

INTERVIEW

STREIT UM TEST-METHODEN

Mineralwasser-Experte kritisiert Öko-Test: "Das treibt Fachleuten den Schweiß auf die Stirn"

Öko-Test prüft regelmäßig Mineralwässer, Verbraucher vertrauen den Tests. Die Brunnen hingegen kritisieren die Bewertungen scharf. Sebastian Rau vom SGS Institut Fresenius gibt ihnen Recht und erklärt, wo er Probleme sieht und worauf Verbraucher achten sollten.

Von [Tina Pokern](#)

Lesezeit: ca. 6 min

6. Juli 2020

Herr Rau, Öko-Test hat kürzlich wieder Mineralwässer getestet. Die Ergebnisse bezeichnete der Dialog Natürliches Mineralwasser als „willkürlich“ und „rufschädigend“. Bellen hier getroffene Hunde?

Öko-Test führt in seinem Bericht keine wissenschaftlichen Belege für die Beurteilungen an, stattdessen werden unpräzise Formulierungen wie „kann schädigen“ oder „steht unter dem Verdacht“ verwendet oder es wird einfach auf „unserer Meinung nach“ verwiesen. In dem Test wurden Vergleiche gezogen, von denen auch ich sagen würde, dass in ihnen eine gewisse Willkürlichkeit steckt. So wie manche Dinge dargestellt sind, treibt es den Fachleuten den Schweiß auf die Stirn. Als Verbraucher muss man den Testbericht schon sehr genau lesen und die Aussagen und Bewertungen, die vermutlich zur Skandalisierung dienen, herausfiltern.

Bemängelt wird unter anderem, dass Öko-Test zwischen den Verordnungen wechselt. Öko-Test hingegen argumentiert in seiner Prüfung damit, dass für Trinkwasser strengere Richtlinien gelten und diese deswegen herangezogen wurden. Ist die Mineral- und Tafelwasserverordnung aus dem Jahr 1984 veraltet?

Veraltet ist sie, aber falsch ist sie nicht. Die Mineralwasser-Gesetzgebung gehört allerdings, und daran arbeiten auf europäischer Ebene viele Experten, aktualisiert. Die Verordnung für Trinkwasser wird deutlich öfter überarbeitet. Das liegt aber auch daran, dass Trinkwasser im Gegensatz zu Mineralwasser in der Regel technisch aufbereitet wird.

Leitungswasser gilt als das am besten überprüfte Lebensmittel in Deutschland.

Heißt das im Umkehrschluss, dass man Mineralwasser mehr durchgehