchgestrichene Ähre der DZG (Deutschen Zöliakie Gesellschaft) tragen?

a. Ja

b. Nein

Um in Frage 15 zu erfahren, welche Produkte von Unternehmen ohne das Zeichen der DZG am häufigsten gekauft werden, wird zunächst Frage 14 als nominale Filterfrage

eingebaut. Dies geschieht in der Annahme, dass nicht alle Befragten schon einmal solche Produkte gekauft haben. Diejenigen, die mit Nein antworten, werden direkt zu Frage 16 geleitet.

14) Haben Sie solche Produkte schon einmal gekauft?

- a. *Ja*
- b. *Nein* → Frage 16

15) Von welcher Marke haben Sie ein solches Produkt gekauft?

Frage 15 ist als offene Frage konzipiert, da eine Antwortliste aller Unternehmen, die ihre Ware als glutenfrei kennzeichnen, den Rahmen sprengen würde. Noch dazu kommt, dass es keine Übersicht über all diese Unternehmen gibt. Die Frage hätte auch halboffen konzipiert werden können, doch durch die Informations- und Signalfunktion solcher Antwortvorgaben wäre die Wahrnehmung der Befragten vermutlich in eine bestimmte Richtung gelenkt worden.

Da nach zwei Dritteln eines Fragebogens normalerweise die Spannungskurve sinkt (Diekmann, 2009, S.484), werden im zweiten Fragenkomplex überwiegend geschlossene Fragen eingesetzt, um den Zeitaufwand für die Befragten zu verringern und die Beantwortbarkeit zu erleichtern (Diekmann, 2009, S.477).

16) Wünschen Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) sich mehr Produkte, die glutenfreien Hafer beinhalten?

- a. *Ja*
- b. *Nein* → Frage 18

Frage 16 ist nominal skaliert und ist als Filterfrage konzipiert. Die Personen, die mit „Nein“ antworten, wünschen sich nicht mehr glutenfreie Haferprodukte. Daher wäre die Fragestellung in Frage 17 für diese Personengruppe unpassend.

17) Nennen Sie zwei Produkte, die Sie sich mit glutenfreiem Hafer wünschen würden:

1) _____

2) _____

Frage 17 ist eine offene Frage. Diese Frage zielt darauf ab, eine mögliche Nachfrage an bestimmten Produkten zu erkennen, und würde somit Rückschlüsse auf Marktchancen zulassen. Erweiternd hierzu werden anschließend in Frage 18 einige Produkte abgefragt, bei denen eine gewisse Favorisierung erwartet wird. Dadurch können gegebenenfalls Aussagen über die Nachfrage dieser Produkte und deren Beliebtheit gemacht werden. Die Frage hat ein nominales Skalenniveau.

18) Welche der folgenden Produkte kaufen Sie regelmäßig bzw. würden Sie regelmäßig kaufen, wenn sie glutenfrei auf dem Markt wären? (Mehrfachnennungen sind möglich)

- Hafermehl
- Haferflocken
- Haferkekse
- Müsli mit Haferflocken
- Brot mit Hafer
- Keins der genannten

Die vorletzte Frage aus dem zweiten Fragenblock, Frage 19, ist ordinal skaliert und fragt die Zufriedenheit mit dem bisherigen Angebot ab. Hierdurch wird ein Überblick darüber gewonnen, wie zufrieden die Befragten mit dem Angebot an glutenfreien Lebensmitteln sind. Dadurch lassen sich im Vergleich mit Frage 16 Rückschlüsse auf die Nachfragesituation im Allgemeinen im Vergleich mit der nach glutenfreiem Hafer ziehen. Frage 19 ist ordinal skaliert.

19) Wie zufrieden sind Sie mit dem bisherigen Angebot an glutenfreien Lebensmitteln

- Sehr zufrieden
- Etwas zufrieden
- Mittelmäßig zufrieden
- Etwas unzufrieden
- Sehr unzufrieden

Die letzte Frage des zweiten Fragenblocks stellt Frage 20 dar. Diese ist nominal skaliert und dient dazu, Aussagen über das Konsumverhalten der Befragten zu erhalten.

20) Probieren Sie zeitnah neue Produkte aus, die auf den Markt gekommen sind? Oder warten Sie erst auf ein Feedback von anderen Verbrauchern?

- a. *Ja, ich probiere zeitnah aus.*
- b. *Nein, ich warte auf ein Feedback.*
- c. *Ich kaufe die Produkte die ich kenne und das reicht mir.*
- d. *Ich kaufe das, was mir gerade gefällt, egal ob es neu ist oder alt.*

Im Anschluss an Frage 20 folgt die abschließende Abfrage der demografischen Daten. Frage 21 fragt nach der Größe des Haushalts und ist ordinal skaliert.

21) Wie viele Personen leben in Ihrem Haushalt?

- Ich alleine
- Ich+1
- Ich+2
- Ich+3
- Ich+4
- Ich+5
- Ich+ über 6

Frage 22 fragt nach dem Alter der Befragten. Die Frage ist als offene Frage konzipiert, bei der jedoch nur zwei Zeichen als Antwort zugelassen sind, so dass keine Fehleingabe stattfinden kann. Die Frage ist metrisch skaliert.

22) Ihr Alter:

--

Die vorletzte Frage, aber bereits die letzte demografische Frage, ist nominal skaliert und zielt auf das Geschlecht der befragten Person ab.

23) Ihr Geschlecht:

- a. *Männlich*
- b. *Weiblich*

Die letzte Frage ist sozusagen eine Zusatzfrage mit der Intention, eine Einschätzung darüber machen zu können, ob die Befragten zwischen glutenfreiem Hafer und „normalem“ Hafer unterscheiden. Dies könnte auch Aussagen über die Akzeptanz des glutenfreien Hafers zulassen. Hierdurch wiederum könnte eine Voraussicht gegeben werden darüber, ob glutenfreier Hafer die gleichen bzw. weniger Chancen als „normaler“ Hafer im Einzelhandel hätte. Die Frage ist ordinal skaliert.

24) Wie sehr stimmen Sie der folgenden Aussage zu:

„Glutenfreier Hafer ist für eine gemeinsame Ernährung von Zöliakiepatienten und Nicht-Zöliakiepatienten optimal, weil er sich in keinem Attribut (Geschmack, Aussehen, Textur) vom normalen Hafer unterscheidet“

- Sehr
- Etwas
- Mittel
- Wenig
- Gar nicht

Am Ende der Umfrage steht der Satz „Vielen Dank für Ihre Teilnahme. Sie können den Internetbrowser jetzt schließen.“.

Für die Auswertung der Umfrage wird das Statistikprogramm SPSS Statistics 20 von IBM verwendet. Damit werden Häufigkeitstabellen der Fragen erstellt, sowie Kreuztabellen,

und in diesem Zusammenhang das Chi² berechnet. Hierbei gilt bei Angaben zur Signifikanz: Solange der p-Wert unter 0,05 bleibt, gibt es einen Zusammenhang zwischen den Variablen (Quatember, 2008, S.160). Außerdem wird bei Kreuztabellen der Cramer V-Wert hinzugezogen, um die Stärke des Zusammenhangs zu erfahren. Dieser liegt zwischen 0 und 1, wobei gilt, je größer der Wert, desto stärker der Zusammenhang. Die Ergebnisse werden im folgenden Kapitel dargestellt.

5. Darstellung der Ergebnisse

Es sind 434 Fragebögen komplett ausgefüllt, 187 Fragebögen sind begonnen, jedoch nicht vollständig beantwortet und 526-mal wurde der Fragebogen aufgerufen ohne jegliche Beantwortung. Damit auf keine Antwort verzichtet wird und so eine größere, repräsentativere Stichprobe besteht, werden die abgebrochenen Fragebögen Teil der Auswertung sein.

Um einen Überblick über die Stichprobe zu bekommen, werden zunächst die demografischen Daten ausgewertet. So beträgt das Durchschnittsalter der Stichprobe 34 Jahre. Die Standardabweichung von 12 Jahren zeigt, dass eine relativ weite Streuung der Altersangaben vorliegt. Dies bestätigt auch das minimale und maximale angegebene Alter, mit 12 und 79 Jahren. Dieses Ergebnis war zu erwarten, da der Link zum Fragebogen über das Internet verfügbar gewesen ist und vermutlich der Großteil der Befragten diesen über Facebook gefunden hat. Die Annahme wird durch die Altersverteilung von Facebook im Jahre 2013 bestätigt, demnach ist die Mehrheit mit 68% zwischen 18 und 44 Jahren alt (Socialbakers, 2013, o.S.).

Bei der Auswertung der Geschlechterverteilung ergibt sich ein nahezu 7-mal höherer Anteil an Frauen. 383 Personen geben an weiblich zu sein, während lediglich 55 Personen angeben männlich zu sein.

Die Auswertung der durchschnittlichen Personenanzahl im Haushalt hat ergeben, dass Ich+1 mit 30,4% der teilnehmenden Befragten die am häufigsten gewählte Antwort ist. Der Median liegt bei Ich+2, was bedeutet, dass die Hälfte der Personen, die die Frage beantwortet haben, in einem Ein- bis Drei-Personen-Haushalt lebt. Die Kategorie Ich+3, also ein Vier-Personen-Haushalt, ist die zweitgrößte Kategorie mit 106 Antworten. Grundsätzlich könnte also gesagt werden, dass die meisten befragten Personen in einem Ein- bis Vier-Personen-Haushalt leben (siehe Tabelle 2).

Wie viele Personen leben in ihrem Haushalt?

	Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Ich alleine	68	10,9	15,4	15,4
Ich+1	134	21,5	30,4	45,8
Ich+2	89	14,3	20,2	66,0
Ich+3	106	17,0	24,0	90,0
Gültig Ich+4	31	5,0	7,0	97,1
Ich+5	11	1,8	2,5	99,5
Ich+ über 6	2	,3	,5	100,0
Gesamt	441	70,8	100,0	
Fehlend System	182	29,2		
Gesamt	623	100,0		

Tabelle 2: Auswertung Frage 21 „Wie viele Personen leben in ihrem Haushalt“

Im Folgenden werden nun die restlichen Fragen, der Reihenfolge im Fragebogen nach, ausgewertet.

Tabelle 3 zeigt, dass der Großteil der Befragten, genau 60%, eine diagnostizierte Zöliakie hat. 21,5% der Befragten kaufen glutenfreie Lebensmittel für Angehörige, haben selbst jedoch keine Zöliakie, und lediglich auf 7,1% der Stichprobe treffen beide Antworten (1 und 2) zu. 6,6% (41 Personen) ernähren sich glutenfrei, obwohl sie keine diagnostizierte Zöliakie haben und 30 Personen (4,8%) geben an, dass keine der Aussagen auf sie zutrifft. Diese 30 Personen werden auf die Verabschiedungsseite weitergeleitet, somit bleibt eine Stichprobe von 593 Personen.

Welche Aussage trifft auf Sie zu ?				
	Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	Ich habe eine diagnostizierte Zöliakie	374	60,0	60,0
	Einer oder mehrere meiner Angehörigen hat/haben Zöliakie, ich kaufe seine/deren glutenfreie Lebensmittel ein.	134	21,5	81,5
	Antwort 1 und Antwort 2 treffen auf mich zu.	44	7,1	88,6
	Ich habe keine diagnostizierte Zöliakie, doch kaufe für mich glutenfreie Lebensmittel.	41	6,6	95,2
	Keine der Aussagen trifft auf mich zu.	30	4,8	100,0
Gesamt	623	100,0	100,0	

Tabelle 3: Auswertung Frage 2 "Welche Aussage trifft auf Sie zu?"

Frage 2 unterteilt die Stichprobe anschließend weiterhin, nach dem Einhalten der glutenfreien Diät. 550 Personen (88,3%) geben an, dass sie sich strikt glutenfrei ernähren, während 3 Personen (0,5%) nicht auf Gluten achten und 33 Personen (5,3%) glutenfreie Lebensmittel in ihre Ernährung miteinbeziehen, sich jedoch nicht strikt glutenfrei ernähren (siehe Tabelle 4). Bei der Auswertung von Frage 2 fällt auf, dass 37 Personen diese nicht beantwortet haben.

Ernähren Sie bzw. die Person für die Sie einkaufen, sich glutenfrei?

	Häufigkeit	Prozent	Gültige %	Kumulierte %
Ja, strikt glutenfrei.	550	88,3	93,9	93,9
Nein, ich/die Person achte/achtet nicht auf Gluten.	3	,5	,5	94,4
Gültig Ich binde glutenfreie Lebensmittel in meine Ernährung ein, lebe aber nicht strikt glutenfrei .	33	5,3	5,6	100,0
Gesamt	586	94,1	100,0	
Fehlend System	37	5,9		
Gesamt	623	100,0		

Tabelle 4: Auswertung Frage 2 "Ernähren Sie bzw. die Person, für die Sie einkaufen, sich glutenfrei?"

In diesem Zusammenhang ist es interessant, die Antworten zu vergleichen, die die Personen der Gruppen aus Frage 1 zu Frage 2 gegeben haben. (siehe Tabelle 5)

Anzahl

		Ernähren Sie bzw. die Person, für die Sie einkaufen, sich glutenfrei?			Gesamt
		Ja, strikt glutenfrei.	Nein, ich/die Person achte/achtet nicht auf Gluten.	Ich binde glutenfreie Lebensmittel in meine Ernährung ein, lebe aber nicht strikt glutenfrei	
Welche Aussage trifft auf Sie zu ?	1. Ich habe eine diagnostizierte Zöliakie	353	1	17	371
	2. Einer oder mehrere meiner Angehörigen hat/haben Zöliakie, ich kaufe seine/deren glutenfreie Lebensmittel ein.	127	1	4	132
	3. Antwort 1 und Antwort 2 treffen auf mich zu.	41	0	3	44
	4. Ich habe keine diagnostizierte Zöliakie, doch kaufe für mich glutenfreie Lebensmittel.	29	1	9	39
	Gesamt	550	3	33	586

Tabelle 5: Kreuztabelle Frage 1 und 2

Die Kreuztabelle in Tabelle 5 zeigt die Antwortverteilung der Frage 1 auf die Frage 2. Besonders auffällig ist die eine Person, die angibt nicht auf Gluten zu achten, jedoch eine diagnostizierte Zöliakie hat. Zudem geben 17 Personen an, sich nicht strikt glutenfrei ernähren, obwohl sie eine diagnostizierte Zöliakie haben. Erstaunlich ist, dass 29 der 39 Personen, die keine diagnostizierte Zöliakie haben, doch glutenfreie Lebensmittel kaufen, sich glutenfrei ernähren.

Im Folgenden wird der Chi²-Test für die Kreuztabelle hinzugezogen um Aussagen über die Abhängigkeit der beiden Fragen voneinander machen zu können.

Chi-Quadrat-Tests

	Wert	df	Asymptotische Signifikanz (2-seitig)
Chi-Quadrat nach Pearson	29,239 ^a	6	,000
Likelihood-Quotient	19,139	6	,004
Zusammenhang linear-mit-linear	14,554	1	,000
Anzahl der gültigen Fälle	586		

a. 6 Zellen (50,0%) haben eine erwartete Häufigkeit kleiner 5. Die minimale erwartete Häufigkeit ist ,20.

Tabelle 6: Chi-Quadrat-Test zur Tabelle 4

Der Chi²-Test für diesen Fall sagt mit einer statistischen Signifikanz von p=0,000 aus, dass ein Zusammenhang zwischen der Antwort auf Frage 1 und dem Einhalten einer glutenfreien Diät besteht (Chi²=29,24; p=0,000).

Da jedoch 6 Zellen (50%) unter der erwarteten Häufigkeit von 5 liegen, wird noch einmal die exakte Signifikanz mit SPSS berechnet.

	Wert	df	Asymptotische Signifikanz (2-seitig)	Exakte Signifikanz (2-seitig)	Exakte Signifikanz (1-seitig)	Punkt-Wahrscheinlichkeit
Chi-Quadrat nach Pearson	29,239 ^a	6	,000	,001		
Likelihood-Quotient	19,139	6	,004	,002		
Exakter Test nach Fisher	21,280			,000		
Zusammenhang linear-mit-linear	14,554 ^b	1	,000	,000	,000	,000
Anzahl der gültigen Fälle	586					

a. 6 Zellen (50,0%) haben eine erwartete Häufigkeit kleiner 5. Die minimale erwartete Häufigkeit ist ,20.

b. Die standardisierte Statistik ist 3,815.

Tabelle 7: Exakte Signifikanz für Chiquadrat zur Kreuztabelle 4

Der Wert für die exakte Signifikanz ist 0,001, folglich ist der statistische Zusammenhang signifikant, da p<0,05. Das Cramer V zeigt mit V= 0,158, dass der Zusammenhang nicht besonders stark ist.

Letztendlich ist nun bekannt, dass ein schwacher, signifikanter Zusammenhang zwischen der Antwort auf Frage 1 und dem Einhalten einer glutenfreien Diät besteht.

Bei der Auswertung der nächsten Frage, Frage 3, fällt auf, dass weitere 12 Personen nicht mehr an der Studie teilgenommen haben (siehe Abbildung 11). Dennoch haben 34% der ursprünglichen Grundgesamtheit angegeben schon einmal ein Produkt mit glutenfreiem Hafer gekauft zu haben.

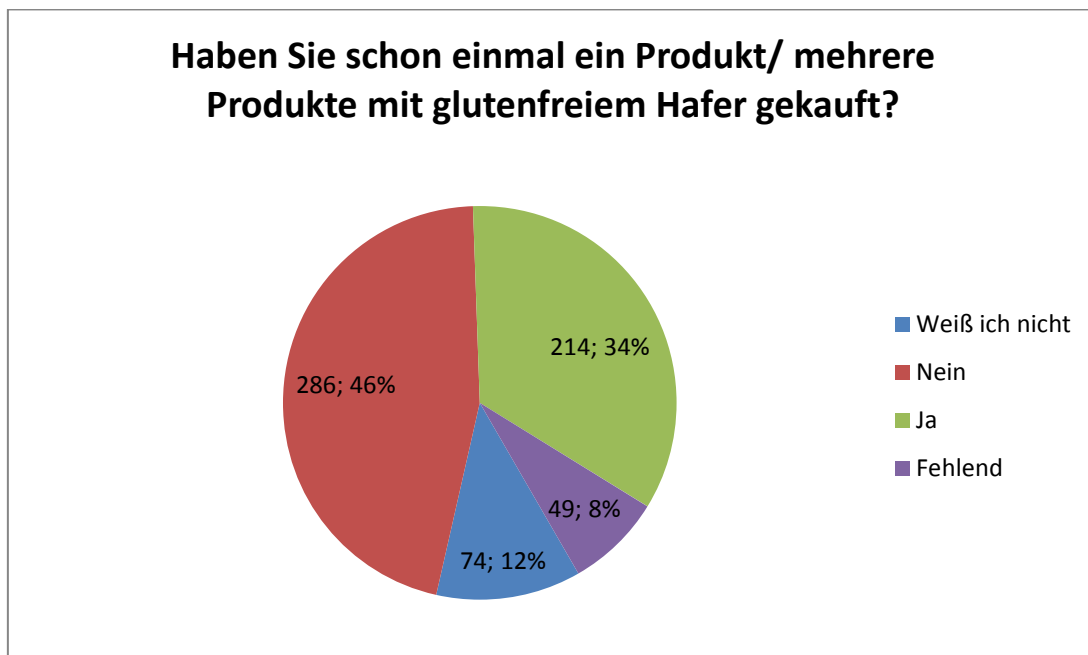


Abbildung 11: Auswertung Frage 3 "Haben Sie schon einmal ein Produkt/mehrere Produkte mit glutenfreiem Hafer gekauft?"

Die 214 Personen, die mit „Ja“ antworten, werden daraufhin an Frage 4 weitergeleitet. Die Frage ist offen konzipiert, daher weist die Auswertung auf Grund einiger Mehrfachnennungen insgesamt 256 Antworten auf. Für die Auswertung sind die Antworten in Kategorien eingeteilt worden (Originalantworten siehe Anlage 2). Abbildung 12 zeigt die Antwortverteilung auf die Kategorien.



Abbildung 12: Auswertung Frage 4 "Welches Produkt und von welcher Marke"

Haferflocken sind mit Abstand die meist genannte Kategorie mit 131 Antworten. Die Marken die in diesem Zusammenhang genannt werden, sind in folgender Abbildung 13 dargestellt.

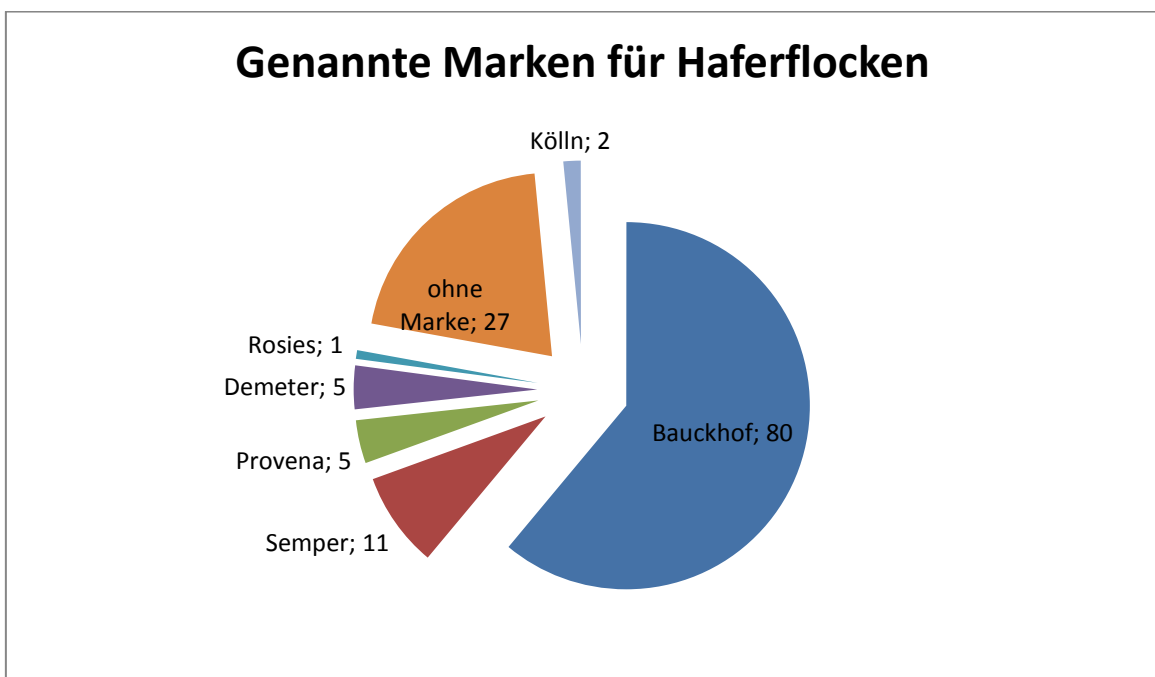


Abbildung 13: Genannte Marken für Haferflocken

Müsli ist mit 49 Antworten die zweitgrößte Kategorie. Die Markennennung wird in folgender Abbildung 14 dargestellt:

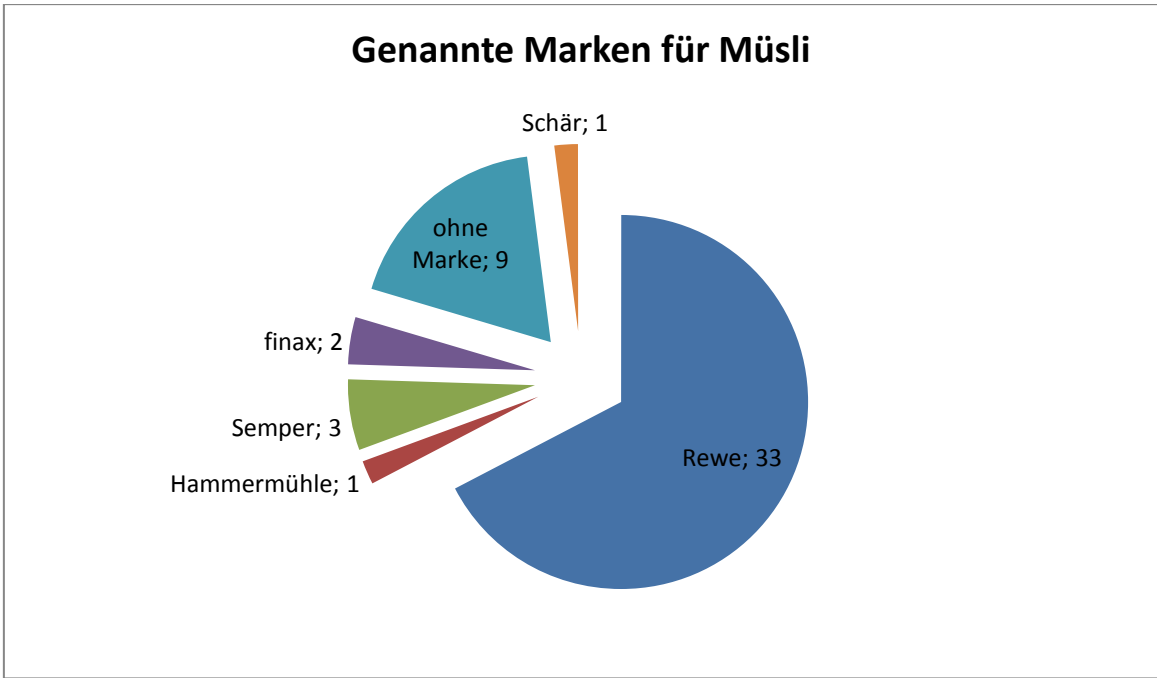


Abbildung 14: Genannte Marken für Müsli

Die nächstgrößte Kategorie ist Kekse und Keksbäckmischungen mit 24 Antworten. Die Aufteilung nach Marken wird in folgender Abbildung 15 dargestellt.

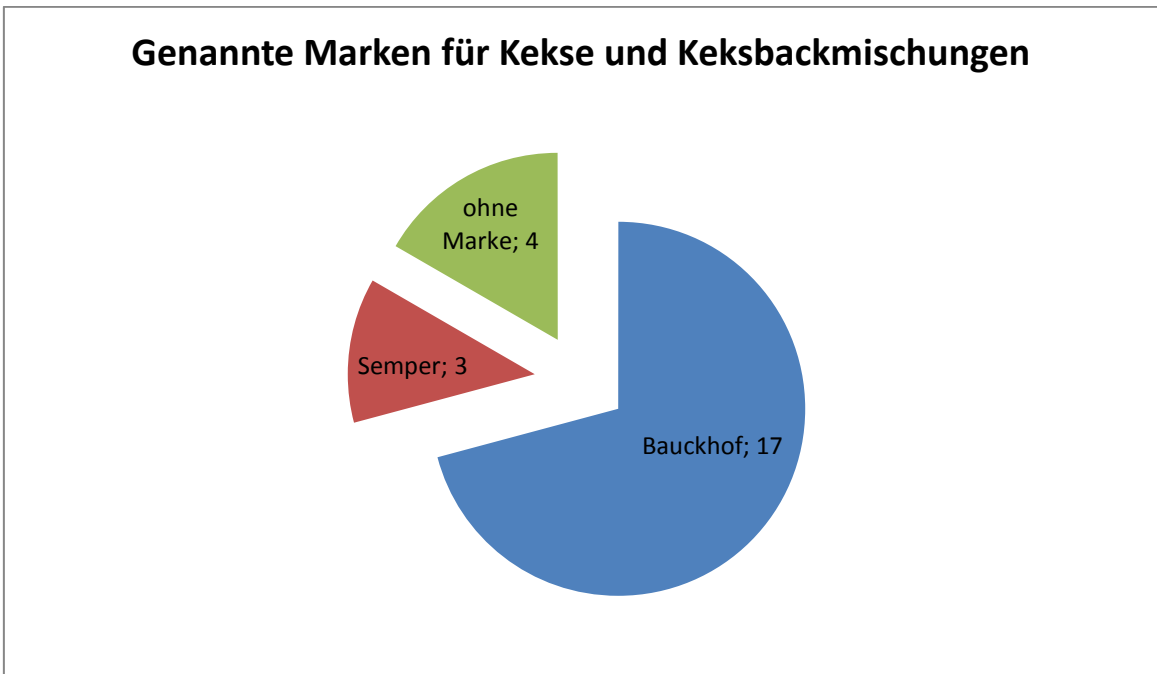


Abbildung 15: Genannte Marken für Kekse und Keksbäckmischungen

„Lebensmittel unbekannt“ mit 17 Antworten ist die nächstgrößte Kategorie und fasst die Antworten zusammen, bei denen das Lebensmittel nicht mehr bekannt ist und lediglich eine bzw. mehrere Marken genannt werden. In Abbildung 16 sind diese dargestellt.

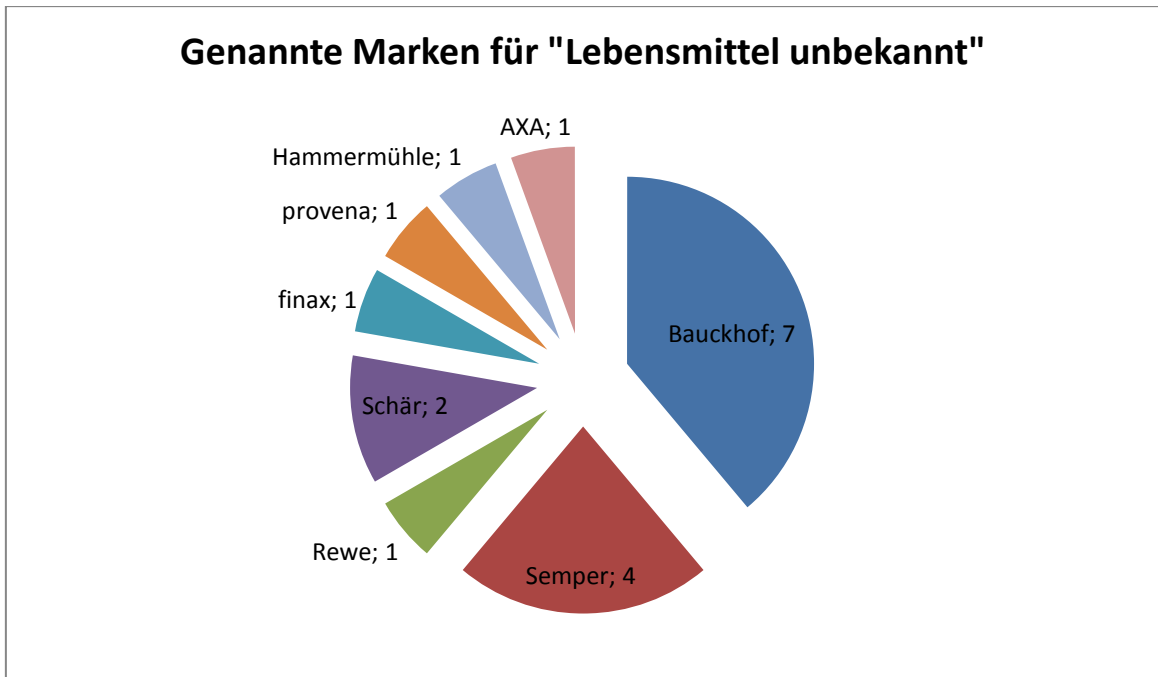


Abbildung 16: Genannte Marken für „Lebensmittel unbekannt“

Elfmal wird mit „weiß ich nicht mehr“ oder ähnlich geantwortet. Die Kategorie „Das weiß ich nicht mehr“ bezieht daher alle Fälle mit ein, bei denen weder ein Produkt, noch eine Marke genannt wird.

Von 8 Personen wird Haferbrot als ein Produkt genannt. Dabei sind die Marken „Semper“ (2mal), „Poensgen“ (1mal), „Fria“ (1mal), „Fritz Mühle“ (1mal) und lediglich die Angabe „Hafermehl“ ohne Marke (3mal) vertreten.

Das nächstgenannte Produkt nach Haferbrot ist Hafer an sich. Drei der sechs Angaben sind ohne Marke, einmal ist „Fria“ als Marke genannt, einmal steht „aus dem Reformhaus“ dabei und einmal „aus Finnland“.

Beim Haferbrotmix werden die beiden Markennamen „finax“ (2mal) und „Bauckhof“ (1mal) genannt, sowie einmal nur das Produkt ohne Marke.

Bei den beiden Angaben zum Hafermehl wird zum einen „provena“ genannt und zum anderen gibt es lediglich den Hinweis, dass es eine schwedische Firma sei.

Eine weitere Kategorie ist Bier, da eine Person die Wörter „Glutenfreies Bier (Grieskirchen, Österreich)“ in das Antwortfeld geschrieben hat. Eine andere Kategorie mit ebenfalls einer Antwort ist Haferbrei, hier ist Haferbrei von Oatmeal genannt. Die letzte Kategorie ist „normale“ Haferprodukte. In dieser gibt es gleichermaßen lediglich eine Antwort: „Generell Produkte mit Hafer, meist im Ausland (keine speziell gekennzeichneten Produkte ‚glutenfreier Hafer‘)“ (Originalantwort).

Auf die offene Frage folgt Frage 5, um einen Überblick darüber zu erhalten, welche Personen der Stichprobe schon einmal glutenfreien Hafer gegessen haben.

Haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) schon einmal explizit als glutenfrei ausgezeichneten Hafer gegessen (pur oder in Produkten enthalten)?

	Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	Ja	174	27,9	32,0
	Nein	296	47,5	86,4
	Weiß ich nicht	74	11,9	100,0
	Gesamt	544	87,3	100,0
Fehlend	System	79	12,7	
Gesamt		623	100,0	

Tabelle 8: Auswertung Frage 5 "Haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) schon einmal explizit als glutenfrei ausgezeichneten Hafer gegessen (pur oder in Produkten enthalten)?"

Tabelle 8 zeigt die Häufigkeitsverteilung der Antworten von Frage 5. 174 Personen (32%) antworten mit „Ja“, 296 Personen (54%) antworten mit „Nein“ und 74 Personen (14%) wählen die Antwort „Weiß ich nicht“. Da Frage 5 der Frage 3 („Haben Sie schon einmal ein Produkt/mehrere Produkte mit glutenfreiem Hafer gekauft“) ähnelt und angenommen wird, dass sich auch die Antwortverteilung ähnelt, wird im Folgenden ein Vergleich der beiden Fragen vollzogen. 74 Personen antworten in beiden Fragen mit „Weiß ich nicht“. Bei der Antwortverteilung von „Ja“ und „Nein“ sind jedoch Unterschiede zu verzeichnen. In Frage 3 wird 214-mal mit „Ja“ geantwortet, während bei Frage 5 lediglich 174 Personen diese Antwort wählen. Bei der Antwort „Nein“ ist der Unterschied zwischen der Häufigkeit geringer. In Frage 3 wählen 286 Personen diese Antwort und in Frage 5 sind es 296 Personen. Auffällig ist jedoch, dass die Zahl der fehlenden Antworten weitaus höher ist, als noch in Frage 3, nämlich 79 statt 49.

Die folgenden beiden Fragen, 6 und 7, zielen auf die Verträglichkeit der Produkte mit glutenfreiem Hafer ab, nach denen in Frage 5 gefragt wurde. Lediglich die Befragten, die in Frage 5 mit „Ja“ antworten, werden dazu befragt. 172 Personen haben Frage 6 und 7 beantwortet, das bedeutet einen Unterschied von zwei Personen zu den 174 die auf Frage 5 mit „Ja“ antworteten. Im Folgenden (Abb. 17) wird die Verträglichkeit dargestellt.

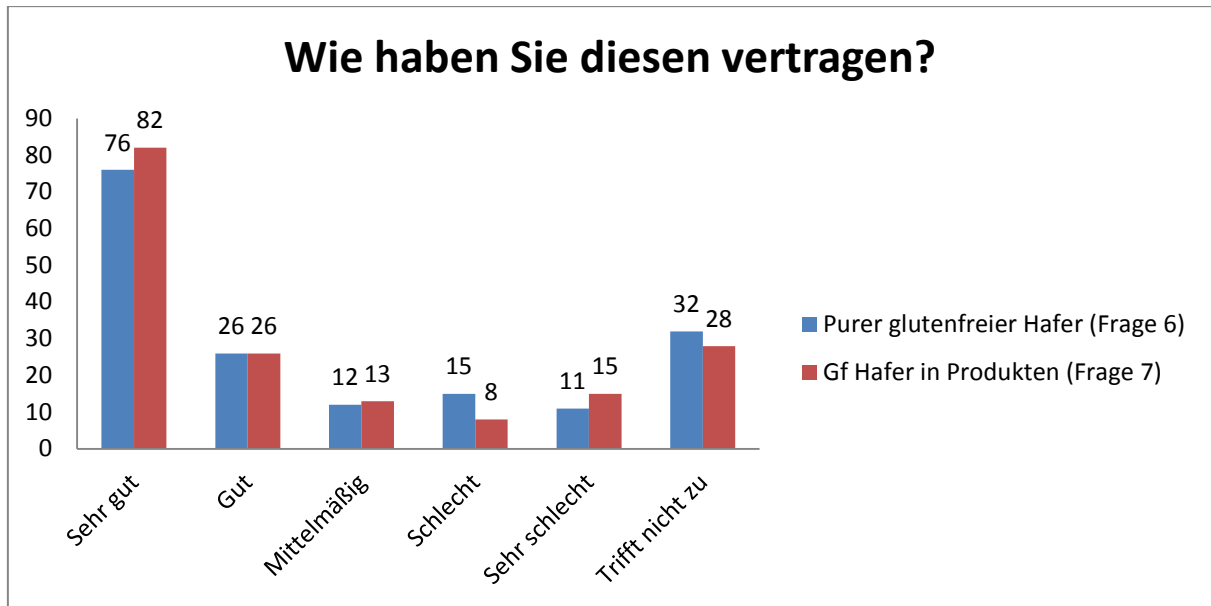


Abbildung 17: Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer

Die Ergebnisse der beiden Auswertungen sind sich in der Antwortverteilung ähnlich. Die meisten Befragten haben glutenfreien Hafer, ob pur oder in Produkten enthalten, sehr gut vertragen. In beiden Fällen schätzen 26 Befragte die Verträglichkeit als gut ein. Die Antworthäufigkeiten in den Kategorien „Mittelmäßig“, „Schlecht“ und „Sehr schlecht“ sind alle im Bereich von 8 bis 15 Antworten (5-9%, ausgehend von 172 Befragten).

Mit der nächsten Frage, Nummer 8, soll abgefragt werden, ob die befragten Personen „normalen Hafer essen. Diejenigen, die mit „Ja“ antworten werden wiederum zur Einschätzung der Verträglichkeit, in Frage 9, befragt. Die Ergebnisse werden in schematischer Form in Abbildung 18 dargestellt.

Großer Kreis (Frage 8): Essen Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) „normalen“ Hafer (der nicht als glutenfrei ausgezeichnet ist)?

Kleiner Kreis (Frage 9): Wie ist ihre Verträglichkeit (bzw. die Verträglichkeit der Person für die Sie einkaufen) ge

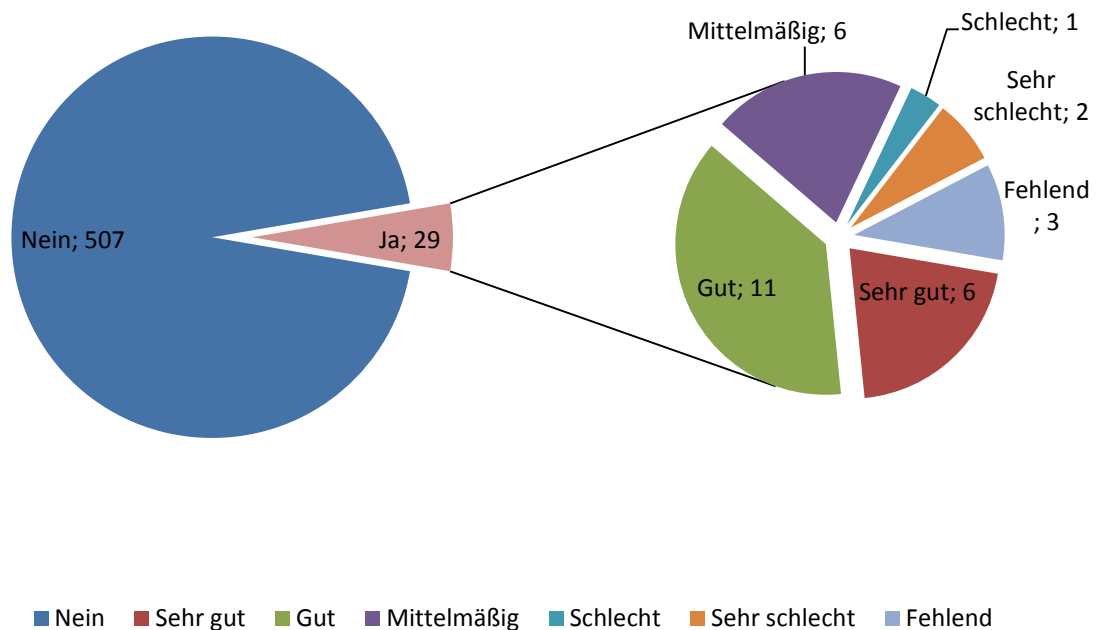


Abbildung 18: Darstellung der Auswertung der Fragen 8 und 9

Die Auswertung der Antworten auf Frage Nummer 10 beschäftigt sich im Folgenden mit der Meinung der Befragten zur Eignung von glutenfreiem Hafer für die glutenfreie Ernährung. 55,5% (291 Personen) sind der Meinung, dass glutenfreier Hafer geeignet ist für eine glutenfreie Diät, während 44,5 % (233) glutenfreien Hafer als ungeeignet für eine glutenfreie Diät empfinden. Wieder fällt auf, dass die Zahl der fehlenden Antworten zugenommen hat, es fehlen jetzt 99 Antworten. Um die Akzeptanz von glutenfreiem Hafer zu erfahren, wird im Folgenden eine Kreuztabelle erstellt von denjenigen Personen, die Hafer schon einmal pur oder im Produkt enthalten gegessen haben (Frage 6+7) und ihrer Meinung zu Hafer in der glutenfreien Diät (Frage 10). In der Abbildung zur Kreuztabelle (Abb.19) werden die Personen, die Hafer pur oder in Produkten enthalten gegessen haben, nicht weiterhin in „pur“ und „in Produkt enthalten“ unterteilt, sondern zusammengefasst.

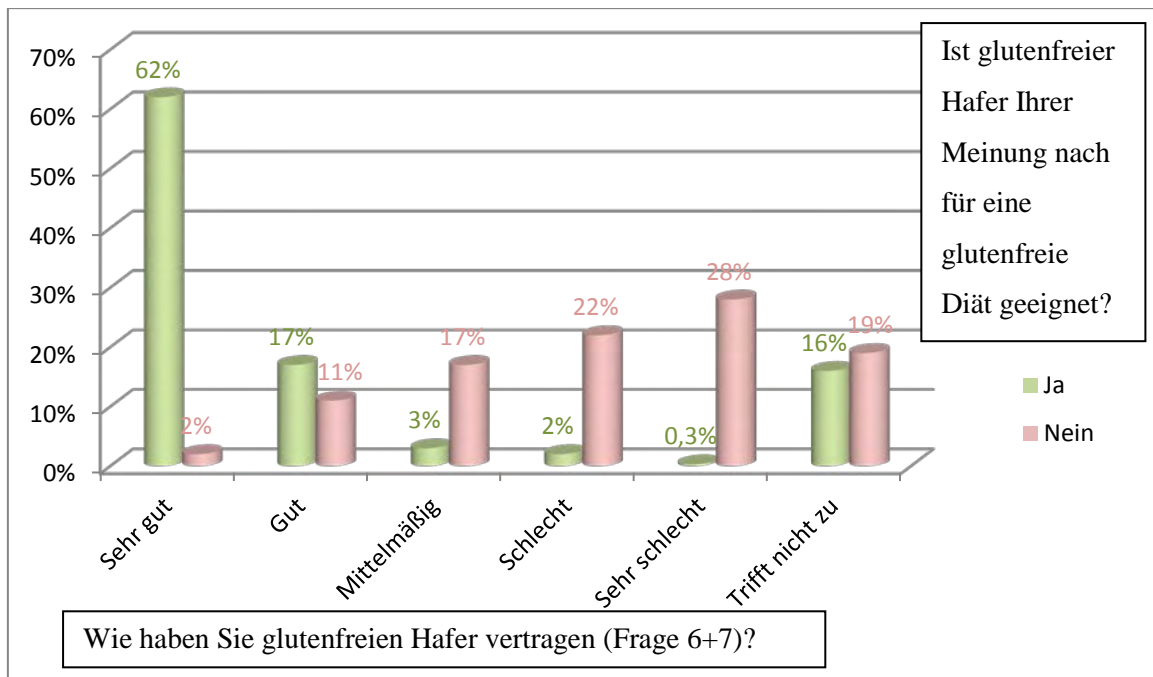


Abbildung 19: Kreuztabelle Frage 6,7 und 10

Bei der Auswertung des Vergleichs in Abbildung 19 fällt auf, dass 13% der Befragten, die glutenfreien Hafer schon einmal gegessen und gut bis sehr gut vertragen haben, diesen nicht geeignet für eine glutenfreie Diät halten. Ähnlich ist es bei den Personen, die glutenfreien Hafer als mittelmäßig bis sehr schlecht vertragen haben, denn hier halten 5,3% Personen ihn als geeignet für eine glutenfreie Diät.

Zur nächsten Frage 11 „Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach für eine glutenfreie Diät geeignet?“ werden nur diejenigen weitergeleitet, die in Frage 10 mit „Ja“ geantwortet haben. Diejenigen, die mit „Nein“ antworteten, werden dagegen an Frage 12 „Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach nicht für eine glutenfreie Diät geeignet?“ übermittelt. Die Antworten sind im Nachhinein je nach Aussage einer Kategorie zugeteilt worden (Originalantworten siehe Anlage 3 und 4). Abbildung 20 und 21 zeigen die Ergebnisse der beiden offenen Fragen.

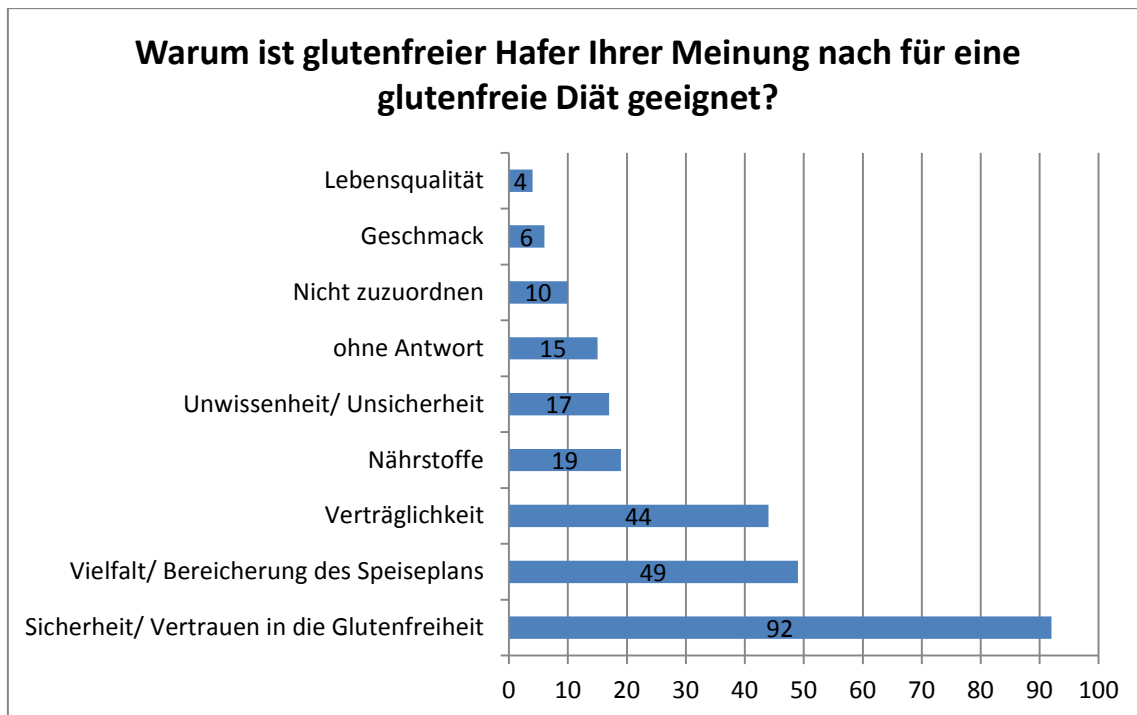


Abbildung 20: Auswertung Frage 11 "Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach für eine glutenfreie Diät geeignet?"

Zur Auswertung von Frage 11 fällt auf, dass nur 256 Personen diese offene Frage beantwortet haben, obwohl 291 an diese Frage weitergeleitet wurden.

Die meist genannte Kategorie ist „Sicherheit/ Vertrauen in die Glutenfreiheit“ (siehe Abbildung 20). Insgesamt werden 92 Antworten dieser Kategorie zugeordnet (36% aller, die Frage 11 beantwortet haben). Hier antworten sehr viele Befragte „weil er glutenfrei ist“ bzw. „Ich verlasse mich auf die Kontrollen, dass kein gluten im Hafer enthalten ist. Bisher zeigt meine Tochter keine negativen Symptome.“ (Originalantworten). Letztere Antwort macht auch eine Aussage zur Verträglichkeit, doch die Antworten werden lediglich nach dem erstgenannten Grund kategorisiert, da angenommen wird, dies sei der Wichtigste. Die zweitgrößte Kategorie ist mit 49 Antworten (19%) „Vielfalt/Bereicherung des Speiseplans“. Hier werden oft Antworten gegeben, wie „Weil das mehr Auswahl bedeutet. Es gibt nichts schlimmeres als eine zwangsweise Einseitigkeit in der Ernährung.“ (Originalantworten).

In der Kategorie der Verträglichkeit sagen alle 44 Antworten entweder aus, dass die Befragten bzw. ihre Angehörigen glutenfreien Hafer gut vertragen haben oder dass er die Verdauung anregt. Auch die positiven Nährstoffe im Hafer werden genannt, und zwar 19-mal (7%). Dabei ist Ballaststoff der meistgenannte.

17 Antworten werden der Kategorie „Unwissenheit/ Unsicherheit“ zugeteilt. Diese Kategorie umfasst die Antworten derer, die schreiben, dass glutenfreier Hafer sie verunsichert, ferner die Antworten, aus denen deutlich wird, dass der Befragte nicht von der Existenz von glutenfreiem Hafer weiß.

Die Kategorie „Ohne Antwort“ umfasst alle Antworten, in denen lediglich Zeichen, wie Fragezeichen, Bindestriche etc. zu finden sind. Um zur nächsten Frage zu gelangen, muss das Textfeld ausgefüllt werden. Die Vermutung liegt daher nahe, dass diejenigen Personen, die keine Antwort wissen, ein Zeichen eingeben, um zur nächsten Frage zu gelangen. Ähnlich ist es bei der Kategorie „Nicht zuzuordnen“, denn hier werden alle Antworten zusammengefasst, in denen keine klare Aussage gemacht ist, und in denen angemerkt wird, dass ihnen bei Frage 10 zuvor eine „Weiß ich nicht“-Option fehlt.

Der Geschmack von Hafer wird 6-mal als eine Antwort für die Eignung von glutenfreiem Hafer für die glutenfreie Diät erwähnt. Darüber hinaus wird eine verbesserte Lebensqualität von vier Personen erwähnt. Eine Antwort ist zum Beispiel: „es gibt mir das Gefühl ein bißchen vom alten Leben wieder zu haben, also eher ein psychologisches Gefühl“(Originalantwort).

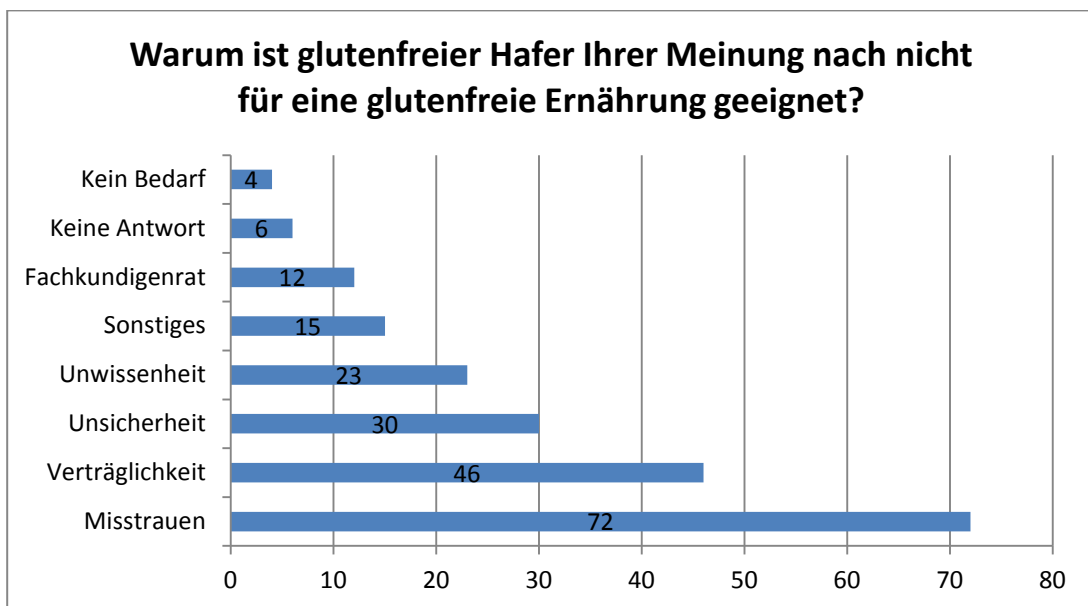


Abbildung 21: Auswertung Frage 12 "Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach nicht für eine glutenfreie Diät geeignet?"

Auch bei der Auswertung der offenen Frage aus Abbildung 21 ist es auffällig, dass lediglich 208 Personen eine Antwort geben, obwohl ursprünglich 233 Personen von Frage 10 weitergeleitet worden sind.

Die größte Kategorie ist „Misstrauen“ mit 72 Antworten (35%). Es werden alle Antworten zusammengefasst, die aussagen die Befragten würden der Glutenfreiheit nicht trauen bzw. die Kontamination wäre ein zu großes Risiko.

Die „Verträglichkeit“ wird in 46 Antworten erwähnt, in dem Sinne, dass der glutenfreie Hafer nicht vertragen wird. Die Kategorie „Unsicherheit“ umfasst alle Antworten, in denen die Befragten aussagen, sie würden sich zu schlecht/wenig informiert fühlen, um glutenfreien Hafer zu essen oder eine Antwort zu geben.

In der Kategorie „Unwissenheit“ werden alle Kommentare eingefügt, bei denen nicht klar ist, ob die Befragten über glutenfreien Hafer Bescheid wissen. „Für mich hört sich das alles nach Genmanipulation an“, „keine ahnung“ und „Es kann trotzdem hafer, also gluten enthalten.“ (Originalantworten) sind die ersten drei Antworten in dieser Kategorie.

„Sonstiges“ umfasst mit 15 Antworten alle Kommentare, die keiner Kategorie zugeordnet werden können, wie „Ich kann es mir einfach nicht vorstellen“ und „Hafer ist eine Getreideart.“ (Originalantworten).

„Fachkundigenrat“ bedeuten die Antworten, in denen die Befragten, von fachkundigen Personen, wie Ärzten, Ernährungsberatern und Ansprechpartnern der DGZ, darüber informiert worden sind, dass glutenfreier Hafer nicht geeignet für die glutenfreie Diät sei.

In der Antwortkategorie „keine Antwort“ werden alle Kommentare zusammengefasst, in denen lediglich ein oder mehrere Zeichen ins Antwortfeld geschrieben werden. Die Antworten bei „kein Bedarf“ sind die folgenden: „Weil mein sohn diesen hafer sowieso nicht essen würde.generell ist er sicher sinnvoll“, „Geschmacklichkeit“, „Aus Gewohnheit seit 1983“ und „Da ich es nich sinnvoll finde.“ (Originalantworten). Die Antworten drücken aus, dass bei diesen vier Befragten kein Bedarf an glutenfreiem Hafer besteht.

Die anschließende Frage 13, zielt darauf ab zu erfahren wie wichtig den befragten Personen das Logo der DZG ist. Es wird danach gefragt, ob die Befragten auch explizit als glutenfrei ausgezeichneten Produkten vertrauen, die nicht das genannte Logo tragen. 466 Personen haben diese Frage beantwortet. 83% (387 Personen) stimmen zu, dass sie auch Produkten vertrauen, die nicht das Logo tragen und 17% (79 Personen) verneinen diese Frage. Die Zahl der fehlenden Antworten steigt auf 157.

Frage 14 dient als Erweiterung der Frage 13. Nachdem das Vertrauen gegenüber den genannten Produkten abgefragt wurde, geht es nun darum, ob solche Produkte schon einmal gekauft worden sind. Wieder beantworten 466 Personen die Frage. 412 Personen antworten, dass sie schon einmal ein Produkt, welches als glutenfrei ausgezeichnet wurde, jedoch nicht die durchgestrichene Ähre

der DZG besaß, gekauft haben. Lediglich 54 Personen verneinen diese Frage. Wie bei Frage 13 fehlen 157 Antworten. Diejenigen Personen, die mit „Nein“ antworteten, wurden weitergeleitet zu Frage 16. Von den restlichen 412 Personen haben 401 die offene Frage Nummer 15 ausgefüllt (Antwortliste siehe Anlage 5). Eine Kategorisierung ergibt hier keinen Sinn, da das Spektrum der Produkte und Marken, die genannt werden, sehr groß ist. Daher werden die Begriffe, die sich am meisten wiederholen, ausgezählt. „Weiß ich nicht“, „Kann ich mich nicht dran erinnern“ oder Zeichen, sind mit 83 Malen die häufigsten Antworten. 42 Personen schreiben, dass sie die Produkte beim Discounter kaufen. In diesem Zusammenhang wird, unter anderen, 22-mal Lidl erwähnt. Auch Rewe und Produkte von Rewe werden sehr häufig genannt; zusammengefasst 24-mal. Viele Personen antworten damit, dass sie nach der Zutatenliste einkaufen, insgesamt schreiben dies 24 Personen. Die Liste der DZG wird unter allen Antworten lediglich 5-mal als Einkaufshilfe erwähnt. Die Rügenwalder Mühle wird 11-mal genannt. Allgemein wird sehr häufig der Verweis auf Wurstwaren geführt, die extra „glutenfrei“ auf ihrer Verpackung oder auf einem Schild am Regal stehen haben. 24-mal wird das Wort Wurst im Zusammenhang mit der Antwort genannt.

Mit der Beantwortung der nächsten Frage, Nummer 16, soll die Nachfrage nach glutenfreiem Hafer aufgezeigt werden. Das Ergebnis der Auswertung von Frage 16 zeigt, dass insgesamt 454 Personen diese Frage beantwortet haben. Die Hälfte der hier Befragten wünscht sich mehr Produkte mit glutenfreiem Hafer, die andere Hälfte nicht (siehe Abbildung 22).

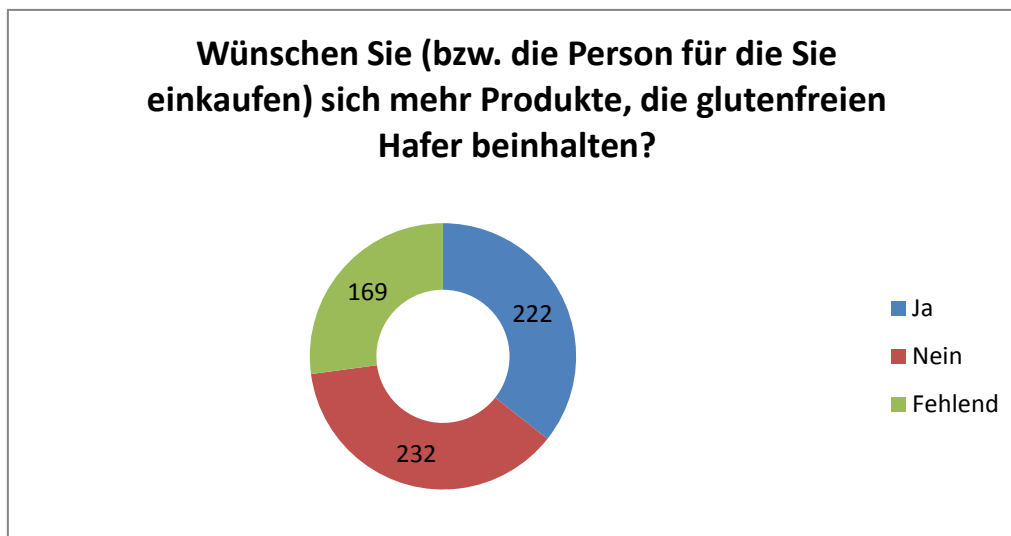


Abbildung 22: Auswertung Frage 16 "Wünschen Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) sich mehr Produkte, die glutenfreien Hafer beinhalten?"

Frage 17 ist so konzipiert, dass nur diejenigen, die auf Frage 16 mit „Ja“ antworten, zu dieser Frage weitergeleitet werden. Leider gibt es auf Grund der Codierung der Fragen durch Q-Set keine Angabe, wie viele Personen Frage 17 beantwortet haben. Die Antworten sind in folgender Tabelle 9 zusammengefasst:

Lebensmittel	Häufigkeiten	Lebensmittel	Häufigkeiten
Müsli	121	Frikadellen	2
Backwaren	108	Porridge	2
Kekse und Kuchen	94	Joghurt	2
Haferflocken	22	Milchschnitte	1
Riegel	19	Kindernahrung	1
?	9	sportlernahrung	1
Cornflakes	7	Hafermilch	1
Hafermehl	7	Pudding	1
Hafer natur	5	Pizza	1
snacks/süßes	5	Instant hafer	1
Babybrei	4	dr. Schär?	1
nudeln	4	free from...?	1
Bier	3		
keine angabe	3		

Tabelle 9: Auswertung der offenen Frage 17 "Nennen Sie zwei Produkte, die Sie sich mit glutenfreiem Hafer wünschen würden"

Aus Tabelle 9 wird deutlich, dass die häufigsten Antworten Müsli, Backwaren (Brot, Brezel und Brötchen), Kekse, Haferflocken und Riegel sind. Die Kategorie „?“ bezeichnet alle Felder, in denen lediglich Zeichen zu sehen sind (siehe Anhang). Die Begriffe mit nur einer Nennung sind wortwörtlich übernommen.

Die folgende Frage weist eine Auswahl an Produkten auf, bei denen eine gewisse Favorisierung seitens der Befragten erwartet wurde. Mehrfachantworten sind möglich. Auch bei dieser Frage kann auf Grund der Codierung keine Angabe über die Teilnehmerzahl gemacht werden. Die Ergebnisse sind in folgender Abbildung 23 nach der Häufigkeit, von links nach rechts absteigend, schematisch dargestellt.

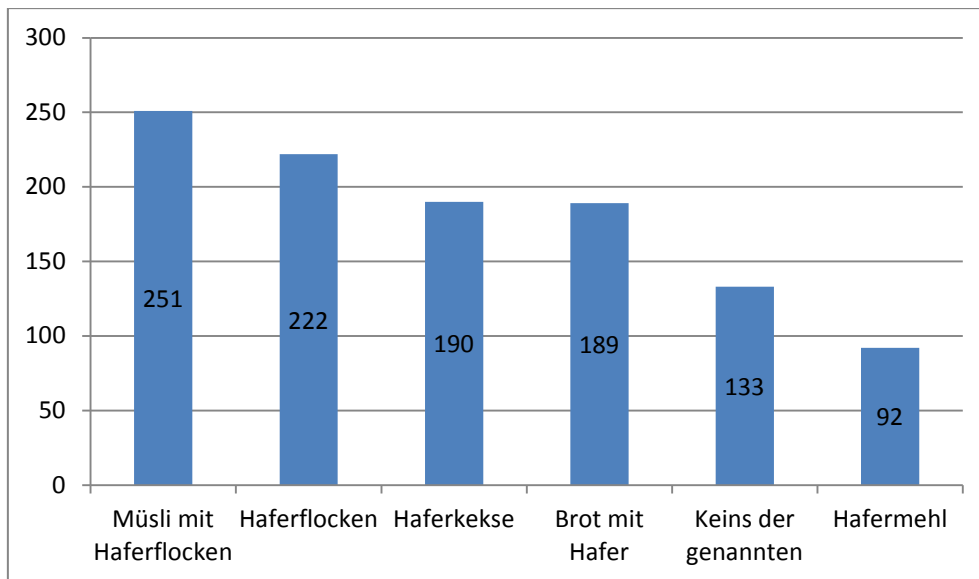


Abbildung 23: Auswertung Frage 18 "Welche der genannten Produkte kaufen Sie regelmäßig bzw. würden Sie regelmäßig kaufen, wenn sie glutenfrei auf dem Markt wären?"

Die Abbildung bestätigt die Angaben in Tabelle 9. Auch hier wird Müsli an erster Stelle genannt. An zweiter bis vierter Stelle stehen in unterschiedlichen Reihenfolgen Haferflocken, Haferkekse und Backwaren/Haferbrot.

In der nachfolgenden Frage 19 wird die Zufriedenheit mit dem bisherigen Angebot an glutenfreien Lebensmitteln abgefragt. Hierbei ergibt sich, dass 15% sehr zufrieden, 32% etwas zufrieden, 42% mittelmäßig zufrieden, 8% etwas unzufrieden und 3% sehr unzufrieden sind. 441 Personen haben diese Frage ausgefüllt, so dass die Zahl der fehlenden Antworten auf 182 steigt. Im Anschluss werden die Befragten in Gruppen eingeteilt, je nachdem wie sie neue Produkte akzeptieren. Tabelle 10 gibt Aufschluss darüber, welche Gruppen unter den befragten Personen am häufigsten vertreten waren. Die Frage wurde von 441 Personen beantwortet.

Probieren Sie zeitnah neue Produkte aus, die auf den Markt gekommen sind? Oder warten Sie erst auf ein Feedback von anderen Verbrauchern?

	Häufigkeit	Prozent	Gültige Prozente	Kumulierte Prozente
Gültig	Ja, ich probiere zeitnah aus.	256	41,1	58,0
	Nein, ich warte auf ein Feedback.	17	2,7	61,9
	Ich kaufe die Produkte die ich kenne und das reicht mir.	11	1,8	64,4
	Ich kaufe das, was mir gerade gefällt, egal ob es neu ist oder alt.	157	25,2	100,0
	Gesamt	441	70,8	100,0
Fehlend	System	182	29,2	
Gesamt		623	100,0	

Tabelle 10: Auswertung Frage 20 "Probieren Sie zeitnah neue Produkte aus, die auf den Markt gekommen sind? Oder warten Sie erst auf ein Feedback von anderen Verbrauchern?"

Die letzte Frage dient dazu, die Akzeptanz von glutenfreiem Hafer gegenüber „normalem“ Hafer zu erfahren.

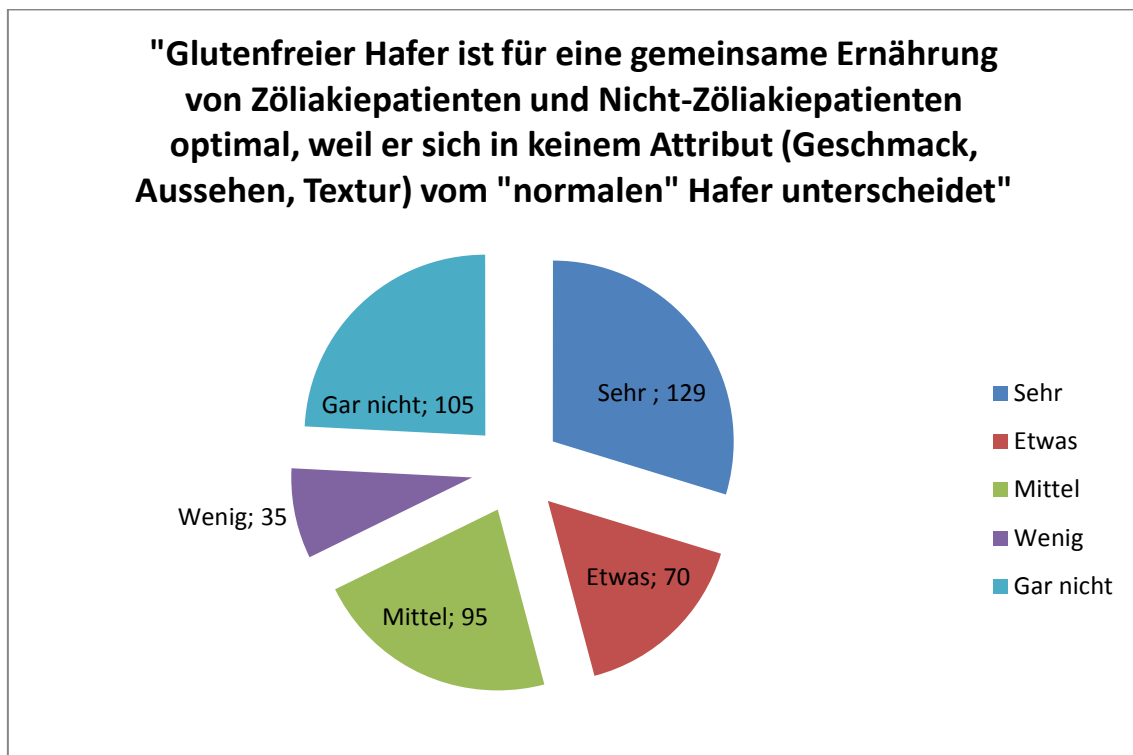


Abbildung 24: Auswertung Frage 24 "Wie sehr stimmen Sie der folgenden Aussage zu?"

Abbildung 24 zeigt, dass die Mehrheit der Befragten, 294 Personen, der Aussage mittel bis sehr zustimmen. Insgesamt haben 434 Personen diese Frage beantwortet, das sind 189 Personen weniger als zu Beginn der Befragung. In der folgenden Diskussion werden die dargestellten Ergebnisse der Studie kritisch betrachtet.

6. Diskussion der Methodik

Die verwendete Methode der Befragung ist ein Fragebogen, der für eine gewisse Zeit online verfügbar war. Die Entscheidung für diese Art der Methodik fiel auf Grund von verschiedenen Faktoren, die im Folgenden näher erläutert werden:

Der Vorteil eines Online-Fragebogens ist vor allem die Kosten- und Zeitersparnis. Kosten werden gespart, in dem keine Fragebögen per Post verschickt werden müssen, was wiederum auch eine Zeitersparnis für den Organisator und den Befragten bedeutet. In diesem Fall ist ein weiterer zeitsparender Aspekt, dass „q-set.de“ die Ergebnisse direkt in einer SPSS-Datei ausgibt. Zudem war der Fragebogen flexibel gestaltbar, durch die Möglichkeit von Fragesprüngen in Abhängigkeit zur Antwort. Fehlerquoten bei der Übertragung der Antworten werden durch diese Art von Online-Fragebogen gering gehalten, da lediglich die offenen Fragen codiert und eingegeben werden müssen. Durch das Ausbleiben des sogenannten Interviewer-Effekts werden die Befragten nicht in eine gewisse Richtung gelenkt, beispielsweise durch das Geschlecht, Aussehen, Reaktion, Formulierungen, Blicke, Stimmlage, etc. des Interviewers. Zudem sorgt die Befragung über das Internet für eine Anonymisierung und zeitliche Flexibilität, da die Befragten selbst entscheiden können, wann und wo sie die Umfrage ausfüllen. Auf diese Weise wäre es möglich, dass die Fragen ehrlicher beantwortet werden. Andererseits birgt es auch Nachteile, denn die Form und Schwere der Ablenkung ist dem Organisator der Studie nicht bekannt. Beispielsweise könnte die ausfüllende Person vom Fernseher oder von externen Einflüssen abgelenkt werden. Ein weiteres Problem stellt die Einordnung der offenen Fragen dar. Denn für die Beantwortung nutzt jeder seine eigene Sprache, was auf unterschiedlichen Kommunikationsebenen zu Missverständnissen des Befragten und des Auswertenden führen kann. Optimal wäre eine Kombination aus schriftlicher sowie mündlicher Befragung. Dabei könnte der Fragebogen die Fragen enthalten, die besser anonym beantwortet werden sollten, während die offenen Fragen Teil eines Interviews sind, um Missverständnissen vorzubeugen.

Da es kein Verzeichnis aller in Deutschland lebender Zöliakiebetreffender gibt, musste die Stichprobe bewusst ausgewählt werden. Es wurde sich an die Deutsche Zöliakie Gesellschaft gewandt, die sogleich anbot, den Fragebogen für einen gewissen Zeitraum auf ihre Homepage und ihre Facebook-Seite zu stellen. Des Weiteren wurde der Link in der Gruppe „Zöliakie Austausch“ bei Facebook gepostet und dort für eine Woche am Seitenanfang festgesetzt. Demzufolge war es nur Personen mit Anschluss an das Internet möglich den Fragebogen auszufüllen. Es wird vermutet, dass Facebook durch die „Neuigkeiten“-Funktion die Stichprobe eher vergrößert hat, als die Seite der DZG. In den „Neuigkeiten“ werden, tagesaktuell für jeden Einzelnen, die neuesten Posts der Freunde und Gruppen angezeigt, soweit man dies nicht ausgeschaltet hat. Durch diese Vermutung wird die Stichprobe weiter eingeschränkt, denn lediglich diejenigen mit einem Facebook-Konto sehen die Posts. Zudem muss eine Freundschaft zu beiden Gruppen bestehen. Einerseits wurde die Stichprobe also stark eingeschränkt, andererseits haben auf diese Weise über 400 Befragte den Fragebogen komplett ausgefüllt, was die Studie aussagekräftiger macht.

Wichtig zu diskutieren ist an dieser Stelle der Pretest. Wie schon in Kapitel 4 erwähnt, wurde ein Pretest mit zwei Personen durchgeführt. Zwar wurden einige Formulierungen der Fragen kritisiert und daraufhin geändert, allerdings hatten diese zwei „Pretester“ nichts an der Verständlichkeit des Fragebogens auszusetzen. Der Pretest hatte im Nachhinein jedoch nicht die erzielte Wirkung. Im Folgenden wird deutlich, dass viele Fragen, vor allem die offen gestellten, zu Verständnisproblemen der Befragten führten. Ein Erklärungsansatz könnte sein, dass den Teilnehmern des Pretests der Themenbezug fehlte. Zudem ist die Teilnehmerzahl des Pretests höchstwahrscheinlich zu gering gewesen. Zu erwähnen ist, dass auf Grund des Pretests der Fragebogen gegen Gebühr werbefrei durchgeführt wird, da die geschaltete Werbung auf der linken und rechten Seite der Fragen positioniert gewesen wäre, was beim Pretest erheblich störte und ablenkte.

Bei Betrachtung der Stichprobe fällt auf, dass das Verhältnis zwischen Männern und Frauen äußerst unausgeglichen ist. Der Anteil an Frauen ist nahezu sieben Mal höher als der Anteil an Männern, was die Arbeit nur wenig beeinflusst, da keine genderspezifischen Aspekte untersucht werden.

Die Auswertung der Fragebögen ergab, dass es eine hohe Fluktuationsrate gibt. Betrachtet man den Fragebogenverlauf in diesem Zusammenhang wird deutlich, dass die Fluktuation hauptsächlich bei den offenen Fragen zunimmt. Zum einen ist dies mit der Tatsache zu

erklären, dass offene Fragen zeitaufwendiger und schwieriger zu beantworten sind. (Diekmann, 2009, S.477) Zusätzlich könnte es ein Hinweis darauf sein, dass die offenen Fragen nicht verständlich genug formuliert worden sind. Bestätigend hierfür ist, dass eine befragte Person am Tag der Veröffentlichung des Links, eine lange private Nachricht als Reaktion auf den Link schickte, in der die Formulierung der Fragen als unpräzise kritisiert wurde. Besonders bei den offenen Fragen 11 und 12 haben viele Befragte den Fragebogen abgebrochen. Bei Frage 10 waren noch 524 Teilnehmer aktiv, während es bei Frage 13 nur noch 466 Personen waren. Das ist ein Unterschied von 58 Personen, was über ein Drittel der abbrechenden Befragten darstellt.

Eine weitere Unverständlichkeit, die bei der Auswertung auffiel, ist die Formulierung bei der Frage nach dem Alter. Für Befragte, die für ihre Angehörigen einkaufen, war an dieser Stelle vermutlich unklar, ob sie ihr eigenes Alter oder das der/des Angehörigen eintragen sollen. Diese eventuell fälschliche Angabe des Alters beeinträchtigt die Auswertung jedoch nicht, sodass der Fehler keine Konsequenzen für das Studienergebnis hat.

Eine weitere Kritik am Fragebogen ist, dass in Frage 21 die Kategorie „Ich+6“ fehlt. Doch auch dieser Fehler wirkt sich nicht negativ auf das Studienergebnis aus.

Zwei wesentliche Punkte bei der Fragebogenkritik sind jedoch, dass vielen Befragten die Auswahl „Weiß ich nicht“ bei Frage 10 fehlte, dies wurde vielmals in die Antwortfelder, der sich anschließenden offenen Frage geschrieben. Ebenfalls ist kritisch anzumerken, dass die Texteingabe nicht genug Platz ermöglichte, da viele Antworten in den offenen Fragen 11 und 12 mitten im Satz beendet sind.

Die Fragen und ihre Ergebnisse werden im nächsten Kapitel „Diskussion der Ergebnisse“ kritisch betrachtet.

7. Diskussion der Ergebnisse

Die Diskussion der Ergebnisse wird sich im Folgenden an den Leitfragen der Arbeit orientieren.

Der erste Leitfragenkomplex beinhaltet die Verträglichkeit, das Vertrauen sowie die Akzeptanz von glutenfreiem Hafer (siehe Kapitel 4). Durch die Fragen 3 und 4 wird deutlich, dass weniger als die Hälfte der Befragten (34%) schon einmal glutenfreien Hafer gekauft, und lediglich 28% aller Befragten schon einmal glutenfreien Hafer gegessen hat. Diese Minderheit bildet in Hinblick auf Verträglichkeit und Akzeptanz die Hauptstichprobe für Fragekomplex 1.

Die Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer ist bei den Befragten überwiegend (61%) als gut bis sehr gut eingeschätzt worden. Widersprüchlich hierzu ist der Vergleich in Tabelle 19, in dem einige Befragte glutenfreien Hafer als ungeeignet für die glutenfreie Diät halten, ihn aber gut bis sehr gut vertragen haben, und andere, die glutenfreien Hafer als geeignet befinden, ihn mittelmäßig bis schlecht vertragen haben. Eine Erklärung könnte sein, dass diesen Personen bekannt ist, dass viele Zöliakiebetreffende glutenfreien Hafer vertragen und sie ihn deshalb als geeignet für andere empfinden. Bei denjenigen, die glutenfreien Hafer vertragen haben und ihn nicht als geeignet empfinden (5,3%), liegt die Vermutung nahe, dass Fragen im Allgemeinen missverstanden werden können. Zum Beispiel könnten sich die Antworten dieser 5,3% auf deren Ernährung beziehen, und glutenfreier Hafer von ihnen aus geschmacklichen Gründen als nicht geeignet empfunden wird. Genaue Gründe können nicht benannt werden, doch anhand dieses Widerspruchs wird deutlich, dass Antworten durch Missverständnisse, Unaufmerksamkeit etc. verfälscht sein können. Daher bietet sich das Verwenden von Kontrollfragen an.

Die zweite Leitfrage im Fragenkomplex 1 „*Wie groß ist das Vertrauen in glutenfreien Hafer?*“ wird vor allem durch die Einschätzung von glutenfreiem Hafer für die glutenfreie Diät beantwortet. Die Antworten aus den Fragen 11 und 12 sind hierbei ausschlaggebend. 20% der Befragten (92 von 464 Personen) gaben Vertrauen als Grund dafür an, dass glutenfreier Hafer für die glutenfreie Diät geeignet ist. Dagegen gaben 16% Misstrauen und 6% Unsicherheit als Grund dafür an, dass glutenfreier Hafer nicht geeignet ist. Da die Unsicherheit vermutlich bewirkt, dass glutenfreiem Hafer misstraut wird können die beiden Kategorien für diesen Fall zusammengezählt werden. Dies führt zu der Schlussfolgerung, dass annähernd gleich viele Personen glutenfreiem Hafer vertrauen wie misstrauen. Ein Problem, welches sich hierbei auftut, ist die Unwissenheit vieler Befragter. Beispielsweise schrieb eine Person, dass sie denkt glutenfreier Hafer sei lediglich aus gewinnbringenden Gründen als glutenfrei ausgezeichnet, und unterscheide sich nicht von „normalem“ Hafer. Eine andere Person unterstellte Genmanipulation bei der Herstellung von glutenfreiem Hafer. Diese Unwissenheit sorgt ebenfalls für ein Misstrauen bzw. eine Ablehnung von glutenfreiem Hafer für die glutenfreie Diät und zeigt, dass es hier Aufklärungsbedarf gibt.

Die dritte Leitfrage „*Inwieweit wird glutenfreier Hafer von Zöliakiebetreffenden akzeptiert und in die Ernährung eingebunden?*“ legt ihren Fokus auf die Akzeptanz von glutenfreiem Hafer unter den Befragten. Das Verhältnis von Vertrauen zu Misstrauen lässt lediglich die Aussage zu, dass glutenfreier Hafer zu gleichen Teilen akzeptiert sowie abgelehnt wird. Da in diesem Zusammenhang ein anderes Ergebnis erwartet wurde (siehe Hypothese), sind die Fragen 8 und 9 in den Fragebogen integriert worden. Die Ergebnisse aus Frage 8 („*Essen Sie auch „normalen“ Hafer?*“) zeigen lediglich die Ablehnung von Hafer unter den Befragten, mit 95%. Diese starke Ablehnung könnte aber auch ein Grund für die Ablehnung von glutenfreiem Hafer sein. Beispielsweise schrieb eine Person auf die Frage, warum glutenfreier Hafer nicht für die glutenfreie

Ernährung geeignet sei, dass sie ihr ganzes Leben gehört hätte sie dürfe keinen Hafer essen und das würde sie heute noch davon abhalten Produkte mit Hafer zu kaufen. Folglich könnte die Gewohnheit „normalen“ Hafer abzulehnen, zu einer Ablehnung von glutenfreiem Hafer führen. Ein weiterer Aspekt könnte das fehlende Zeichen der DZG, die durchgestrichene Ähre, sein, denn diese würde die Glutenfreiheit sicherstellen. Die Auswertung des Fragebogens hat jedoch ergeben, dass diese Vermutung verworfen werden kann. Lediglich 17% vertrauen nur Produkten mit der Ähre und 12% haben Produkte ohne Ähre noch nie gekauft. Bei der zweiten Frage kann davon ausgegangen werden, dass sie missverstanden wurde bzw. missverständlich gestellt ist. Vermutlich haben viele Befragte das Zeichen mit der Aufführung in der Lebensmittelaufstellung der DZG verwechselt.

Ein anderer Aspekt ist die Akzeptanz von glutenfreiem Hafer gegenüber normalem Hafer. Frage 24 bezieht sich auf eine Aussage, welche „normalen“ Hafer und glutenfreien Hafer gleichstellt und letzteren als optimal für die gemeinsame Ernährung von Zöliakieerkrankten und Nicht-Erkrankten bezeichnet. Zwar stimmen 46% der Befragten der Aussage etwas bis sehr zu, doch da 32% dem wenig bis gar nicht, und der Rest (22%) nur mittelmäßig zustimmt, ist keine deutliche Mehrheit zu erkennen. Eine Erklärung für die Ablehnung der Aussage könnte Unwissenheit sein, wie z.B. die Aussage, glutenfreier Hafer wäre genmanipuliert. An dieser Stelle wird erneut die Dringlichkeit einer Aufklärung deutlich. Auch andere Erklärungen kommen hier in Betracht. Vermutlich spielt der Preisunterschied wie in Kapitel 2.6 beschrieben ebenfalls eine Rolle. So wäre es teurer, eine große Familie mit glutenfreiem Hafer zu ernähren, statt nur die zöliakieerkrankte Person. Des Weiteren ist es möglich, dass einige der Befragten die Aussage aus Gründen eines wahrgenommenen unterschiedlichen Geschmacks ablehnen.

Das Potential von glutenfreiem Hafer, welches durch die Studie deutlich wird, kann nicht ohne weiteres auf den deutschen Markt bezogen werden. Da durch das Internet alle Personen mit einem Internetanschluss Zugang zu dem Link hatten, wäre eine Frage nach der Postleitzahl oder dem Bundesland an dieser Stelle sinnvoll gewesen. Die Gruppe „Zöliakie Austausch“ hat eine sogenannte PLZ-Liste, in der sich 543 Personen eingetragen haben. 10% dieser Personen (34 Personen wohnen in Österreich, 6 Personen in der Schweiz und eine Person in Italien) sind nicht aus Deutschland. Diese „Ausreißerquote“ wird das Ergebnis nicht stark beeinflussen, zudem wird davon ausgegangen, dass die Seiten der DZG überwiegend von Deutschen aufgerufen werden. Im folgenden Teil werden die Ergebnisse daher trotz dessen auf den deutschen Markt bezogen.

Die glutenfreie Ernährung ist mittlerweile so bekannt, dass Hersteller damit beginnen, ihre Produkte als glutenfrei auszuzeichnen. Vor allem Discounter versehen ihre Ware, hauptsächlich das Wurstsortiment, mit dem Hinweis glutenfrei (eigene Beobachtung). Durch die neue Kennzeichnungs-Verordnung, die im Dezember 2014 in Kraft tritt, wird die Zusammensetzung der

Lebensmittel für den Endverbraucher noch klarer zu erkennen sein, sogar auf „lose Ware“ gilt die neue Kennzeichnungsverordnung. Doch wie wirkt sich das auf die Nachfrage nach glutenfreien Lebensmitteln? Für diese Arbeit heißt die Frage eher: Wie wirkt sich diese Markterweiterung und zunehmende Transparenz auf die Nachfrage nach glutenfreiem Hafer aus?

Nur 50% der Befragten wünschen sich neue Produkte mit glutenfreiem Hafer. Die fehlende Aufklärung über glutenfreien Hafer oder der bereits sehr gut abgedeckte glutenfreie Markt könnten die Ursachen dafür sein. Letzteres bestätigen die Ergebnisse aus Frage 19, denn 89% der Befragten gaben an, mittelmäßig bis sehr zufrieden mit dem Angebot an glutenfreien Lebensmitteln zu sein. Auch die Ergebnisse aus Frage 18 bestätigen dies. Hierbei haben lediglich 25% aller Befragten angegeben, dass sie sich keine der genannten Produkte kaufen oder kaufen würden. Dies könnte aber auch an der festgelegten Auswahl an Antwortmöglichkeiten liegen. Eine halb offen konzipierte Frage hätte hier weitergeholfen.

Die Nachfrage nach glutenfreiem Hafer ist mit 75% (Frage 18) aller Befragten, die Produkte kaufen oder kaufen würden, sehr hoch. Am häufigsten richtete sich die Nachfrage auf Müsli mit glutenfreiem Hafer. Dazu kommen Haferkekse, Backwaren (Brot und Brötchen) und Haferflocken mit glutenfreiem Hafer. Das Potential von glutenfreiem Hafer liegt folglich übermäßig in diesen Verarbeitungsmöglichkeiten. Hinzu kommt, dass viele Befragte (58%) angaben, neue Produkte zeitnah auszuprobieren und 36% gerade das kaufen was ihnen gefällt. Dies birgt die Chance diese Gruppen mittels Marketingaspekten (Werbung, Layout, etc.) zum Kauf glutenfreier Haferprodukte zu bewegen.

Schlussfolgerung und Fazit

Das Ergebnis der Studie zeigt, dass eine Aufklärung über die Herstellung von glutenfreiem Hafer essentiell für den Markterfolg ist. Das wird besonders durch das herrschende Misstrauen und die Unwissenheit unter vielen Befragten deutlich. Obwohl die Kaufbereitschaft bei 75% der Befragten vorhanden ist bzw. vorhanden wäre, haben weniger als ein Drittel der Befragten bereits Erfahrungen mit glutenfreiem Hafer gemacht. Dies ist ein weiteres Indiz für die fehlende Aufklärung unter Zöliakiebetreffenen. Die Verträglichkeit wurde unter den Befragten überwiegend als gut eingeschätzt, so dass hierdurch keine Probleme für den Markterfolg entstehen. Auch diverse Studien wie die in der Arbeit erwähnte 5-Jahres-Studie von Janatuinen et al. bestätigen die Verträglichkeit. Da dies die einzige langfristige Studie ist, wäre es empfehlenswert die Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer bei Zöliakiebetreffenen in einer weiteren Studie über einen langen Zeitraum zu untersuchen.

Hafer an sich wird von 95% der Befragten abgelehnt, doch knapp die Hälfte der Befragten schätzte glutenfreien Hafer als guten Ersatz ein. Das nur die Hälfte so schätzt, liegt vermutlich am erwähnten Misstrauen und der Unwissenheit, was wiederum die Wichtigkeit der Aufklärung durch die Hersteller bestätigt. Auch Ärzte, Ernährungsberater und Gesellschaften, wie die Deutsche Zöliakie Gesellschaft sollten sich aktiv an der Aufklärung der Betroffenen beteiligen.

Dadurch dass die Supermärkte glutenfreie Lebensmittel zunehmend miteinander beiziehen und viele Befragte Hinweise auf Discounterprodukten zur Glutenfreiheit erwähnen, wird deutlich, dass der Markt hierhingehend auf dem Vormarsch ist. Glutenfreie Lebensmittel rücken zunehmend in den Fokus des Lebensmittelhandels, was auch neue Chancen für glutenfreien Hafer beinhaltet. 89% der Befragten sind zwar mit dem Angebot an glutenfreien Lebensmittel zufrieden, doch 2/3 der Befragten probieren zeitnah neue Produkte aus. Vor allem Müsli, Haferflocken, Haferkekse und Backwaren werden hierbei eine Marktlücke für glutenfreien Hafer sein.

Abschließend kann gesagt werden, dass glutenfreier Hafer ein gutes Potential auf dem deutschen Markt hat, doch lediglich wenn durch Marketingaspekte oder andere Aktionen eine Aufklärung der Betroffenen hinsichtlich glutenfreien Hafers erfolgt. Weitere Forschungen bezüglich der Art und Weise dieser Aufklärungs- und Marketingstrategien sind an dieser Stelle notwendig, konnten aber im Rahmen dieser Arbeit nicht behandelt werden.

Zusammenfassung

Zöliakie ist eine chronische Erkrankung, die einer lebenslangen glutenfreien Diät bedarf. Glutenfrei bedeutet Getreide wie Weizen, Roggen, Gerste und deren Untergruppen zu meiden. Dafür gibt es Lebensmittel auf Basis von Mais, Reis, Hirse, Quinoa etc., die als Alternative für Zöliakiebetreffende dienen. Hafer ist von Natur aus glutenfrei. Er kann jedoch im Anbau sowie bei der Ernte und Verarbeitung mit Gluten kontaminiert werden. Da die Höhe der Kontamination stark variiert, sollten Zöliakiebetreffende sich nicht auf die Glutenfreiheit von konventionellem Hafer verlassen. Finnland und andere skandinavische Länder haben dies bereits vor einiger Zeit entdeckt und bauen Hafer daher in besonderer Hinsicht auf die Kontaminationsgefahren an. In Deutschland ist der Hersteller Bauckhof der Einzige, der glutenfreien Hafer anbaut. Auf Grund der aktuellen Studienlage hat die Deutsche Zöliakie Gesellschaft eine maximal empfohlene tägliche Verzehrmenge von 50g glutenfreiem Hafer festgelegt.

Die vorliegende Arbeit beschäftigte sich in diesem Zusammenhang mit der Untersuchung der Akzeptanz und des Potentials von glutenfreiem Hafer in Deutschland. Da es keine Primärstatistik zu diesem Thema gibt, wurde eine eigens für die Arbeit entwickelte Studie durchgeführt. Das verwendete Studiendesign ist eine teilstandardisierte, quantitative Methode in Form eines Online-Fragebogens mit anschließender deskriptiver Datenanalyse. Der Fragebogen hat sich an den Aspekten Verträglichkeit, Vertrauen, Akzeptanz, Nachfrage und Potential von glutenfreiem Hafer orientiert. Die Einstellung des Fragebogenlinks erfolgte auf die Internetseite der DZG als auch in deren Facebook-Gruppe und in eine Facebook-Gruppe namens „Zöliakie Austausch“.

612 Personen haben den Fragebogen teilweise oder ganz ausgefüllt. Die Umfrage ergab, dass weniger als ein Drittel der Befragten schon einmal glutenfreien Hafer gegessen hatte. Die Verträglichkeit wurde dabei überwiegend als gut bewertet. Bei der Befragung hinsichtlich der Eignung glutenfreien Hafers für die glutenfreie Diät wurde deutlich, dass Misstrauen, Unsicherheit und Unwissenheit die drei größten Probleme für glutenfreien Hafer in Deutschland darstellen. Daher bedarf es an dieser Stelle dringend einer Aufklärung seitens der Hersteller, Gesellschaften wie die DZG, Ernährungsberatern und Ärzten. Grundsätzlich hat die Arbeit ergeben, dass glutenfreier Hafer ein hohes Potential auf dem deutschen Markt hat, doch lediglich wenn durch weitere Forschungen Marketingaspekte oder andere Aktionen herausgearbeitet werden, die eine erfolgreiche Aufklärung der Betroffenen hinsichtlich glutenfreien Hafers bewirken.

Abstract

Celiac disease is a chronic disease that requires a lifelong gluten-free diet. Gluten-free stands for avoiding grains like wheat, rye, barley and their subgroups. There are foods based on corn, rice, millet, quinoa, etc., which serve as an alternative for people suffering from celiac disease. Oats are gluten-free by nature. However, it can be contaminated by gluten in crop growing, harvesting and processing. As the level of contamination varies a lot people with celiac disease should not rely on the fact that oats are gluten-free by nature. Finland and other Scandinavian countries have already discovered this a long time ago. Their policy is to grow, harvest and process oats separately. This prevents the oats from being contaminated. The manufacturer Bauckhof is the only one that grows gluten-free oats in Germany. Due to recent studies, the German Celiac Society has set a maximum recommended daily dose of 50 g of gluten-free oats.

In this context the dissertation deals with the investigation of acceptance and potential of gluten-free oats by people with coeliac disease in Germany. As there is no primary statistics on this issue, a study was developed and afterwards conducted. The study design used is a semi-standardized, quantitative method in form of an online-questionnaire followed by descriptive data analysis. The questionnaire was based on the aspects of tolerance, trust, acceptance, demand and potential of gluten-free oats. The questionnaire-hyperlink was posted on the website of the DZG and their Facebook group. Apart from that, the hyperlink was posted on a second Facebook group called "celiac exchange".

612 people have answered the questionnaire partially or completely. The survey found that less than a third of respondents have ever eaten gluten-free oats. Over half of the respondents tolerated glutenfree oats well. The survey reveals that mistrust, uncertainty and ignorance are the most important facts why people with coeliac disease don't appraise glutenfree oats to be adequate for the glutenfree diet. Therefore it is obvious that the manufacturer as well as nutritionists, doctors and organizations such as the DZG need to undertake a clarification of facts about glutenfree oats. In conclusion the dissertation shows that glutenfree oats have a high potential on the German market already, but to succeed there is a need of marketing aspects and other methods that clarify the situation for consumers.

Literaturverzeichnis

Adams, J. (2010). Willem-Karel Dicke: Pioneer in Gluten-free Diet in the Treatment of Celiac Disease. Coeliac.com. <http://www.celiac.com/articles/22013/1/Willem-Karel-Dicke-Pioneer-in-Gluten-free-Diet-in-the-Treatment-of-Celiac-Disease/Page1.html>. Stand: 21.06.2013

Bauck GmbH und Co. KG (o.J.). Kontrolliert glutenfrei – Unsere glutenfreie Produktion. Bauck GmbH und Co. KG. <http://www.bauckhof.de/de/bauckhof-naturkost-rosche/glutenfrei/sicher-glutenfrei.html>. Stand: 15.08.2013

Bayerische Landesanstalt für Landwirtschaft (o.J.). Anbauswerpunkt von Triticale. Bayerisches Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (StMELF). <http://www.lfl.bayern.de/ipz/getreide/022324/> Stand: 20.08.2013

Bertz, H., Schmitting-Ulrich, S. (2010). 12.5 Zöliakie, In: Maximilian Ledochowski, Klinische Ernährungsmedizin, Wien: Springer, S.195-205

BDI - Berufsverband deutscher Internisten e.V. (2013). Zöliakie – Gluten-unverträglichkeit. Berufsverband deutscher Internisten e.V. http://www.internisten-im-netz.de/de_was-ist-zoeliakie_1200.html. Stand: 17.07.2013

BMELV – Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (2006). Die EU-Agrarreform – Umsetzung in Deutschland. Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz. (Publikation)

BMELV - Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (2012). Besondere Ernte- und Qualitätsermittlungen (BEE) 2012. Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz.(Broschüre)

BMELV - Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (2013). Allergenkennzeichnung auf verpackten Lebensmitteln ist Pflicht. Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz. <http://www.bmelv.de/SharedDocs/Standardartikel/Ernaehrung/SichereLebensmittel/Kennzeichnung/Allergenkennzeichnung.html>. Stand: 26.07.2013

BMU – Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit (2010). Verordnung zur Begrenzung von Kontaminanten in Lebensmitteln. Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit.

<http://www.bmu.de/service/publikationen/downloads/details/artikel/verordnung-zur-begrenzung-von-kontaminanten-in-lebensmitteln-kmv/>. Stand: 01.08.2013

Bundesministerium der Justiz (1998). Gesetz zum Schutz vor schädlichen Bodenveränderungen und zur Sanierung von Altlasten (Bundes-Bodenschutzgesetz - BBodSchG). Bundesministerium der Justiz. <http://www.gesetze-im-internet.de/bbodschg/>. Stand: 01.08.2013

Bundesministerium der Justiz (2012a). DüMV - Verordnung über das Inverkehrbringen von Düngemitteln, Bodenhilfsstoffen, Kultursubstraten und Pflanzenhilfsmitteln. Bundesministerium der Justiz. http://www.gesetze-im-internet.de/d_mv_2012/. Stand: 01.08.2013

Bundesministerium der Justiz (2012b). Gesetz zum Schutz der Kulturpflanzen (Pflanzenschutzgesetz - PflSchG). Bundesministerium der Justiz. http://www.gesetze-im-internet.de/pflschg_2012/. Stand: 01.08.2013

Bundesregierung (o.J.). Die gemeinsame Landwirtschaftspolitik der EU. Die Bundesregierung. http://www.bundesregierung.de/Webs/Breg/DE/Themen/Europa/EUPolitikfelder/landwirtschaft/_node.html;jsessionid=A0BA20F7319E444528E56F8C97111E65.s1t1. Stand: 01.08.2013

Bundessortenamt (2012). Beschreibende Sortenliste - Getreide, Mais, Öl- und Faserpflanzen, Leguminosen, Rüben, Zwischenfrüchte.- Ergänzungen. Hannover: Bundessortenamt

Bundesverband Boden e.V. (o.J.) Die Bodengare. Bundesverband Boden e.V. <http://www.bodenwelten.de/content/bodenschonende-landwirtschaft>. Stand: 31.07.2013

Codex Alimentarius (2013). About Codex. Codex Alimentarius – International Food Standard. <http://www.codexalimentarius.org/about-codex/en/>. Stand: 18.07.2013

Codex Alimentarius (2008). CODEX STANDARD FOR FOODS FOR SPECIAL DIETARY USE FOR PERSONS INTOLERANT TO GLUTEN – CODEX STAN 118-1979.

Diekmann, A. (2009). Empirische Sozialforschung. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Verlag GmbH

Duden (2013). Zöliakie, die. Bibliographisches Institut GmbH. <http://www.duden.de/rechtschreibung/Zoeliakie>. Stand 20.06.2013.

DZG – Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V. (2011). Hafer in der glutenfreien Ernährung - Stellungnahme des Wissenschaftlichen Beirats der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V. vom 16.02.2011. <http://dzg-online.de/hafer.52.0.html>, Stand: 16.08.2013

DZG(a) - Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V. (o.J.). Medizin. Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V.. <http://dzg-online.de/krankheitsbild.312.0.html>. Stand 20.06.2013.

DZG(b) - Deutsche Zöliakiegesellschaft e.V. (o.J.). Häufige Fragen und Antworten zum Thema Zöliakie. Wie erkennt man, dass Lebensmittel kein Gluten enthalten. Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V. <http://dztg-online.de/haeufige-fragen-und-antworten-zum-thema-zoeliakie.275.0.html>. Stand: 26.07.2013

DZG(c) – Deutsche Zöliakiegesellschaft e.V. (o.J.). Häufig gestellte Fragen und Antworten zum Thema Zöliakie. Was kostet die glutenfreie Ernährung?. Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V. <http://dztg-online.de/haeufige-fragen-und-antworten-zum-thema-zoeliakie.275.0.html>, Stand: 16.08.2013

Europäische Kommission (2006). VERORDNUNG (EG) Nr. 1881/2006 DER KOMMISSION vom 19. Dezember 2006 zur Festsetzung der Höchstgehalte für bestimmte Kontaminanten in Lebensmitteln. EUR-Lex – Der Zugang zum EU-Recht. <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:32006R1881:DE:NOT>. Stand: 01.08.2013

Europäisches Parlament und der Rat der europäischen Union (2003). VERORDNUNG (EG) Nr. 2003/2003 DES EUROPÄISCHEN PARLAMENTS UND DES RATES vom 13. Oktober 2003 über Düngemittel. Europäisches Parlament und der Rat der europäischen Union. http://www.gesetze-im-internet.de/d_mv_2012/. Stand: 01.08.2013

Europäisches Parlament und der Rat der europäischen Union (2009). VERORDNUNG (EG) Nr. 1107/2009 DES EUROPÄISCHEN PARLAMENTS UND DES RATES vom 21. Oktober 2009 über das Inverkehrbringen von Pflanzenschutzmitteln und zur Aufhebung der Richtlinien 79/117/EWG und 91/414/EWG des Rates. Europa – Zusammenfassung der EU-Gesetzgebung. http://europa.eu/legislation_summaries/food_safety/plant_health_checks/sa0016_de.htm. Stand: 01.08.2013

FAOSTAT – Food and Agricultural Organization of the United Nations (2013). Agricultural production – crops primary. Methods and standards. FAOSTAT. <http://faostat3.fao.org/home/index.html#METADATA>. Stand: 03.08.2013

Harris, L., Park, J., Voltaggio, L., Lam-Himlin, D. (2012). Celiac Disease: clinical, endoscopic, and histopathologic review. In: Gastrointestinal Endoscopy, 2012, Jg. 76, Nr. 3. Seite 625-640

Janatuinen, E., Pikkarainen, P., Kempainen, T., Kosma, V-M., Järvinen, R., Uusitupa, M., Julkunen, R. (1995) A comparison of diets with and without oats in adults with coeliac disease. in: The New England Journal of Medicine. Jg. 333, Nr.16, S.1033-1037

Janatuinen, E., Kempainen, T., Julkunen, R., Kosma, V-M., Mäki, M., Heikkinen, M., Uusitupa, M. (2002). No harm from five year ingestion of oats in coeliac disease. in: GUT – An International Journal of Gastroenterology and Hepatology. Jg. 50, S.332-335

- Klein, M.** (o.J.) Monokultur. Gabler Wirtschaftslexikon. Springer Gabler Verlag (Hrsg.).
<http://wirtschaftslexikon.gabler.de/Archiv/136732/monokultur-v4.html>. Stand 31.07.2013
- Kupfer, S., Jabri, B.** (2012). Pathophysiology of Coeliac Disease. in: Gastrointestinal Endoscopy Clinics of North America. Jg. 22, Nr. 4, S.639-660
- Landwirtschaftskammer NRW** (2011). Fruchtfolge. Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen. (Ratgeberbroschüre)
- Lieberei, R., Reisdorff, C.** (2007). Nutzpflanzenkunde. Stuttgart: Georg Thieme Verlag (7. Auflage)
- Mäki, M., Collin, P.** (1997). Coeliac Disease. in: Lancet. Jg. 349, S. 1755-59
- Matull A., Wohler M.** (o.J.). Hafer. In: information.medien.agrar (i.m.a) e.V. (Hrsg.), Union zur Förderung von Oel- und Proteinpflanzen e.V. (Hrsg.). Pflanzen in der Landwirtschaft. S. 18-21
- Quatember, A.** (2008). Statistik ohne Angst vor Formeln. München : Pearson Education
- Querfood** (2013). Über uns. Querfood glutenfrei leben – Carsten Ax e.K..
http://www.querfood.de/Ueber-uns:_:103.html, Stand: 16.08.2013
- Rat der Europäischen Union** (2009). VERORDNUNG (EG) Nr. 73/2009 DES RATES vom 19. Januar 2009 mit gemeinsamen Regeln für Direktzahlungen im Rahmen der gemeinsamen Agrarpolitik und mit bestimmten Stützungsregelungen für Inhaber landwirtschaftlicher Betriebe und zur Änderung der Verordnungen (EG) Nr. 1290/2005, (EG) Nr. 247/2006, (EG) Nr. 378/2007 sowie zur Aufhebung der Verordnung (EG) Nr. 1782/2003
<http://eur-ex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=CELEX:32009R0073:DE:NOT>.
 Stand: 01.08.2013
- Seibel, W.** (2005). Warenkunde Getreide – Inhaltsstoffe, Analytik, Reinigung, Trocknung, Lagerung, Vermarktung, Verarbeitung. Bergen/Dumme: Agrimedia GmbH
- Schneider, M.** (2009). Fruchtfolgegestaltung und konservierende Bodenbearbeitung/Direktsaat – Eine pflanzenbaulich/ökonomische Analyse. Technische Universität München.
- Socialbakers** (2013). Altersverteilung der deutschen Facebook-Nutzer. Statista GmbH.
<http://de.statista.com/statistik/daten/studie/70217/umfrage/altersverteilung-der-facebook-nutzer/>.
 Stand: 17.08.2013
- Statistisches Bundesamt** (2013a). Erntemenge von Getreide in Deutschland seit 1960. Statistisches Bundesamt zitiert nach Statista GmbH.

<http://de.statista.com/statistik/daten/studie/28890/umfrage/erntemenge-von-getreide-in-deutschland-seit-1960/> Stand: 28.07.2013

Statistisches Bundesamt (2013b). Anbaufläche von Hafer in Deutschland. Statistisches bundesamt zitiert nach Statista GmbH.

<http://de.statista.com/statistik/daten/studie/262494/umfrage/anbauflaeche-von-hafer-in-deutschland/> Stand: 28.07.2013

Stoven, S., Murray, J., Marietta, E. (2012). Celiac Disease: Advances in Treatment via Gluten Modification. in: Clinical Gastroenterology and hepatology, 2012, Vol. 10, No. 8. Seite 859-862

Strecker, O., Strecker, O. A., Elles, A., Weschke, H-D., Kliebisch, C. (2010). Marketing für Lebensmittel und Agrarprodukte. Frankfurt am Main: DLG-Verlags-GmbH

Techniker Krankenkasse (2013). „Iss was, Deutschland?“ – TK-Studie zum Ernährungsverhalten in Deutschland. Techniker Krankenkasse Pressestelle (Hrsg.). S. 24

The Khosla Group (2012). Therapeutic Strategies for Coeliac Sprue. The Khosla Laboratory - Stanford University. http://www.stanford.edu/group/khosla/Celiac_Sprue.html. Stand 17.07.2013

Thompson, T. (1997). Do oats belong in a gluten-free diet? in: Journal of American Dietetic Association. Vol. 97, No. 12, S. 1413-1416

Thompson, T. (2003) Oats and the gluten-free diet. in: Journal of the American Dietetic Association. Vol. 103, No. 3, S. 376-379

Eidesstattliche Erklärung

„Ich versichere, dass ich vorliegende Arbeit ohne fremde Hilfe selbständig verfasst und nur die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Werken entnommene Stellen sind unter Angabe der Quelle kenntlich gemacht.“

Hamburg, 21.08.2013

Unterschrift Stefania Meschkat

Anhang

Anlage 1: Der Fragebogen

Umfrage für die Bachelorarbeit von Stefania Meschkat im Studiengang Ökotrophologie an der HAW Hamburg

Herzlich Willkommen und vielen Dank, dass Sie sich bereit erklären an der Umfrage teilzunehmen. Ich heiße Stefania Meschkat und studiere Ökotrophologie an der HAW Hamburg im letzten Semester. Meine Bachelorarbeit schreibe ich über Hafer als glutenfreies Lebensmittel, wozu ich einen kurzen Fragebogen vorbereitet habe, der die Verträglichkeit bei Zöliakiepatienten untersuchen soll. Mit der Umfrage wird es möglich sein, Einschätzungen über das Potenzial von glutenfreiem Hafer zu machen, um so den Markt glutenfreier Produkte eventuell zu vergrößern. Dieser Fragebogen ist selbstverständlich anonym. Ich bitte Sie nun möglichst ehrlich und wahrheitsgemäß zu antworten und wünsche Ihnen viel Spaß beim Ausfüllen!

1 Welche Aussage trifft auf Sie zu ? (Pflichtfrage)

- Ich habe eine diagnostizierte Zöliakie
- Einer oder mehrere meiner Angehörigen hat/haben Zöliakie, ich kaufe seine/deren glutenfreie Lebensmittel ein.
- Antwort 1 und Antwort 2 treffen auf mich zu.
- Ich habe keine diagnostizierte Zöliakie, doch kaufe für mich glutenfreie Lebensmittel.
- Keine der Aussagen trifft auf mich zu. **Sprung** -> "Vielen Dank für Ihre..."

2 Ernähren Sie bzw. die Person, für die Sie einkaufen, sich glutenfrei? (Pflichtfrage)

- Ja, strikt glutenfrei.
- Nein, ich/die Person achte/achtet nicht auf Gluten.
- Ich binde glutenfreie Lebensmittel in meine Ernährung ein, lebe aber nicht strikt glutenfrei .

3 Haben Sie schon einmal ein Produkt/mehrere Produkte mit glutenfreiem Hafer gekauft? (Pflichtfrage)

- Ja
- Nein **Sprung** -> "Haben Sie (bzw. die ..."
- Weiß ich nicht **Sprung** -> "Haben Sie (bzw. die ..."

4 Welches Produkt und von welcher Marke? (auch Mehrfachnennungen möglich)
(Pflichtfrage)



5 Haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) schon einmal explizit als glutenfrei ausgezeichneten Hafer gegessen (pur oder in Produkten enthalten)? (Pflichtfrage)

- Ja
- Nein **Sprung** -> "Essen Sie (bzw. die ..."
- Weiß ich nicht **Sprung** -> "Essen Sie (bzw. die ..."

6 Wie haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) diesen vertragen? (Pflichtfrage)
(hier geht es nur um die Verträglichkeit von PUREM Hafer)

- Sehr gut
- Gut
- Mittelmäßig
- Schlecht
- Sehr schlecht
- Trifft nicht zu

7 Wie haben Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) diesen vertragen? (Pflichtfrage)
(hier geht es um die Verträglichkeit von glutenfreiem Hafer in Produkten, wie z.b. Müsli)

- Sehr gut
- Gut
- Mittelmäßig
- Schlecht
- Sehr schlecht
- Trifft nicht zu

8 Essen Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) „normalen“ Hafer (der nicht als glutenfrei ausgezeichnet ist)? (Pflichtfrage)

- Ja
- Nein **Sprung** -> "Ist glutenfreier Haf..."

9 Wie ist ihre Verträglichkeit (bzw. die Verträglichkeit der Person für die Sie einkaufen) gegenüber „normalem“ Hafer? (Pflichtfrage)

- Sehr gut
- Gut
- Mittelmäßig
- Schlecht
- Sehr schlecht

10 Ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach für eine glutenfreie Diät geeignet? (Pflichtfrage)

- Ja
- Nein **Sprung** -> "Warum ist glutenfrei..."

11 Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach für eine glutenfreie Diät geeignet? (Pflichtfrage)

12 Warum ist glutenfreier Hafer Ihrer Meinung nach nicht für eine glutenfreie Diät geeignet? (Pflichtfrage)

An empty rectangular text input field with a thin border. On the right side, there are two small square buttons: the top one has an upward-pointing arrow, and the bottom one has a downward-pointing arrow, indicating a scrollable area.

13 Vertrauen Sie auch Produkten, die als glutenfrei ausgezeichnet sind, jedoch nicht die durchgestrichene Ähre der DZG (Deutschen Zöliakiegesellschaft) tragen? (Pflichtfrage)

- Ja
- Nein

14 Haben Sie solche Produkte schon einmal gekauft? (Pflichtfrage)

- Ja
- Nein **Sprung** -> "Wünschen Sie (bzw. d...)"

15 Von welcher Marke haben Sie ein solches Produkt gekauft? (Pflichtfrage)

An empty rectangular text input field with a thin border. On the right side, there are two small square buttons: the top one has an upward-pointing arrow, and the bottom one has a downward-pointing arrow, indicating a scrollable area.

16 Wünschen Sie (bzw. die Person für die Sie einkaufen) sich mehr Produkte, die glutenfreien Hafer beinhalten? (Pflichtfrage)

- Ja
- Nein **Sprung** -> "Welche der folgenden..."

17 Nennen Sie zwei Produkte, die Sie sich mit glutenfreiem Hafer wünschen würden:
(Pflichtfrage)

1)

2)

18 Welche der folgenden Produkte kaufen Sie regelmäßig bzw. würden Sie regelmäßig kaufen, wenn Sie glutenfrei auf dem Markt wären? (Mehrfachnennung möglich)
(Pflichtfrage)

(Mehrfachnennungen sind möglich)

- Hafermehl
- Haferflocken
- Haferkekse
- Müsli mit Haferflocken
- Brot mit Hafer
- Keins der genannten

19 Wie zufrieden sind sie mit dem bisherigen Angebot an glutenfreien Lebensmitteln?
(Pflichtfrage)

- Sehr zufrieden
- Etwas zufrieden
- Mittelmäßig zufrieden
- Etwas unzufrieden
- Sehr unzufrieden

20 Probieren Sie zeitnah neue Produkte aus, die auf den Markt gekommen sind? Oder warten Sie erst auf ein Feedback von anderen Verbrauchern? (Pflichtfrage)

- Ja, ich probiere zeitnah aus.
- Nein, ich warte auf ein Feedback.
- Ich kaufe die Produkte die ich kenne und das reicht mir.
- Ich kaufe das, was mir gerade gefällt, egal ob es neu ist oder alt.

21 Wie viele Personen leben in ihrem Haushalt? (Pflichtfrage)

- Ich alleine
- Ich+1
- Ich+2

- Ich+3
- Ich+4
- Ich+5
- Ich+ über 6

22 Ihr Alter: (Pflichtfrage)

23 Ihr Geschlecht (Pflichtfrage)

- Weiblich
- Männlich

24 Wie sehr stimmen Sie der folgenden Aussage zu:
„Glutenfreier Hafer ist für eine gemeinsame Ernährung von Zöliakiepatienten und Nicht-Zöliakiepatienten optimal, weil er sich in keinem Attribut (Geschmack, Aussehen, Textur,...) vom „normalen“ Hafer unterscheidet“ (Pflichtfrage)

- Sehr
- Etwas
- Mittel
- Wenig
- Gar nicht

Vielen Dank für Ihre Teilnahme. Sie können den Internet-Browser jetzt schließen.

Anlage 2: Antworten aus Frage 4

Spalte1

Rewe Müsli

das weiß ich leidernicht mehr

Nicht mehr bekannt, schon etwas länger her.

Haferflocken - Bauck Haferbrotmix - Finax Hafermehl - irgend eine schwedische Firma

Glutenfreie Haferflocken, Demeter

Kekse. Den Hersteller kann ich leider nicht mehr nennen.

Glutenfreie Haferflocken von Bauckhof Hafer Cookies Backmischung glutenfrei von Bauckhof

Haferflocken - glutenfrei (Oatflakes), Provena

Backmischung für Haferplätzchen, Hersteller weiß ich nicht mehr

Bauckhof glutenfreie Haferflocken

haferflocken vom bauckhof

glutenfreie Haferflocken von Bauck Hof

Haferflocken von Bauckhof

gf Haferflocken von Bauckhof

glutenfreie Haferflocken von Bauck

Rewe frei von (müsli)

ich kann mich nicht erinnern

Glutenfreie Haferflocken aus dem reformhaus. Tut mir leid die marke weiss ich nicht mehr...

Müsli von Semper, aus Versehen.

BAuckhof Haferflocken, diverse gf-Müsli

glutenfrei Haferflocken -> Cookies Müsli

Bauck glutenfreie Haferflocken

glutenfreien Hafer für Müsli o.ä.

Haferflocken im Reformhaus

Haferflocken von Bauck

Finax, Provena

Fritz muehle haferbrot, rewe muesli

Haferflocken von Bauckhof

Haferflocken von Bauckhof Müsli von Rewe Freefrom

Haferflocken Semper, Backmischung Haferkekse (Bauckhof?)

rewe frei von schoko müsli

Bauckhof - glutenfreie Haferflocken

Rewe "frei von" Schoko-Müsli glutenfrei

Bauckhof - HaferCookies Bauckhof Haferflocken

Glutenfreie Haferflocken. Bauckhof

Glutenfreie Haferflocken von einem schwedischen? Hersteller. Marke weiss ich leider nicht mehr...

einfach glutenfreie Haferflocken, die Marke weiß ich leider nicht mehr

Rewe-Müsli, Brot von Fria

Bauckhof - glutenfreie Haferflocken Semper - Haferknäcke Brot, Brotbackmischung mit Hafer, Haferkekse

Haferkekse von Bauk Hof Müsli von Frei von (Rewe) Viele Skandinavische Produkte zbs Crunch Müsli, Brotbackmischungen

gf Haferflocken, Marke weiß ich nicht mehr

Haferflocken mit Apfel Firma: Rosies Haferflocken Firma: Semper

Haferflocken von Bauck

Rewe Frei Von Schokomüsli, Hafer gf von Bauck

Müsli von Freefrom (Rewe) Haferflocken Bauckhof

Haferflocken vom Reformhaus, Marke Bauckhof

Bauckhof Glutenfreie Haferflocken

Bauck Haferflocken

Bauckhof Backmischung für Haferkekse, glutenfreie Haferflocken

Bauckhof glutenfreie Haferflocken

Glutenfreie Haferflocken von Bauckhof

glutenfreie Haferflocken von Bauckhof gf Backmischung für Hafercookies - Bauckhof

rewe frei-von müsli, glutenfreie bio-haferflocken

Haferflocken glutenfrei Provena

Glutenfreie Haferflocken von Bauck

Glutenfreie Haferflocken (Kleinblatt) - Bauck Hof

Glutenfreie Haferflocken

frei von - schokomüsli, haferbrot von poensgen

Hafer aus Finnland (Marke vergessen)

Rewe frei von Müsli

glutenfreie Haferflocken

Haferflocken aus dem Reformhaus von "Bauer", Schokomüsli erhältlich in den Rewe-Filialen von "Frei von"

Havregryn - Semper

Bauck Haferflocken GF

Glutenfreie Haferflocken von bauck Hof und Müsli crunch von finax

haferflocken von bauckhof

Brot (weiß leider nicht mehr von welchem Hersteller)

glutenfreie Haferflocken (aus der Bio Company)

semper- Havregryn

Bauckhof Haferkekse, Hammermühle Müsli

Glutenfreier Hafer von bauck

provena glutenfreie Haferflocken provena glutenfreies Hafer-Vollkornmehl Bauck glutenfreie Haferflocken

Kölln´s Kernige Haferflocken

Weiß ich leider nicht mehr genau.

glutenfreie Haferflocken von Bauck

Generell Produkte mit Hafer, meist im Ausland (keine speziell gekennzeichneten Produkte "glutenfreier Hafer")

hammermühle

Semper Havregryn (also Haferflocken)

Von Semper - Kick Natural crunchy (danach etwas Bauchprobleme gehabt) von Bauck Hof - glutenfreie Haferflocken Kleinblatt (wenn in Maßen gegessen, gut vertragen)

glutenfreie Haferflocken von Bauck

/

Haferflocken (Bauck?)

Bauckhof, Finax, Semper, Kekse, Müsli, Haferflocken

Bauck Haferflocken

Glutenfreie Haferflocken von Semper

Rewe Produkte Brötchen Reformhaus

Schokomüsli von free from (rewe)

Frei von... Müsli Früchte und Schoko (REWE Eigenmarke)

glutenfreie Haferflocken von Bauck Hof

Haferflocken aus dem Reformhaus

Bauckhof, Rewe frei von Müsli

Haferflocken von Semper

Frei von - das Müsli - von Rewe

Semper Haferprodukte, Bauckhof Haferflocken

Es war vor mehreren Jahren in Irland. Leider kann ich mich an den Namen nicht mehr erinnern. Es waren Kekse.

haferflocken von bauckhof

Glutenfreie Haferflocken aus dem Biomarkt, Marke leider unbekannt

Semper Haferflocken

Haferkekse Bauckhof

Haferkeksteig Bauk, Haferbrödmischung und anderes

Haferflocken

glutenfreie Haferflocken von Bauck

Haferflocken und Hafer-Knäckebrot von Semper

glutenfreie Haferflocken von Bauck GmbH

aus Reformhaus Glutenfreier Hafer. Marke weiss ich jetzt leider nicht.

Keine ahnung

Haferflocken "Havregryn", Semper Haferflocken - glutenfrei (Oatflakes), Provena

glutenfreie Haferflocken - Kleinblatt von Bauck-Hof 475 g Fa. Bauck GmbH & Co KG, Duhewitz 4, D 295771 www.bauckhof.de gekauft in A-9500 Villach Fa. Martin-Reformhaus im Atrio

Haferflocken von Bauckhof

Hafer für Müsli

Das Rewe frei von.. Schokomüsli

Glutenfreie haferflocken von der Firma Bauckhof Mit diesem Produkt bin ich sehr flexibel und kann es für verschiedene Lebensmittel einsetzen wie Brot, Müsli etc.

glutenfreie haferflocken - demeter schoko- und fruchtemüsli -frei von (rewe)

Bauckhof: Haferkeks (Backmischung) Bauckhof: glutenfreie Haferflocken

glutenfreie Haferflocken demeter

glutenfreie Haferflocken von Bauck

weiß nicht

Schoko-Müsli Glutenfrei* Marke: REWE

Demeter Haferflocken glutenfrei

Zwei verschiedene Müslis: eins von Rosies (ich glaube die stammt aus den Niederlanden) und ich glaube das andere war von Schär.

Hafer Cookies Bauckhof

Rewe Frei von Schokomüsli

unkown

Haferflocken

Weiß ich nicht mehr, es waren lose Haferflocken aus dem Reformhaus.

Haferflocken von "Bauckhof", "Provena" und "Semper"

Haferflocken Bauck

Schokomüsli sowie Früchtemüsli von der Marke "frei von" (Rewe Hausmarke)

müsle von rewe

Baukhof - Glutenfreie Haferflocken

haferflocken von bauck

Baukhof und schwedisches Importprodukt von AXA

Bauk Hof Glutenfreie Haferflocken, Kleinblatt, 475 g

glutenfreie HAferflocken, Marke? Haferkekse, Semper

leider weiß ich das nicht mehr

Haferbrot- Mix von Finax

Haferflocken Firma nicht bekannt, Müsli von REWE free

Haferflocken von baukhof Haferbrot von einem schwedischen Hersteller Für einen bestimmten Kuchen verwende ich Schmelzflocken (125g für einen Kuchen) von Kölln

Bauk Hof Glutenfreie Haferflocken, Kleinblatt

Produkte von rewe free zB Schokomüsli glutenfreie Haferflocken von Semper und Bauck

Rewe frei von, Schokomüsli

Bauk Hof glutenfreie Haferflocken, diverse Produkte von Semper z.B. Grovknäcke

Bauk Hof Hafer Cookies Bauk Hof Haferflocken

Müslimischung

Bauk, Semper

Rewe - glutenfreies Müsli

Glutenfreies Bier (Grieskirchen, Österreich)

Schoko - Müsli der Firma Rewe frei von (enthält 20% Haferflocken) Hafer Cookies der Firma Bauk HOF

Hafer Cookies von Baukh

Semper

Haferkeksbackmischung von Baukhof Glutenfrei Haferflocken von Baukhof Glutenfreie Backwaren mit Hafer (Marke unbekannt, Schweden-Urlaub)

Baukhof

glutenfreie Haferflocken von Baukhof

Baukhof Glutenfreie Haferflocken Oatmeal Haferbrei+ Himbeere Finax Crunchy Müsli mit Haferflocken

Haferflocken von Baukhof

Baukhof Schwedenkontor

Bauk Hof "Glutenfreie Haferflocken" Kleinblatt

Glutenfreie Haferflocken. Den Hersteller weiß ich leider nicht mehr. Das Produkt gibt es mittlerweile nicht mehr.

Hafer von Bauck

weiß nicht mehr

Bauk gf Haferflocken, Bauck gf Haferbrotbackmischung

Fria Havre

glutenfreie Haferflocken aus dem Reformhaus

Haferflocken von Baukhof

Haferflocken

REWE Früchtemüsli glutenfrei > 20mg/kg

Müsli von frei von - rewe

.

-

Anlage 3: Antworten aus Frage 11 eingeteilt in die Kategorien

Verträglichkeit

Vertrage ihn und schmeckt gut in Müsli

Zur Anregung der Verdauung

Zur Anregung der Verdauung

Gut bekömmlich

wird gut vertragen - vertraue auf die Aussage "glutenfrei" der Hersteller

Ich hatte nur sehr selten eine Reaktion darauf. Ich kann auch nicht zu 100% sagen, ob es vom Hafer kommt oder doch von einem anderen verarbeiteten Lebensmittel.

weil ich keine auffälligen Symptome wie geschwollene Augen, Magenkrämpfe, Durchfall bekomme

Wenn der Hafer sortenrein ist und die entsprechenden Eiweiße im Hafer bei Zöliakie betroffenen nicht dieselbe Reaktion auslösen wie glutenhaltige andere Getreide kann er für eine ausgewogene Ernährung geeignet sein.

Verträglichkeit gut solange nicht mehr als 50g pro Tag.

Weil er an sich kein Gluten enthält, ob man ihn verträgt, ist eine andere Frage.

zumindest für Personen die sehr empfindliche Zöliakie haben (bereits auf aller kleinste Mengen reagieren) ist er denke ich in geringem Maß problemlos geeignet

Da Zöliakie erst seit kurzem (4 Wochen) bei mir diagnostiziert wurde, bedeutet "viel weniger Gluten" schon "sehr viel Wirkung". Insofern sehe ich keine Problem, einen als glutenfrei gekennzeichneten Hafer zu essen. Über die möglichen Nachteile bin ich (no

Na ja, weil Hafer ja an sich glutenfrei ist - somit auch gut für uns. Er ist ein guter Zusatz, weil alle anderen glutenfreien Getreidesorten sehr ballaststoffarm sind. Allerdings vertragen ihn viele Leute nicht, weil der Körper nicht mehr damit umgehen kann

Weil es in Schweden auch geeignet ist. Warum sollte es also in Deutschland nicht geeignet sein. Hätte es schon längst gekauft, leider hat mein Sohn trotz diagnostizierter Zöliakie keinerlei Symptome. Deswegen weiß ich nicht, wie ich herausfinden soll, ob

Er ist mir empfohlen worden und ich habe ihn gut vertragen

keine Beschwerden aufgetreten

Ich bekam keine Symptome und gehe daher davon aus dass der Hafer wirklich glutenfrei ist. Ich bin so sensitiv dass ich sehr schnell reagiere wenn ein Produkt nicht glutenfrei ist.

Na, wenn er glutenfrei ist, dann kann er gegessen werden. Das Gluten bereitet mir ja die Probleme.

Ich misch mir das unter Müsli und finde das ist halt ne Abwechslung. Bislang habe ich das vertragen. Esse aber max. 2 Esslöffel 1 mal pro Monat, da man ja noch keine definitive Aussage über die Auswirkungen hat.

In geringen Mengen schädigt er den Darm nicht.

Er ist nur dann geeignet wenn man ihn verträgt. Meine Kinder bekommen ihn jedoch nur in kleinsten Mengen, da ich noch skeptisch bin

Wenn keine Symptome der Unverträglichkeit auftreten, spricht nichts dagegen.

Weil er keine starken Probleme verursacht und es mal nach etwas Anderem schmeckt als immer nur Mais, Reis und Kartoffel.

Weil ich persönlich keine Probleme habe

gut verträglich Alternative für andere glutenfreie Getreidesorten

Wenn man es verträgt, kann man geringe Mengen essen, sagt auch die DZG. Kann man aber wohl nicht pauschal sagen (jeder reagiert anders..)

bisher sind bei meinem Sohn keine Reaktionen (Bauchschmerzen o.ä.) auf glutenfreie Haferflocken aufgetreten - auch seine Blutwerte sind weiterhin völlig in Ordnung. Der Hafer scheint also keine Probleme zu bereiten.

verträglich, schmeckt sehr gut und ist gesund

da die Antikörper-Werte meiner Tochter unverändert geblieben sind

Weil er gut verträglich ist und die Auswahl glutenfreier Produkte erweitert.

da ich zum Frühstück sehr gerne Haferflocken esse und diese mir bekommen

keine beschwerden verursacht

Den Hafer von Semper hatte ich nicht so gut vertragen, würde ich nicht nochmal kaufen, Provena habe ich gut vertragen und kaufe ich regelmäßig. Solange ich den Hafer vertrage kann er meiner Meinung nach nicht ungeeignet sein, da ich normalerweise auf "

keine blähungen, bauchschmerzen nach verzehr

Da mein Körper nicht negativ auf den glutenfreien Hafer reagiert hat .

weil ich ihn vertrage

keine Probleme damit

Weil ich davon keine Symptome bekomme

Weil schon normaler Hafer bei meiner Tochter keine offensichtlichen Probleme Verursacht (z.B. Haferflocken mit Fruchtsaft)

ich bemerke keinen Unterschied zu vorher, da es für mich nicht schlechter oder besser geht als vorher. Sie hat Hafer, nach unserem Empfinden, immer gut vertragen.

Ich habe ihn vertragen + reagiere schon auf minimalen Anteil von glutenfreier Weizenstärke

Ich habe ihn gut vertragen, habe auch vor der Diagnose sehr gern Hafer verwendet, besonders für Cookies und andere Gebäcke

Da (für mich persönlich!) gut verträglich (auch Laborwerte unauffällig), schmeckt gut

Verhältnismäßig zu anderen Getreiden ist Hafer in seiner Ursprungsform schon relativ gut verträglich

Weil ich ihn gut vertragen habe und er eine Bereicherung, vor allem im Müsli, darstellt.

Da es keine Komplikationen gab.

In geringen Mengen keine Beschwerden

Sicherheit/Vertrauen in die Sicherheit

solang es glutenfrei ist, ist alles geeignet

Der Hafer muss um als glutenfrei bezeichnet zu werden ja auch unter dem festgelegten Wert (0,2 mg?) liegen.

Wenn er glutenfrei ist, warum nicht?

eben weil es glutenfrei ist

Weil der Glutengehalt so niedrig ist, dass er als glutenfrei deklariert wird. Ich vertraue dem glutenfrei-Siegel.

Weil er so an sich nicht glutenfrei ist und man alles gebrauchen kann.

Wenn die DZG dieses Produkt als glutenfrei einstuft, ist es auch für eine glutenfreie Diät geeignet. Dies gilt ja auch bei anderen Produkten, z. B. glutenfreies Bier.

Weil er glutenfrei ist

Wenn er als glutenfrei deklariert wird, gehe ich davon aus, dass er behandelt wurde.

Weil keine Gluten enthalten ist, unter 20 ppm getestet.

glutenfrei eben und trotzdem verwendbar für burger, müsli, hafermilch..

Weil er so hoffe ich zumindest streng kontrolliert wird, damit kein Gluten enthalten ist.

Weil auf der verpackung das zeichen für ein productt ohne gluten steht! Dieses zrichen darf ja nur da drauf stehen wenn dieses prodkt auch wirklich glutenfrei ist. Die DZG überprüft dies..

Weil er glutenfrei ist.

Die Deklaration "glutenfrei" wird ja nicht einfach so vergeben.

weil er glutenfrei ist.

weil er kein Gluten enthält.

glutenfrei heißt doch dass man ihn dann essen darf, also warum nicht

naja, glutenfrei eben

Weil die Deutsche Zöliakie Gesellschaft es nicht ausdrücklich ausschließt und weil ich es einfach hoffe, dass es verträglich ist.

Weil er glutenfrei ist

Weil er per se glutenfrei ist und eine glutenfreie Verarbeitung realisierbar ist.

solange es glutenfrei ist, kann man es essen?!?

Ich verlasse mich auf die Angaben, ob etwas Glutenfrei ist, oder nicht. Deswegen würde ich mich auch darauf verlassen, dass der Hafer kein Gluten enthält.

... weil er glutenfrei ist?! Nochmal ess ich das Zeug aber nicht. Schmeckt nicht, ist teuer und hat genug Alternativen

Wenn dieser Hafer als glutenfrei deklariert wird, sollte er bewiesenermaßen die maximale Menge an Gluten von 20ppm nicht überschreiten. Glutenfreie Artikel unterstehen einer gewissenhaften Kontrolle, sodass ich davon ausgehe, dass mir glutenfreier Hafer n

Weil er an sich kein Gluten enthält, ob man ihn verträgt, ist eine andere Frage.

Alles, was glutenfrei ist, ist für eine glutenfreie Diät geeignet?!?

Ich sehe kein problem darin diesyen Hafer zu essen, wenn er wirklich 100%ig glutenfrei ist

Sollte der Hafer glutenfrei sein, sollte dies auch keine Auswirkungen haben?

da < 20ppm Gluten enthalten

wenn es wirklich glutenfrei ist, dann kann ja nicht viel passieren.

Weil es als 'glutenfrei' akzeptiert ist. Aus dem gleichen Grund, warum man glutenfreie Weizenstärke benutzt..

Die Produktion unterliegt einer starken Kontrolle im Anbau und in der Verarbeitung. Es wird auch explizit darauf hingewiesen, eine schrittweise und langsame Integration des Hafers in den Speiseplan vorzunehmen. Wenn dies gelingt ist es ein Gewinn zum Spei

verstehe die frage nicht. wenn der hafer kontaminationsfrei angebaut wurde und ich ihn ok vertrage, ist es doch klar, dass ich ihn für geeignet halte.

Weil die Richtwerte nicht überschritten werden und somit mit "glutenfrei" gekennzeichnet werden dürfen.

ich denke (hoffe) dass glutenfreier hafer getestet ist und somit keine gefahr für uns zöli´s darstellt. ich vertraue einfach darauf, obwohl ich sehr selten dieses produkt zu mir nehme da ich es leider nicht so gut vertrage

Weil er kein Gluten enthält

Wenn er als glutenfrei deklariert ist, sollte er glutenfrei sein und deshalb nicht schädlich für mich

Weil das Rohprodukt an sich glutenfrei ist und normalerweise erst im Betrieb mit anderen Getreidesorten, also Gluten kontaminiert wird.

glutenfrei ist glutenfrei und jede Bereicherung des Speiseplans ist mir Recht

Es ist für mich zwar äußerst ungewöhnlich (habe Zöliakie seit Geburt, d.h. seit 42 Jahren) und bin Jahrzehnte damit aufgewachsen, dass Hafer gf ist. Zwischenzeitlich ist er als gf deklariert und daher für eine gf Diät geeignet.

Weil der glutenfreie Hafer nunmal glutenfrei ist, wobei der normale Hafer zwar einen geringen Glutengehalt enthält, aber eben nicht glutenfrei ist.

Entweder weil er tatsächlich glutenfrei(er) ist und damit die Dünndarmzotten schont, mehr als der "normale" Hafer, oder es ist wie mit den Produkten von Minus-L, welche z.T. nur teurer verkauft werden, obwohl die "normalen" Produkte auch laktosefrei sind

Weil er laut Kontrolle kein Gluten enthält

Weil er glutenfrei ist und so hoffentlich gut verträglich für Zöliakiepatienten.

Weil es eben "glutenfrei" ist. Wenn es als "glutenfrei" gekennzeichnet ist, dann sehe ich kein Problem es nicht zu essen. Hatte aber bis jetzt noch nicht die Gelegenheit dazu.

Glutenfreier Hafer ist ein zusätzliches Getreide, das in den Speiseplan unbedenklich integriert werden kann.

Weil er glutenfrei ist und man damit z.B. Haferbrei machen kann und gerade für Babys ein wichtiges Nahrungsmittel darstellt.

Bei einer Zöliakie Typ 1 ist alles glutenfrei gut bekömmlich

Da er glutenfrei ist.

Weil er als Glutenfrei gekennzeichnet ist und ich keinerlei Beschwerden habe

Glutenfreie Produkte sollten wohl für glutenfreie Ernährung geeignet sein...

Glutenfrei heißt glutenfrei. Wer nicht gleichzeitig Probleme mit Hafer hat, für den ist glutenfreier Hafer bestens geeignet.

wenn es glutenfrei ist, was sollte daran falsch sein? ...

Weil er kein Gluten enthält?!

Falls GF ist, sollten kein Problem für eine GF Diät sein

Weil er glutenfrei ist :-)

Wenn der Hafer glutenfrei ist, kann ich ihn ohne Bedenken essen. Es würde die Ernährungsmöglichkeiten erweitern.

Der glutenfr. Hafer wird zumindest in Skandinavien nicht in unmittelbarer Nähe von Weizenfeldern angebaut und ist somit nicht kontaminiert. In Deutschland ist dies wohl anders.

kein/sehr geringer Glutengehalt, Kontamination durch sep. Anbau, sep. Verarbeitung ausgeschlossen

Wenn er als glutenfrei deklariert ist gehe ich davon aus, dass er meinen Darm nicht schädigt.

Wenn der Hafer glutenfrei ist und das auch drauf steht bzw. in der Aufstellung für glutenfreie Lebensmittel steht, wüsste ich nicht was dagegen spricht.

Ich gehe davon aus, dass er wenn er als glutenfrei deklariert wird, auch glutenfrei ist (ähnlich wie bei der glutenfreien Weizenstärke)- ich hoffe, ich irre mich nicht. Muss ehrlich sagen, ich weiß darüber einfach zu wenig Bescheid, weil wir Hafer prinzip

glutenfrei ist glutenfrei

wenn er glutenfrei ist, ist er glutenfrei...

Alle glutenfreien Lebensmittel sind geeignet

Weil er glutenfrei ist!

da bin ich auf der sicheren Seite

naja, wäre er sonst als glutenfrei ausgegeben?

weil er nicht durch Nachbarfelder (Weizen, Roggen, etc) kontaminiert ist... hoffe ich :)

Weil er glutenfrei ist?!?

Weil er kein Gluten enthält und ich ihn vertragen habe. Die Frage finde ich nicht sinnvoll, denn warum sollte gf Hafer bei einer gf-freien Diät nicht geeignet sein. Gf-Diät bedeutet doch, man darf alles essen, außer glutenhaltige Produkte und wenn in gf mmh? da es so gekennzeichnet sein muss und dann auch zuvor geprüft wurde

weil er als glutenfrei deklariert ist

weil es dazu wissenschaftliche Publikationen gibt, die das festgestellt haben

Wenn etwas glutenfrei ist sollte es ja auch glutenfrei sein. Warum also nicht.

das sagt der Name-wenn kein Gluten enthalten, sollte er auch geeignet sein

Laut Kinderarzt Prof. Stefan Wirth ist Hafer an sich unbedenklich. Spuren von Hafer können lediglich durch mit Gluten verunreinigte Lagerorte, Bestäubung von Nachbarfeldern etc. zustande kommen. Sind diese Gegebenheiten ausgeschlossen und der Hafer als gf wurde mir vom Chefarzt des Bereichs Gastroenterologie im Kölner Uni-Klinikum erlaubt

Ich vertraue die Kennzeichnung und das es meine Tochter vertragen hat.

Weil kein Gluten darin enthalten sein dürfte

na wenn er glutenfrei ist, kann man ihn auch essen

Ich vertraue darauf, dass Produkte die als glutenfrei gekennzeichnet sind dies auch sind und somit für die glutenfreie Diät geeignet sind.

na weil er glutenfrei ist

Weil er kein Gluten enthält!!! Kann die Diskussion nicht ganz verstehen. Glutenfrei ist glutenfrei, erst recht, wenn eine Kontamination ausgeschlossen ist. In Schweden gehört der Hafer ganz selbstverständlich zur glutenfreien Ernährung

Da er ja grundsätzlich glutenfrei ist. Nur durch die Verarbeitung könnte der Hafer glutenhaltig werden. Wenn der Hafer dann als glutenfrei deklariert in den Handel kommt, gehe ich davon aus, dass dieser glutenfrei ist und somit für eine glutenfreie Diät geeignet ist weil es kein Gluten enthält und gut schmeckt.

weil er glutenfrei ist

Ich verlasse mich auf die Kontrollen, dass kein gluten im Hafer enthalten ist. Bisher zeigt meine Tochter keine negativen Symptome.

Da er als glutenfreier Hafer bezeichnet wird, gehe ich auch einer Glutenfreiheit aus.

weil glutenfrei ist

Vielfalt, gute Nahrungsergänzung

Wenn man nicht zu viel davon isst, ist es eine gute und etwas günstigere Bereicherung. Das Problem ist nämlich, ein leckeres Müsli zu finden, das nicht nur aus Cornflakes, Zucker und Früchten besteht!

Weil er glutenfrei ist und eine Bereicherung des Speiseplans darstellt. Er ist sehr vielfältig einsetzbar etc

Es das Angebot der glutenfreien Produkte abwechslungsreicher macht.

Je mehr Produkte man verwenden kann, desto umfangreicher/abwechslungsreicher sind die Mahlzeiten bzw die Gerichte, die man zubereitet.

İch denke Menschen mit Zöliakie haben eh keine große Auswahl an Getreidesorten. Deshalb ist nachon wichtig!!!

Je mehr Getreide man als Zöliakiepatient essen kann, desto besser.

Warum nicht? Das erhöht die Abwechslung. Ich kenne keine spezifischen Rezepte.

Weil das mehr Auswahl bedeutet. Es gibt nichts schlimmeres als eine zwangsweise Einseitigkeit in der Ernährung.

Wenn die Glutenfreiheit sicher gegeben ist, würde ich glutenfreien Hafer natürlich auch verwenden, damit vergrößert sich immerhin das Getreideangebot. Ich denke, für Backwaren wäre das ein toller Gewinn.

Mehr Vielfalt

Macht Essen vielfältig, gibt Alternativen!

Somit haben wir mehr Auswahl an glutenfreien Essen, zum Beispiel Frühstück

Abwechslungsreicheres Essen

Weil ich es vertrage und jede Bereicherung des Speiseplan's ist gut

Hafer würde die glutenfreie Ernährung vielseitiger machen

Hat uns die Ärztin empfohlen, weil es den Speiseplan unserer Tochter bereichert.

gesunder Ballaststoff der vielen Zöli's oft fehlt - genau wie die reichlich enthaltenen Vitamine und Mineralstoffe etc - unheimlich guter Energielieferant für den Tag.

Zusätzliche Alternative zu anderen Getreidearten, Größere Auswahlmöglichkeiten

Es bringt Abwechslung, lässt sich vielfältig verwenden

es ist mal etwas anderes

es erweitert einfach die Lebensmitteliste von uns betroffenen

-erweitert Auswahl -Hafer schmeckt mir besser als Hirse oder Buchweizendinger -gute Vollkornquelle

ergänzt das etwas karge Getreide-Programm im Rahmen der Ernährung und hat (bei mir) keine sichtbaren Wirkungen.

weil er glutenfrei ist und dadurch der Speiseplan um eine weitere Köstlichkeit erweitert wird

Weil ich keinerlei Probleme habe und der Hafer mein Ernährungsspektrum erweitert.

wenn der Hafer glutenfrei ist, ist er eine sinnvolle Ergänzung

Wenn er wirklich glutenfrei ist kann er ja auch nicht schaden und erweitert den Speiseplan!

Ich esse gern Hafer im Müsli, oder als Porridge. Er erweitert den Speiseplan.

Weil er glutenfrei ist und die Ernährung ergänzen kann.

Nur wenn er wirklich glutenfrei ist, ist es eine gute Ergänzung z.B. für Müsli

Warum nicht. Erhöht die Abwechslung.

als Erweiterung des eh schon sehr eingeschränkten Produktsortiments und zur Beruhigung des Magens

Da der Hafer eine willkommene Abwechslung und meiner Erfahrung nach auch gut verträglich ist.

Er ist eine tolle Ergänzung der Ernährung. Es gibt einem speziell fürs Frühstück viele Möglichkeiten "normal" zu essen

wenn Hafer von natur aus glutenfrei ist, und eine Verunreinigung ausgeschlossen werden kann (Laborwerte unter 20 ppm) kann er doch den Speiseplan ergänzen

Weil man Hafer vielseitig verwenden kann

Abwechslung

Wenn sichergestellt ist, dass der Hafer glutenfrei ist, kann dies ein zusätzlicher Gewinn (bei der Ernährung oder beim backen) für Zöliakie Kranke sein.

erweiterung des glutenfreien Angebots relativ günstiger Preis

Ergänzt das Angebot an Speisen, zb. Haferbrei für Frühstück

Gute nahrhafte Ergänzung

Weil jede glutenfreie Getreideform eine Verbesserung darstellt. Je größer die Auswahl um so besser.

Erweiterung der Auswahl bei Lebensmittel

weil man wieder Getreide mehr essen kann

Es ist sowieso schon schwierig eine Vollwertige Ernährung ohne die bekannt verbotenen Getreidesorten zu gewährleisten. In geringem Maße ist es eine leckere und gesunde Ergänzung zu dem täglichen Speiseplan. In Schweden gehört Hafer schon lange zu den Getreiden, die erweitert die Bandbreite in der Ernährung schmeckt sehr gut

Weil es sowieso kaum Getreide gibt das man essen kann. Aus diesem Grund freut man sich wenn man als Zöli abwechslungsreich ernähren könnte.

So ist es für mich möglich neue Produkte zu testen. Warum sollte ich es nicht essen, wenn es doch glutenfrei ist.

Geschmack

Schmeckt "normal", ist gut zu verarbeiten

Schon allein, wenn eine Magen-Darm-Erkrankung vorhanden ist kann man Haferflocken oder Haferschleim kochen. Gern auch im Brot oder Müsli.

Schmeckt deutlich besser als die sonst verwendeten Pseudo-Getreide, gerade die Haferflocken im Müsli gegenüber z.B. Reisflocken. Bei Backwaren wird ansonsten gerne die schon länger zugelassene "glutenfreie" Weizenstärke verwendet, mit der es zwar auch geht

Da er Glutenfrei ist einen schönen getreidigen Geschmack hat und er sich gut einsetzen lässt beim Kochen usw. eine echte alternative

da er gesund ist und schmeckt

Glutenfreier Hafer (in meinem Fall glutenfreie Haferflocken) ist geschmacklich sehr gut und kann gut in die glutenfreie Diät eingebunden werden, z.B. beim Frühstück. Glutenfreie Müslimischungen schmecken oft sehr pappig und daher kann man sich mit glutenfrei

Unbekanntheit glutenfreier Hafer / Unsicherheit

Kenne den noch nicht! Wodurch ist er glutenfrei?

Wenn er wirklich glutenfrei ist und gut vertragen wird.

Weil bei Hafer, anders als bei anderen Getreidesorten, das Gluten bei hygienischer Verarbeitung vom Kern getrennt werden kann, sodass der Hafer als glutenfrei gelten kann.

Sie ist ein Ersatzprodukt und dient bestimmt zum kochen etc.

Bevor ich über meine Glutenunverträglichkeit erfahren habe. Das war vor 3 Wochen, habe ich gerne Hafer gegessen. Allerdings habe mich normal ernährt. Somit "normale" Hafer gegessen. Nun durch die Umstellung, kann ich keine essen u. das finde ich schade. I

Da Hafer theoretisch von Natur aus glutenfrei ist.

So wie ich es verstehe gilt der Hafer nur als glutenhaltig, da er auf Feldern angebaut wird, auf denen auch glutenhaltige andere Getreidesorten angebaut werden, z.B. Weizen.

ich kenne welche die es sehr gut vertragen , ich selber habe keine Zöliakie sondern meine 4 jährige Tochter an ihr möchte ich nix ausprobieren wo andere noch streiten.

wenn der hafer wirklich glutenfrei wäre, dürfte ich ihn essen - und würde das auch gerne und sofort tun !!!

da hafer grundsätzlich ein glutenfreies getreide ist

Solang er glutenfrei ist, somit das Allergen nicht erhält ist es ok.

Es gab nur die 2 Möglichkeit ja oder nein. Ich kann es nicht beurteilen, weil es genauso auch mind. 2 verschiedene Meinungen gibt. Aus meiner Sicht müsste er glutenfrei sein, weil Hafer eben nicht das Gluten enthält und in den nordischen Staaten auch frei

Er ergänzt die Produktpalette, wobei ich ihn bisher ausschließlich in Müsli gegessen habe und ich ihn darüber hinaus auch nicht benötige. Pur würde ich ihn vermutlich eher nicht essen, da ich mir unsicher bin, ob er auch wirklich glutenfrei ist und ich ih

Leider gab es keine Antwort-Möglichkeit "weiß ich nicht", denn wir haben leider keine Erfahrung mit glutenfreiem Hafer.

Wennn sichergestellt werden kann, das der Hafer die Grenzwerte für glutenfreie Lebensmittel einhält (verlässlich und sicher) dann ist er geeignet. Da mir aber eine echte Garantie noch fehlt, schließe ich den Hafer persönlich aus meiner Ernährung aus.

weil es dann eine Möglichkeit gibt mal das volle Korn zu essen.

Nährstoffe

Vitamin B, Ballaststoffe, Cholesterin-senkend

Da er wichtige Nährstoffe dem Organismus zu führt.

Weil hafer gut schmeckt und gesund ist

Weil da viele Ballaststoffe drin sind

Weil das enthaltene Klebereiweiss Avenin nicht die gleiche Wirkung wie Gluten hat.

Hafer hat wichtige Inhaltsstoffe u. bereichert mit seinem Geschmack ausserdem die Brote, Kekse, Müsli etc. Da unsere Tochter eine eindeutig diagnostizierte Zöliakie hat, aber völlig symptomfrei ist, können wir Hafer problemlos verwenden

Ballaststoffe

Da er wertvolle Ballaststoffe enthält und das Nahrungsspektrum erweitert, z.B. Müsli u.Ä.

Hafer ist sehr nahrhaft und schmeckt besonders gut v.a. in Müslis.

Die Backeigenschaften sind besser als Hirse, Buchweizen und Mais

Er enthält viele Ballaststoffe und Eisen und ist daher eine gute Ergänzung zu den üblichen glutenfreien "Getreide"-Sorten, wie Reis, Mais, usw. (sie enthalten häufig wenig Ballaststoffe und Eisen)

Dieser ist ein Top Energiespender und zusammen mit Milch einfach köstlich.

In Maßen habe ich glutenfreien Hafer gut vertragen und daher ist er für mich Teil meiner Ernährung aufgrund seiner Nährstoffe geworden.

Hafer ist reich an Vitaminen (hier insbesondere die B- Gruppe), Mineralstoffen und hat einen guten Einfluss auf unser Cholestgerin. Außerdem enthält er viel pflanzliches Eiweiß und ist ballaststoffreich. Diese Aspekte sind besonders dann wichtig, wenn man

Da es noch viele Vitamine enthält und sehr gut schmeckt

Hat viele nachstoffe

Hafer ist reich an B-Vitaminen, Zink, Eisen, Magnesium, Eiweiß und mehrfach ungesättigten Fettsäuren.

Gesund, da er glutenfrei ist auch nicht gefährdend

Lebensqualität

„Weil er wieder ein Stück mehr „normale“ Lebensqualität ermöglicht.

er erleichtert das leben, weil man das Gefühl hat normales getreide zu essen, ist gesund und macht keine bauchkrämpfe

Mir gefällt Hafer.

es gibt mir das Gefühl ein bißchen vom alten Leben wieder zu haben, also eher ein psychologisches Gefühl

ohne Antwort

O.A.

-

-

?

/

Keine Angabe!

k.A.

lkfkfh

...

-

ß

?

?

?

...

??

Nicht zuzuordnen

Nein

Warum nicht?

Alles was satt macht ist geeignet

Es macht schnell satt und somit isst man weniger!!!

warum sollte es nicht geeignet sein?

Weil ich das wirklich nicht beurteilen kann, da ich kein Arzt bin ,-))

In anderen Ländern gibt es Erfahrungen damit.

Weil er notwendig ist für Müsli

Es kann in Müsli verarbeitet werden.

Weiß nicht

Anlage 4: Antworten aus Frage 12 eingeteilt in die Kategorien

Misstrauen der Glutenfreiheit gegenüber / fehlende Studienlage/zu hohes Kontaminationsrisiko

da trotzdem noch etwas gluten enthalten ist ? sehr empfindliche personen reagieren auf hafer trotzdem

Ich glaube nicht, dass er wirklich glutenfrei ist.

Vertrauen fehlt.

Weil ich zu viel darüber gelesen habe, dass es beim Haferanbau sehr schwierig ist die strikte glutenfreiheit zu garantieren

ich habe gelesen, dass manche zöliakiepatienten auf hafer genauso reagieren wie auf glutenhaltige gestreide und dass zum verzehr daher nur unter ärztlicher aufsicht mit kontrolle der darmbeschaffenheit durch biopsien geraten würde

Es ist nachgewiesen, dass es Menschen mit Zöliakie gibt, die auf Hafer reagieren. Mein Sohn hat keinerlei Beschwerden, selbst wenn er Weizen isst, die Zöliakie wurde mit 9 Jahren festgestellt, deshalb halte ich mich strikt an glutenfreie Lebensmittel. Es g

Zu hohes Risiko wegen Kontamination

Weil er immernoch Spuren von Gluten enthalten könnte oder Gentechnisch verändert werden müsste

Wenn ich nur unter ärztliche Aufsicht und nicht mehr als 50g Hafer am Tag essen darf, dann kann ich mir nicht vorstellen, dass es so ungefährlich sein soll/kann. Warum sonst die Empfehlungen?

Hohe Kontaminationsgefahr und es ist noch nicht wissenschaftlich geklärt, inwiefern gf Hafer die Dünndarmschleimhaut schädigt.

Weil ich meine Bedenken habe und viele Leute trotzdem darauf reagieren!

Ich denke, dass Hafer durch andere Getreidesorten verunreinigt sein kann und die Inhaltsstoffe des Hafers denen der glutenhaltigen Getreidesorten ähnlich sind.

Ich denke, dass es sehr schwierig ist, Hafer anzubauen, der wirklich zu 100 % glutenfrei ist. Deshalb meide ich dieses Lebensmittel.

Ich bin sehr skeptisch gegenüber angeblich glutenfreiem Hafer, weil ich den Verpackungen nicht entnehmen kann, warum der Hafer glutenfrei sein sollte. Ich verzichte lieber darauf, als meine Gesundheit zu riskieren, weil vielleicht doch Gluten enthalten ist

Nicht bewiesen

Weil es noch nicht ausreichend erprobt ist, ob es tatsächlich glutenfrei ist.

Sortenreinheit schwierig, zuviele Kontaminierungsmöglichkeiten,zudem kein wirklicher Mehrwert für´s Essen

Es ist meiner Meinung nach nicht stichhaltig geklärt, ob das wirklich gf ist und von allen vertragen wird.

Weil man nicht 100 % sicher sein kann...

Zu hohes Risiko des "Nicht-vertragens"... sei es nun durch Gluten, Avenin oder sonstiges

Da ich mir nicht vorstellen kann das hier keine Kontamination vorkommt ..ebenso essen wir keine glutenfreie Weizenstärke

es gibt noch zu wenig Erfahrungen, ob Hafer wirklich bei glutenfreier Diät verträglich ist.

Da es hier noch zu wenig Erfahrungswerte gibt um das Getreide in glutenfreien Lebensmitteln anwenden zu können.

Solange nicht einwandfrei geklärt ist, ob und welche Reaktionen kurz- oder langfristig für den Darm entstehen können, gehört Hafer meiner Meinung nach nicht in eine gf Ernährung.

Im Prinzip schon, aber für mein Kind nicht, da ihre AK-Werte nach 2 Jahren immer noch nicht ganz im Normbereich sind und wir alle Quellen ausschließen.

Noch keine Langzeitstudien zur Auswirkung von Gliadin vorhanden, Lebensmittel wird nicht dringend benötigt, gibt ausreichend Alternativen. Daher meide ich das zusätzliche Risiko.

meiner Kenntnis nach besteht bei glutenfreiem Hafer keine 100% glutenfreiheit

Zu hohe Kontaminationsgefahr!

ein Restrisiko auf "Verschmutzung" mit glutenhaltigen Komponenten bleibt bestehen

Ich traue ihm nicht, außerdem gibt es risikoarme Alternativen

Hierfür gibt es keinen eindeutigen Beleg

zu risiko reich

Da die Wahrscheinlichkeit besteht, dass dieser verunreinigt ist.

Ich denke die Gefahr ist zu groß das es auf längere Dauer doch Probleme geben könnte

Kontaminationsgefahr zu groß, Gefahr der Kontamination mit anderem Getreide über Wind zu unsicher und Trennung von Hafer und "falschen" Körnern zu unsicher. je pingeliger eine saubere Trennung möglich wäre rein theoretisch, umso teurer würde das Endprodukt
Die Risiken sind nicht abschätzbar! Kein Risiko ist meine Devise!

Meiner Meinung nach gibt es zu wenig Veröffentlichungen über die Verträglichkeit bzw. es heißt ja 50g am Tag wären in Ordnung. Das Risiko ist mir im Moment zu hoch. In anderen Ländern ist er ja zugelassen. Vielleicht gibt es dort mehr Erfahrungswerte. Es
Mir sind die Aussagen diesbezüglich zu ungenau

Meiner Meinung nach besteht eine zu hohe Gefahr der Kontamination mit anderem Getreide.

Weiler durch Ernte und Lagerung mit Gluten verunreinigt wird. Meines Wissens gibt es in Schweden Hafer der mit spezielle Erntemaschinen etc. geerntet wird. Die Produkte daraus kann man sich auch nach Deutschland liefern lassen, sind aber sehr teuer.

zu wenig Informationen darüber und es gibt zu viele unterschiedliche Berichte darüber

Glaube nicht, das der Hafer wirklich glutenfrei ist.

Unbedenklichkeit nicht erwiesen

es enthält bestimmt auch diese klebpartikel

Der Nachweis, dass Hafer meine Zöliakie nicht negativ beeinflusst ist nicht gegeben

Die Nachweistests für Gluten bei Hafer sind nicht ausgereift und der Konsum nur unter engmaschiger Kontrolle mMn möglich

Solange es keine eindeutigen Empfehlungen für Hafer gibt, werde ich ihn nicht essen.

Zu wenig Erfahrung damit, denn es wird eine bestimmte "Tageshöchstmenge" empfohlen, und das Essen von Hafer soll unter ärztlicher Aufsicht/Kontrolle geschehen. Wäre der Hafer absolut glutenfrei/ risikolos wäre das unnötig - meine Meinung.
zu hohes Risiko

ich bin einfach nur vorsichtig...

glaube nicht an sicherheit im anbau

Kann ich nicht wirklich beantworten, für mich ist Hafer nicht gf

Die glutenfreiheit ist für mich nicht eindeutig bewiesen.

kei beleg

Weil Hafer nicht gesichert kontaminationsfrei sein kann

Da die Studien dazu nicht eindeutig sind verzichte ich lieber komplett, bevor in ein paar Jahren herauskommt,dass es doch schädlich für zöliakipatienten ist hafer zu verzeheren.

Man ist sich uneinig.

100 % gibt es nicht

auf Grund des hohen Risikos von möglichen Kontaminationen

Es ist noch nicht 100% geklärt, dass Hafer für Zöliakie Patienten sicher ist.

Zu wenig Erfahrungswerte

Ich habe gelesen, dass man nicht 100 % sicher sein kann.

Seitens der Forschung (soweit ich informiert bin) nicht für jeden empfohlen. Nur unter ärztlicher Kontrolle zu essen: mir zu umständlich. Wird auch seitens der DZG nicht jedem empfohlen und wenn nur in begrenzten Mengen (für mich zu indifferent, entwede
Weil nicht genau bekannt ist, ob der Hafer wirklich zu 100% glutenfrei ist.

Da bis jetzt nicht sicher ist, ob dieser auch gut vertragen wird.

Bei uns ist unser Sohn betroffen und ich halte mich an die Empfehlung der DZG für Hafer bei Kindern. Es fehlen mir die Studien zu den Auswirkungen des Hafers auf die Schleimhaut des Zölis.

Weil ja immer noch die Chance bestehen kann, dass er kleinste Mengen an Gluten enthält.

ich warte erst das ok der Wissenschaft ab, daß Hafer hundertprozentig nicht schadet

Zweifel an Glutenfreiheit und Verträglichkeit (ähnlich wie bei glutenfreier Weizenstärke)

Ich möchte das Risiko einfach nicht eingehen.

Hafer könnte kontaminiert sein (Anbauung, Lagerung)

kein Nachweis

Verträglichkeit

Starke Bauchschmerzen - Durchfall nach dem Verzehr.

Weil ich davon auch sofort Bauchschmerzen bekomme

Für mich war er nicht verträglich, meine Tochter verträgt ihn in ganz geringen Mengen.

Weil er trotzdem bei mir die selben Beschwerden hervorruft wie andere glutenhaltige Produkte

schmerzen nach dem Essen

Weil trotzdem die üblichen Symptome der Unverträglichkeit auftauchen.

weil er Beschwerden macht

Verträglichkeit

Weil er - wie gf-Weizenstärke - nicht sehr gut vertragen wird. Außerdem erinnert der Geschmack zu sehr an gh-Lebensmittel und ruft hierzu (negative) Erinnerungen wach.

Ich hätte lieber nicht mit ja oder nein, sondern mit bedingt geantwortet. Es gibt sicherlich Personen, die den glutenfreien Hafer vertragen, ich persönlich eben nicht. Deshalb ist er für mich nicht geeignet

Ich habe davon deutliche Symptome bekommen wie wenn ich normales Brot (glutenhaltig) gegessen hätte. Daher scheint doch irgendwas drin zu sein.

Weil er immer noch Spuren von Gluten enthält und die betroffene Person reagiert auf Spuren von Gluten.

Nicht alle vertragen ihn, man müsste Kontrollen durchführen

Weil es meiner Tochter damit nicht gut ging....

Da auch glutenfreie Weizenstärke zu negativen Reaktionen führen halte ich auch nichts von Hafer.

Es gibt leider eine Menge Zöliis, die weder Hafer noch glutenfreie Weizenstärke vertragen.

schlechte Erfahrungen, Übelkeit etc.

Weil ich die gf Weizenstärke nicht vertrage und vermute, das es bei gf Hafer nicht anders sein wird.

Weil das enthaltene Avenin vom Körper als Gluten "interpretiert" wird. Belegt durch schlechte Blutwerte.

Bin mir nicht sicher, ob er wirklich gf ist, da ich sofort reagiert habe, wie sonst nie,..

Da er nicht 100%ig glutenfrei ist und wenn er nicht in Maßen gegessen wird auch zu Problemen führt.

Ich hatte nach dem Verzehr mit starken Bauchschmerzen und Übelkeit mit Erbrechen zu kämpfen

Mir und meiner tochter geht es so . dass wir sofort und ziemlich stark reagieren , wenn wir auch nur ein Körnchen Gluten abkriegen . Ich denke dass der Hafer nicht so gereinigt werden kann dass er zu 100 % glutenfrei ist . deshalb she ich den hafer völlig

Ich arbeite in einen Bioladen und wir hatten glutenfreien Hafer im Sortiment . Dieser wurde mehrmals vom Hersteller zurückbeordert da Grenzwerte überschritten und das Produkt verunreinigt war. Ich selbst habe Hafer aber trotzdem gegessen, Vertrage es aber

Zuviele Zöliakie Betroffene reagieren darauf und haben auch häufig schlechte Blutwerte . Unter weglassen des Hafers erholen sich die Werte wieder. Somit meiner Meinung nach ungeeignet für gf Ernährung

Weil ich glutenfreien Hafer nicht vetrage, genauso schlecht wie jedes andere Getreide

Ich reagiere bereits auf geringste Mengen von Gluten und halte Hafer, der ja eigentlich von Natur aus Gluten enthält, für eine glutenfreie Diät bedenklich.

Da er von mit nicht vertragen wurde

Ich habe mich krankenhausreif gefühlt (und zwar schon bei einem Teelöffel) und werde nie, nie wieder glutenfreien Hafer anrühren.Inzwischen habe ich mich bei anderen Zöliakie-Patienten erkundigt. Die vertragen auch keinen glutenfreien Hafer. Wenn es nach

Ich musste mir vom Hausarzt extra eine Krankschreibung geben lassen. Drei Tage krank und sehr schwach.

Ich habe die Kekse damals ohne das Wissen, dass gf Hafer drin ist, gegessen. Als ich nach wenigen Keksen massive Beschwerden bekam, gingen wir auf die Suche und schauten nochmal genauer auf die Zutatenliste. Seither weiß ich, dass ich auch diesen nicht ve

Da ihn viele Menschen, die eine Zöliakie haben, sehr schlecht vertragen. Man sollte am Anfang/bei Erfahren, dass man Zöliakie hat, besser daraufhin gewiesen werden, dass viele Menschen Hafer nicht vertragen. Viele Patienten essen Hafer im Müsli als Frühstück

Mir ging es soooooo schlecht danach. Ich meide inzwischen alle Bauckhof-Produkte, weil ich Angst habe, dass sie mit Hafer kontaminiert sein könnten. Inzwischen weiss ich, das man das Avenin gar nicht bestimmen kann. Warum wird nicht mehr geforscht, bev weil der glutenfreie Hafer nicht vertragen wurde

Wird nicht verdaut

Da trotz Auszeichnung Probleme auftraten

man verträgt ihn einfach nicht!

schlechte Erfahrung, Unsicherheit ob rein genug

Ich habe Magenschmerzen,bekommen, vielleicht war eine Kontamination vorhanden, ich lebe auch noch Glukosefrei, dadurch sind die Muskelschmerzen verschwunden. Je strenger die glutenfreie Diät desto besser geht es mir. Hafer werde ich nicht wieder probieren

Da er immer noch Restmengen an Gluten enthält, für empfindliche Personen wahrscheinlich nicht zu empfehlen.

Weil der trotzdem zu Beschwerden führen kann.

nicht jeder mensch ist gleich. was einer verträgt, trifft auf einen anderen nicht zu.

ch z.B. reagiere auf Hafer, trotz Symptomfreiheit seit Jahren bei glutenfreier Ernährung als ich es mit Haferkekse probiert habe

Weil ich nach Verzehr moderater Mengen "glutenfreier" Hafercookies genau die gleichen heftigen, sich über mehr als eine Woche erstreckenden Symptome hatte wie bei normaler "Glutenvergiftung" (was mir fast nie passiert)

ich hatte starke Blähungen

Unwissenheit

Für mich hört sich das alles nach Genmanipulation an

keine ahnung

Es kann trotzdem hafer, also gluten enthalten.

Ich esse nichts, das normalerweise Gluten enthält. Auch mindestmengen im Übermaß gegessen werden dem Körper zu viel und es gibt sowieso Shin zu viel Kontamination um Alltag.

Da es sich im Hafer nicht um das schädigende Gliadin sondern ums Prolamin handelt und dieses noch nicht getestet werden kann. Des weiteren wird es von der DZG nicht empfohlen. Außerdem wird inzwischen von einigen Fällen berichtet, die den Hafer nicht vert

Weil dieser zu den glutenhaltigen Getreide gehört.

Kreuzkontamination auf dem Anbaufeld - Kreuzkontamination in Mühlen

Kann eine Trennung des Glutens vollständig erfolgen ? Für mich unwahrscheinlich.

Ich denke, dass von Natur aus glutenhaltige Produkte immer einen gewissen Anteil an Gluten haben werden, nur dass dieser Anteil sehr stark reduziert werden kann. Mir ist das Risiko einfach zu hoch.

Es zählt zu der Gruppe Getreide, die Gluten enthalten und für uns Zöliis nicht geeignet ist. Denke aber, Leute die gf Weizenstärke vertragen könnten auch den gf Hafer testen. Nr 257

ich kenn mich zuwenig damit aus

weil es ein Nahrungsmittel ist, dass nicht von Natur aus glutenfrei ist und es so immer zu Verunreinigungen kommen kann

Ich hatte leider nicht die Möglichkeit "weiß ich nicht" anzukreuzen, um diese Umfrage weiter auszufüllen. Wenn der Hafer 100%ig glutenfrei ist, sehe ich keine Bedenken.

Da Hafer nicht glutenfrei ist und sehr leicht zusätzlich spuren enthalten kann

Weil da immer noch Rest Sachen von Weizen drine ist

Genau kann ich es nicht sagen, da ich ehrlich gesagt noch nie etwas davon gehört habe. Grundsätzlich bin ich vorsichtig und kann mich auch nicht so gut vorstellen, dass es ohne Probleme eingenommen werden kann. Wenn es keine Bedenken gibt würde ich es gerne

Kann er nachweislich als glutenfrei bezeichnet werden? Solange das nicht sichergestellt ist, gibt es genügend andere Produkte, sich glutenfrei zu ernähren.

Die Herstellung ist zu teuer

Ich denke Hafer ist kontaminiert von anderen Getreidesorten auf den Feldern

Wird meist mit glutenhaltigem Getreide angebaut. Kontaminationswahrscheinlichkeit sehr hoch

Weil er anscheinend nicht glutenfrei ist und somit für mich nicht verträglich,

Er wird nicht in Monokulturen angebaut.

Kann ich nicht sagen

Habe hierzu zu wenig Infos - reine Vorsichtsmaßnahme

Unsicherheit

Ich habe nicht genug Studien gelesen, dass es tatsächlich für eine glutenfreie Diät geeignet ist. Und habe daher Angst selber das zu essen. Ich kaufe auch für meine Nichte keine glutenfreie Hafer. Ihr Arzt hat aber ihr erlaubt das zu essen. Ob ihre Mutter Eiweißbestandteile im geringen Maße vorhanden. Geteilte Meinungen darüber. Deshalb verzichte ich lieber darauf.

Bin mir unsicher ob ich es vertragen

Habe mich noch nicht damit befasst also kann ich eig nichts darüber sagen. Aber ich würde auch keine glutenfreie Weizenstärke probieren, da viele trotzdem noch anfällig sind daher auch kein gf Hafer.

Keine Erfahrung mit Verträglichkeit

Bin mir nicht sicher, habe mich noch nicht genügend darüber informiert

Bin mir noch unsicher, obwohl er scheinbar in Schweden erlaubt ist. Sogar normaler Hafer.

Weil man nicht sicher ist, ob Gluten darin ist.

Unsicher

Leider bin ich mir nicht sicher, da es keine klare Aussage gibt. Deshalb meide ich ihn

Eig. wollte ich "weiß ich nicht" nehmen. Hafer ist wohl immer noch sehr umstritten und einige reagieren trotzdem darauf. Es ist also individuell zu testen. Ich habe mich noch nicht getraut.

zu viele Unsicherheiten bei der Verträglichkeit von Hafer in der glutenfreien Ernährung, bzw. bei Zöliakie betroffenen

weis nicht

Ist mir zu unsicher...

Angst doch Gluten zu essen

Also ich bin mir darüber nicht sicher. Noch machen wir einen Bogen um GF- Hafer. Die Auswahl - weiss nicht- bei der letzten Frage stand nicht zur Verfügung.

Man hat so oft zweigeteilte Meinungen.

soweit ich weiß ist Hafer erlaubt, aber es wird immer noch darüber diskutiert ob es wirklich gut tut, ich verzichte dann lieber

Bislang sind mir noch keine vertrauenswürdigen Quellen und Hersteller bekannt. Im Prinzip würde ich gerne glutenfreien Hafer in die Ernährung einbeziehen.

Weil Ichmensch unsicher bin da es sich eigentlich um Gluten handelt

Ich habe widersprüchliche Einschätzungen dazu gelesen, deshalb meide ich ihn sicherheitshalber.

Ich weiß nicht ob er geeignet ist, aber: 1.) Mein Partner soll nicht mein Versuchskaninchen sein. 2.) Für mich ist Hafer ein ganz normales Getreide.

Da es immer noch Unsicherheit gibt und die Verzehrsmenge beschränkt ist. Außerdem werden Kontrollbiopsien bei Verzehr empfohlen. Das möchte ich mir ersparen, da ich jetzt bereits seit über 10 Jahren ohne Hafer auskomme.

Bei Hafer bin ich mir sehr unsicher, deswegen esse ich es nicht.

Unsicherheit durch mögliche Kontaminationen (Spuren), Meßungenauigkeit (was ist glutenfrei?)

Ich habe mit Nein geantwortet, weil es eine 'Ich weiß nicht' Antwortmöglichkeit nicht gab. Ich bin unsicher, ob Hafer wirklich verträglich ist bei einer glutenfreien Ernährung.

zu unsicher / schlechte Infos

Weil noch wenig Erfahrung

Ich bin mir nicht sicher was das bedeutet. Da Hafer ja für gewöhnlich nicht glutenfrei ist und deshalb ist es mir unsicher ob dieser dann wirklich Glutenfrei ist.

ist mir noch zu unsicher

.

Sonstiges

weil es ein Getreide ist nr 23 evtl 1

Glutenfreier Hafer beinhaltet, wie auch glutenfreie Weizenstärke, immer noch eine höhere Anzahl Gluten/mg als solche Produkte die auf Reis-, Mais-, Quinoa-, Amaranth- oder Buchweizenbasis hergestellt werden. Die Toleranzgrenze bei Zöliakie betroffenen, die nr 30

Patienten bzw. betroffene Menschen, welche neu erkrankt sind, können leicht denken, wenn sie Hafer essen, dass sie auch anderen Hafer essen könne. Das kann schnell zu Verwirrungen führen.

Ich habe mich nicht an die Mengenangabe gehalten und mehr als die von der DZG empfohlene Menge verzehrt. Das hat zu Magenschmerzen geführt. Nimmt man allein die von der DZG vorgeschlagene Menge zu sich, kann man auch darauf verzichten und auf eine fertig ge

Weil Ich seit meinem 9. Lebensmonat an Zöliakie "erkrankt" bin. Ich habe mein Leben lang gehört das ich keinen Hafer essen darf. Das hält mich heute noch davon ab Produkte mit Hafer zu kaufen.

Ich kann es mir einfach nicht vorstellen

Hafer ist eine Getreideart.

Frage 6 kann ich nicht beurteilen. Mir wäre hierzu z.B eine Alternativantwortmöglichkeit: "keine Angabe" lieber gewesen

ich weiß es nicht, aber man konnte hier leider nur ja oder nein angeben....

anscheinend gibt es weitere (Eiweiß-)Bausteine, die eine Reaktion des Körpers verursachen, die aber noch nicht ausreichend erforscht sind, viell. stecken solche Bestandteile ja auch im Hafer

Bei der vorherigen Frage wäre eine "Weiß nicht"-Option gut gewesen. Mein Problem ist, dass auf glutenfreiem Hafer immer Verzehrsempfehlungen stehen, nämlich "langsam in die glutenfreie Diät mit aufnehmen, mit Arzt besprechen usw.". Und das hält mich bisla

Getreide

nur gehört

Ich kenne jemanden, der als Baby mit Haferschleim gefüttert wurde und trotzdem als Kleinkind Zöliakie bekommen hat. Ob das nun aufgrund von Kontermination geschehen ist oder nicht, ist mir egal. Für mich wird deshalb Hefer nie eine Rolle in meiner glutenf

kann ich nicht sagen

Da ich es nich sinnvoll finde.

Kein Bedarf

Weil mein sohn diesen hafer sowieso nicht essen würde.generell ist er sicher sinnvoll

Geschmacklichkeit

Aus Gewohnheit seit 1983

Da ich es nich sinnvoll finde.

Keine Antwort

-

-

...

-

N/a

-

DZG-/ Ärzterat

Laut der Ernährungsberaterin der Zöliakie-Gesellschaft sollte man diesen nicht zu sich nehmen.

Die DZG rät davon ab.

http://dzg-online.de/files/stellungnahme_hafer_endfassung_1.pdf Da ich schon auf geringste Spuren von Gluten reagiere, würde ich kein Risiko eingehen wollen!

Mir wurde vom Arzt gesagt, daß Hafner nicht für mich geeignet ist.

weil der arzt es uns nicht empfohlen hat

Weil mir von der DZG gesagt wurde, dass ich glutenfreien Hafer lieber nicht essen sollte (nur unter ärztlicher Kontrolle).

Thema ist ja umstritten, nach Meinung meiner Ernährungsberaterin soll ich darauf (noch) verzichten, bei mir wurde Zöliakie erst kürzlich diagnostiziert und ich soll erst die nächste Untersuchung abwarten bis ich Spuren "riskieren" kann

Aussagen von Fachleuten zufolge soll Hafer nicht für glutenfreie Ernährung geeignet sein. Sollte sich diese Aussage ändern, werde ich liebend gern Hafer in meinen Speiseplan aufnehmen.

Der Genuss von gf Hafer wird (bisher) nicht empfohlen.

Mir wurde das in verschiedenen Reformhäusern von den Inhabern gesagt, nachdem ich nach glutenfreien Haferflocken gefragt habe. Solange ich mir noch unsicher bin, ob es für eine glutenfreie Diät geeignet ist oder nicht, wollte ich es aus der Diät ausschließen

Richte mich beim Einkauf streng an die DZG-Aufstellung und an die Mitteilungen der DZG.

da die DZG empfiehlt glutenfreien Hafer nur in bestimmten Mengen und nur in Absprache mit einem Arzt und einem Ernährungstherapeuten zu verzehren, kann ich mir nicht vorstellen, dass glutenfreier Hafer wirklich so geeignet ist. Ich persönlich könnte glute

Anlage 5: Antworten aus Frage 15

Antworten Frage 15

/

Dm

rügenwalder

Reiswaffeln

Verschiedene, viel bei Netto, Aldi, usw..

ständig, dauernd, alle möglichen Hersteller

Schär

Weiß ich leider nicht.

Real. Vor allem, ich bin mir natürlich sicher, da es auf der Verpackung nicht steht sondern auf den Preis-Schild. Es gibt auch einige andere Fleisch und Käseprodukte wo das auf der Verpackung steht, die Marke kann ich leider nicht nennen.

chips von chio

Z.B. Bauer Molkereiprodukte

weiß ich nicht

Sölde (Aufschnitt vom Rewe) Sönter (Joghurt vom Aldi) Vitakrone (Kartoffelsalat vom Lidl)

Kaufe regelmäßig Wurstwaren, z.B. von der Firma Rügenwalder, sowie auch Käseprodukte auf denen "glutenfrei" steht, ohne dass diese mit der Ähre gekennzeichnet sind. Auch Produkte, die laut Zutatenliste glutenfrei sind und industriell hergestellt worden

Bei Lidl die Nudeln

Zu viele

Z.B. die Müsliriegel von Rossmann, ich glaube die heißen "eat natural" oder so.

Weiß ich nicht mehr

Alle möglichen.

Verschiedene, gerade Wurstwaren der Discounter wie netto oder Lidl

Weiß ich nicht

Weiß ich nicht mehr.

Die durchgestrichene Ähre ist leider auf nur wenigen Produkten enthalten, daher kaufe ich oft solche Produkte, z. B. Schokolade (Vollmilch) oder auch Chips (Pringels)

??

Viele....

Reiswaffeln beim Discounter

kann ich nicht mehr sagen

Keine Ahnung

weiß ich nicht mehr, ich glaube z.b. ketchup von netto

Grünländer, Moser - Südtiroler, Livio - Salatmayonaise

?

Ich weiß es nicht mehr genau, aber es ist im Urlaub mal vorgekommen.

verschiedene

Weiß nicht mehr genau - sowohl deutsche als auch ausländische Produkte

Weiß nicht genau. Kaufe viele solcher Produkte bei lidl

Keine Ahnung. Maisstärke, Joghurt, Ikea Mandeltorte

weiß ich nicht mehr, Bioladen, Reformhaus

-

Knorr, Milka, Ritter Sport, Danone, halt alles, was lt. Zutatenliste gf ist und nicht den Vermerk hat
"...kann Spuren von Gluten..."

Ich kaufe alle Produkte die in den Inhaltsangaben kein Gluten (Gerstenmaltzextakt,Roggen,Weizen...)
enthalten und aus der EU sind.

Verschiedene Marken, die als glutenfrei ausgewiesen sind

gf Nudeln von Lidl

Keine Ahnung um ehrlich zu sein. Geht da um musliriegel amerikanischer Herkunft meistens.

viele

Lidl:linessa

Von: schär, drei pauli, seitz, rossmann bio produkte, sehr viele andere.. Hauptsächlich von dm oder
dem reformhaus

Kaufland (Klöße)

Schokolade von Milka und RitterSport. Auf der anderen Seite esse ich Produkte, die das gf Zeichen
der DZG haben und trotzdem Gerste oder Gerstenmalzextrakt haben, nicht.

kann mich nicht erinnern

Rügenwalder Mühle

Biomarke von ReWe

DM Divers REWE Spar

Wild Ocean

REWE glutenfrei

So genau weiß ich das nicht mehr. Sorry.

Diverse

Henkel

..

Unilever

Ich kaufe Produkte von sämtlichen MARken, solange die Inhaltsstoffe glutenfrei sind. Die Ähre ist mir
egal.

Netto

Wurstwaren und Fleischwaren aus dem Kloster in Untermarchtal sind nicht mit der Ähre
gekennzeichnet, sind aber gluten-und laktosefrei

?

weiß nicht so genau, aber ich achte dann auf die Inhaltsstoffe und entscheide mich auf dieser Basis für
oder gegen den Kauf

Keine ahnung

Z. B. Leberwurst von Linessa (Lidl), Wurst von Biotrend (Lidl), Alpro Soja, Shrimps Salat von
Ofterdinger (Lidl), lactosefreier Joghurt von Bauer

Scheinbar habe ich die Frage falsch verstanden, aber ich kaufe Nutella, Schokolade, Kokosmakronen
etc.

Rewe eigenmarke "Rewe frei"

Das weiß ich so explizit nicht mehr

Jede Menge Firmen des alltäglichen Bedarfs, von Ketchup, Marmelade über Milchprodukte etc.

Rewe

alnatura

Weiß ich nicht mehr.

Marke frei von => gibt es bei Rewe

Lidl, weitere

Monte, Herta

Knorr, Maggi, Mars, Alnatura, Discounterprodukte, ...

Herta Finesse

verschiedene

maismehl aus dem türkischen lebensmittelmarkt

-

Bauckhof

Alnatura

Vielen

vielen von Aldi marken über Rewe Produkte

Rewe "frei von"

Ist mir entfallen

verschiedene

Ich halte mich nicht an die Liste und gehe nach den Zutaten, Marken sind zu viele, Livio z.B. fällt mir ein

Ich kaufe für die ganze Familie völlig normale, nicht besonders gekennzeichnete Lebensmittel aller Marken und Hersteller. Ich orientiere mich dabei IMMER an der Zutatenliste. Wenn eindeutig glutenhaltige Inhaltsstoffe angegeben sind, kaufe ich diese P

Lidl Frei von...

Unbekannt

Markenname vergessen

Mövenpick (Eis)

Viva Vital, Die Rostocker, Rügenwalder Mühle, Magnum (Uni-Lever?), Alnatura, Schwarmstedter, Stock... und viele andere, die mir jetzt spontan nicht einfallen

weiß ich nicht mehr

Boeklunder ...Knorr ...etc..

alle frischen Lebensmittel und unverarbeiteten Lebensmittel - Aber auch Käse, Wurst, Marmeladen etc. werden nicht nach "Ähre" gekauft. Milka und Ritter Sport Schokolade.

Weiß ich nicht mehr

alnatura, diverse Produkte von Aldi, Rügenwalder, ... eigentlich alle Produkte, die glutenfrei auf der Packung stehen haben.

weiß ich nicht mehr

Oh Jesus - ich habe nicht alle Marken im Kopf ... Spontan: Sauels (Schinken), Gut und günstig (Wurstwaren), Bio-Linie von Norma usw. usf.

Milka

Von Rossmann die Cornflakes

?

Diverse Wurstsorten haben explizit "glutenfrei" aufgedruckt. Dennoch schaue ich immer nach der Zutatenliste

3 Pauly, Schär

Weiß ich nicht

Ritter Sport

Eigenmarke vom Lidl, Marke weiß ich leider nicht

weiß ich nicht mehr

knorr

nicht bekannt

Wurst, Käse, etc. haben manchmal eine Notiz... Rügenwalder Mühle z.B.

U.a. von lebensbaum

Viele z.B. frei von Lammsbräu Ruf Rügenwalder

Ich richte mich nach dem Zutatenverzeichnis und kaufe danach Markenunabhängig ein

Starbucks

Knorr

dsd

Joghurts

Das kann ich so nicht sagen, war zu selten der Fall.

weiß nicht

Viele Verschiedene. Ich achte auf die Zutatenliste.

So viele, dass ich das hier nicht im Einzelnen auführen kann.

nicht mehr bekannt. Ich kaufe aber Lebensmittel nach Zutatenliste bei LIDL und da steht auch öfters glutenfrei drauf.

?

.

Diverse - App, Handbuch und Studium der Inhalte sind Routine geworden.

kann ich nicht genau sagen. Sin zu viele.

Weiß nicht

diverse (u.a. Produkte von Lidl)

Div. Marken

verschiedene Marken, ich kaufe nur nach Zutatenliste auf Produkten, egal ob von der DZG gelistet

Weiß ich im Moment nicht.

weis ich nicht mehr es gibt ja leider verschiedene Kennzeichnungen

diverse Milchprodukte , hauptsächlich Joghurts und Pudding

unterschiedlich

?

diverse

weis nicht

Aldi

Funny Frisch

früher stand auf Heinz Ketchup Flaschen "Glutenfrei" drauf.

no name Produkte vom Lidl, wie Wurstwaren, Kartoffelsalat

fällt mir momentan nix ein

es waren mehrere - ich kann mich nicht so genau erinnern

rinatura Brotaufstrich

Weiß nicht mehr

ich weiß es nicht mehr

Combino/Lidl Eigenmarke

offerdinger

Wurst und Käse...

Gut Bio- Maiswaffeln von Aldi

mehrere

Wilhelm Brandenburg GmbH, Eberswalder Wurst gmbH, Wurst-Fleischangebot von der Theke vom Kaisers

weiß ich nicht mehr

weiß ich auswendig nicht.

Marken ohne Namen sind oft so dekriliert

weiß ich nicht mehr

Kaufland und anderen Marken, wenn nichts mit weizen als Zutat enthalten ist, dann kaufe ich es auch
weiss leider keine speziellen Produktnamen mehr

REWE

edeka

Gut Bartenhof

z.B. Ehrmann, Lindt, Langnese und noch verschiedene andere Marken

Sämtliche Marken oder Non-Name-Marken in Supermärkten, Discountern und Drogeriemärkten.

KAISERS SUPERMARKTprodukte

Weiß ich nicht mehr

Das weiß ich nicht mehr

netto real eigenmarken

Das weiß ich nicht mehr genau. Ich kaufe solche Produkte aber nur nach gründlichen Erlesen der Zutatenliste... Ich prüfe dann also selbst nochmal nach. Wenn Zutaten erwähnt werden die ich nicht eindeutig zuordnen kann kaufe ich das Produkt nicht - auch w

Nestle

Ich bin mir gerade nicht sicher, aber ich glaube, dass die Marke "Frei von" diese nicht gemäß der DZG auszeichnet. Dazu muss man sagen, dass ich dieses Müsli nicht regelmäßig konsumiere, sondern nur für eine Zeit ausprobiert habe. Und evtl. sind gener

diverse Handelsmarken in Discountern

Dass kann ich aus dem Stehgreif nicht beantworten!

Von vielen Marken, nur die Inhaltsstoffe zählen und der Hinweis auf Spuren von...ausgenommen
Gluten natürlich.

Supermarkt Produkte allgemein

bei Netto, allerdings weis ich die Marke nicht mehr

Mhmmm... ich weiß es leider nicht mehr.

Netto, Lidl

Das weiß ich nicht mehr genau. Ich sehe mir immer die Zutatenliste auf dem Produkt an und wenn nichts auffälliges darauf steht, dann kaufe ich es.

...

Diverse

das weiß ich jetzt nicht

JA!

Die Marken kann ich nicht genau sagen, aber jegliche Wurstsorten, auch Würstchen(z.B. Deutschländer), auf denen ausdrücklich "glutenfrei" steht.

Lidel Spaghetti

Berner Würstchen von einer Österreichischen Firma und Klöße von Henglein

Andauernd im Supermarkt. Viele unterschiedliche Marken.

Keine spezifischen in Erinnerung. Eher Marken, die nicht auf Diätlebensmittel spezialisiert sind, sondern für den ganz normalen Handel produzieren.

Weiss ich nicht.

Lidl, Rewe

weiß ich nicht mehr

Diverse

Ich halte mich beim Kauf der Produkte an die Liste der DZG, auch wenn die Produkte nicht alle die durchgestrichene Ähre tragen. z.B. Ritter Sport Vollmilch

??? Leider vergessen.

Unterschiedlich. Ich kaufe Produkte immer, nachdem ich die Zutatenliste gelesen habe, unabhängig der Marke.

Edeka Produkte

Weiß ich nicht mehr aber ich gehe nach der Zutatenliste und nach dem Buch der Deutschen Zöliakiegesellschaft zb Ritter Sport oder Milka Schokolade use.

weiss nicht mehr

verschiedene Produkte, z.B. von Unilever und Nestle

Pfu, einiges. Zum Beispiel bei Fleisch oder Wurst steht meistens nur glutenfrei drauf. Teilweise bleibt einem ja keine andere Wahl, aber bei Fleisch können ja eh "nur" Spuren vorhanden sein und wenn dann noch glutenfrei drauf steht, aber die Ähre fehlt, d

weiß ich nicht mehr

Dulano Wurst, Haribo, Knorr Salatfix, Danone Pudding,

Jede erdenkliche Marke die es gibt.

weiß ich nicht mehr

Rügenwalder Mühle, REWE BIO, Salat vom Aldi... orientiere mich an der DZG-Liste, selten an der Ähre...

ach du herrje: das würde jetzt eine Auflistung von über 100 Marken.

Von jeder gängigen Marke im Supermarkt, da ich nach Zutatenliste einkaufe. Bsp. Kaufland K Classic

Weiß ich nicht mehr, mache ich aber öfter, da ich auch bei kleinen 'Lecks' keine Beschwerden habe. (Marsh 2)

beispielsweise "Frei von" von Rewe

Unilever, Rewe Fleisch- und Wurstwaren

Magnum-Eis von Langnese

Keine Ahnung, sind zu viele

Edeka

verschiedene

Z.b. von Haribo, Nestlé, Chio...

Ich kann mich nicht erinnern.

Moser Roth, Haribo, Ferrero, Ostmann Gewürze, Dr. Oetker Backartikel, Südzucker AG ...

Z.B. von Kellogs, aber auch andere

weiß nicht mehr

Weiß ich nicht genau, aber ich kaufe nicht nur Produkte mit der durchgestrichenen Ähre.

Viele verschiedene Produkte von unterschiedlichen Herstellern

Magnum Eis z.B. und viele, viele andere. Es wäre ohnehin Aufgabe einer staatlichen Behörde, die Glutenfreiheit zu überwachen. Medikamente werden ja auch überwacht. Die DZG ist nur ein privater Verein und müsste sich auf andere Aufgaben konzentrieren.

Ich glaube Alnatura

von sämtlichen Marken, welche diesen Hinweis aufgedruckt haben/Zutatenliste!

Produkte die für Netto oder Real hergestellt sind

-

Marke vergessen

Discounterware

Viele, viele diverse Produkte

Viele verschiedene

Z.B. Schokolade von Aldi.

#NAME?

diverse, ich achte darauf, dass die Hersteller die zuverlässige Glutenfreiheit ausweisen

?

Bad Reichenhall Pommesgewürz, Nestle Choclait chips....Viele Produkte die in der Aufstellung der DZG stehen sind nicht mit der durchgestrichenen Ähre versehen. Auch von Natur aus glutenfreie Produkte haben nicht immer eine Kennzeichnung z.B. Reis.

weiss ich nicht mehr

-Balsamico-Essig Chips von Aldi Nord -gesalzene Chips von diversen Supermärkten (z.B. Lidl, Kaufland) -Pommes frites (z.B. von Mc Cain, Ja!) ...

k. A.

Knorr oder Wolf

Weiß ich nicht mehr, aber ich lese genau die Inhaltsstoffe vor dem Kauf durch, denn ich habe schon Produkte gesehen, die Getreide- und/oder Glutenfrei hießen aber Dinkel enthielten.

Ich kaufe solche Produkte häufig, kann mich aber nicht an die Produktnamen erinnern.

?

regelmäßig divers, ist ja jetzt weit verbreitet

ß

Schneekoppe, rewe

Funny frisch, Chips, Alnavit (bin mir nicht sicher, ob eine durchgestrichene Ähre drauf ist) Fa. Aldi, Lidl

nur nach den Listen der DZG z. B. Eis, Schokolade Ansonsten verzehre ich keine Fertigprodukte!

RUF, Berggold

z.B. Milka Schokolade, Süßigkeiten von Haribo, ...

Wiesenhof

Barilla

Kann ich momentan leider nicht beantworten

Hertha, Rügenwalder, Halberstädter, Wurst+Käse allgemein, Reiswaffeln,

Rewe

weiß ich nicht mehr genau

Sehr viel, auch Wurst, Käse, Fleisch... Ich lese mir immer die Zutaten der Produkte durch.

Frischpack

Die Marke weiß ich nicht mehr. Ich kaufe generell alle Lebensmittel, auf deren Zutatenliste keine glutenhaltigen Inhaltsstoffe aufgelistet sind oder in den Allergenen angegeben sind. viele, weiß ich nicht auswendig.

kann mich nicht mehr genau erinnern, aber die Bauchschmerzen waren fürchterlich

Deli Original

quer durchs Supermarktregal

Dr. Oetker

brot (Bäcker in vagen lk rosenheim/bad aibling)

Weiß ich nicht mehr. Entschuldigen sie.

Kann keines benennen. Ich Check immer die Zutaten Listen wenn ich keine durchgestrichene Ähre entdecken kann. Ich vertraue darauf dass drin ist was drauf steht. Mir bleibt ja au nix anderes übrig abgepackte Wurstwaren (leider weiß ich die Marke nicht mehr)

mehrere

oh je - gar viele! Nudeln, Brot, Kekse...

Das kann ich leider nicht mehr genau sagen. Meistens betrifft es Mais- oder Reiswaffeln oder Hirsebällchen. Das einzige, was mir gerade einfällt, ist "Quinoa" von der Firma Alnatura.

Von verschiedenen Marken, Namen sind mir nicht mehr bekannt. Da ich mich auf die Zutatenlisten verlasse und danach einkaufe, sind schon viele verschiedenen Marken dabei.

glutenfreie Haferflocken von Bauck

Firmenname entfallen

weiß nicht

Viele

...

weiß ich nicht mehr

Holo, andere weiß ich nichtmehr

Langnesse Flutschfinger, steht jetzt hinten auf der Packung GLUTENFREI,Nimm 2 ,Nutella

Dr Oetker, Knorr, Böklunder, Zott, Milka

salami und landjäger, firma aus norddeutschland, den namen hab ich mir nicht gemerkt.

??

Funny Frisch

kann mich nicht mehr erinnern

Kann ich nicht genau sagen, aber zum Beispiel Produkte in den USA oder so Vitamin-Brausetabletten oder so

Schmälzle

Das weiß ich jetzt nicht mehr

REWE

viele

haribo

Wolf Fleischerei

z.B. frei von bei Rewe

Schär, blumenbrot

Kann ich nicht genau benennen. Häufig steht seit neuestem auf Wurst- und Käse "glutenfrei" drauf und auch sonst verwenden immer mehr Hersteller den Begriff. Ich lese zusätzlich meistens eh noch die komplette Zutatenliste, denke aber das man sich auf den B

Backfee (eigenes Symbol von Netto) Kartoffelmehl v. Frießinger Mühle GmbH Aktionen bei Lidl,

Netto, Aldi, Norma usw.

wilhelm brandenburger

?

Langnese-Eis

haribo

Z.B. die Erdnussflips aus dem Aldi

keine Ahnung z. B. Müsliriegel

Weiß ich nicht mehr...

Verschiedene Sorten , Nudeln, Brot , Mehl , Gebäck ,etc.

weiß nicht mehr

Verschiedene

Diverse

?

Bio-puten- Wienerwürste von ??? Chips (Kesselchips etc) weitere Firmen und Produkte fallen mir jetzt gerade nicht ein...

weiss ich nicht mehr

viele verschiedene Marken (ich kaufe Produkte aufgrund der angegebenen Zutatenlisten und hatte damit bisher keinerlei Probleme, wobei die durchgestrichene Ähre das Einkaufen sehr erleichtert).

Verschiedene

Verschiedene Marken. Ich kaufe nach Zutatenliste ein.

Weiss jetzt d. Name nicht

Nestle (Nutella)

Zum Beispiel die Produkte der Rewe "frei von" Marke

Weiss nicht mehr

glutenfreie eigenmarke von rewe

Sehr vieles, einzelne Marken weiß ich jetzt nicht, muss ich erst in meinem Schrank gucken...

Pommes Gesichter (jedoch den Hersteller angeschrieben) IceTee

fällt mir aktuell nicht ein

?

Sorry, die genaue Markenbezeichnung kenne ich nicht - Freivon-Mehl oder Backwaren bei Rewe - light Wurstwaren bei Edeka, die als Glutenfrei ausgezeichnet sind, aber nicht mit der DZG-Ähre
xxxx

Meist Importprodukte aus Schweden

Backpulver von Back Family, Aldi

????

Hauptsächlich über Querfood.de Lebensmittel aus dem Ausland (z.b. Semper oder Finax).

Viele verschiedene

Ich kaufe die Produkte der DZG-Aufstellung, bin Mitglied in der DZG. Nicht alle in der DZG-Lebensmittel-Auflistung genannten glutenfreien Produkte haben eine durchgestrichenen Ähre auf der Verpackung. z.B. Milka-Schokolade, Gewürze von Fuchs, Meßmer-Tee,

verschiedene

Hauptsächlich Discounter

Kann ich aus dem Kopf heraus nicht beantworten.

Eis von Langnese, Ketchup von Hela, Brotaufstriche von Alnatura

Unterschiedlich, eigentlich immer wenn Inhalts Stoffe frei sind

verschiedene

Mc Cain

Südbayerische Fleisch GmbH

weiß nicht

knorr lidl nudeln verschiedene fertigsaucen die kein gluten enthalten

verschiedene

zB Milka Schokolade

Rewe frei von, Alnatura, Aldi Bio, Rewe Bio, Rinatura

diverse Firmen

weiß ich nicht mehr

Langnese Eis Diverse Fleisch Erzeugnisse

es waren verschiedene

Rewe

meist nur Reis oder Nüsse, unterschiedliche Marken

Mehrere Marken, weiß ich nicht mehr genau.

Bauhof, sonstige Lebensmittel wie Joghurt, Schokolade usw

Grünland Käse Wurst von Rügenwalder

Viele Marken - Auswahl anhand der Zutatenliste

zum Bsp. Wurst von Rügenwalder

Ültje Studentenfutter.

keine Ahnung

kann ich im moment nicht sagen

weiss ich aus dem Stegreif nicht.

Beide von mir genannten Produkte, sowohl das Rewe Produkt wie auch das von Bauck haben keine durchgestrichene Ähre

diverse?

Keine Ahnung

Weis nicht mehr

Lidl

GERFO-Produkte

Verschiedene, u.a. Rewe

Kann ich nicht mehr benennen.

z.B. Riegelein, Kinder-Schokolade von Ferrero

M&L Grillfleisch

Keine besondere.

Kann ich jetzt nicht mehr benennen

Weiß ich nicht

Käse- und Wurstprodukte (FolEpi etc.)

Edeka

kaufe nach Zutatenliste bei beliebigen Marken bzw. Noname

Ich beachte nur das Wort "glutenfrei". Explizit weiß ich nicht welche Produkte der Gesellschaft angehören
habe ich vergessen

Kann ich nicht mehr sagen. Diverse Wurstsorten z.B.

Ich weiß nicht, welche Marken, aber Joghurt, Schokolade oder Ähnliches kaufe ich auch ohne Auszeichnung - ich schaue mir die Inhaltsstoffe an.
erinnere mich nicht spezifisch.

weiß nicht mehr

Ich lese immer die Zutatenliste und entscheide danach ob das Produkt glutenfrei ist oder nicht, also ob ich es kaufe oder nicht.

unbekannt

weiß ich nicht mehr

rewe frei von

Dany (enthält glutenfreie Weizenstärke)

Marke nicht mehr bekannt

Barilla, Bio Wurtwaren (Altendorfer?,)Almighurt

ganz viele

Dulano

weiß ich nicht

Produkte von Lidl.

REWE Früchtemüsli

verschiedene(z.B. netto Eigenmarke)

-

weiß ich nicht mehr

Proben auf Ausstellungen

Alnatura

Keine bestimmte. Ich lese die Zutaten von Produkten und kann so feststellen, ob ich es essen kann oder nicht (da ich Zöliakie schon seit der 2.Klasse habe und jetzt 18 Jahre bin, kenn ich mich da mittlerweile sehr gut aus und weiß, was geht und was nicht)

viele

Anlage 6: Bilder des glutenfreien Angebots in ausgewählten Supermärkten im Raum Hamburg

Edeka Markt in den Welau Arkaden (Bahhofsstraße 31, 22880 Wedel)

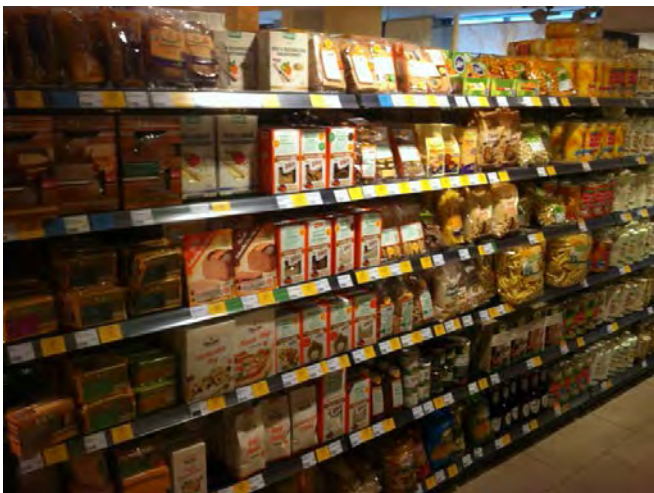


Kaufland im City Center Bergedorf (Bergedorfer Straße 105, 21029 Hamburg)





Denn's Biomarkt in Bergedorf (Sachsentor 58, 21029 Hamburg)



Reformhaus Engelhardt im Wandsbeker Quarree (Quarree 8-10, 22041 Hamburg)





Reformhaus Sven Kniesch (Fuhlsbüttler Straße 102, 22305 Hamburg)



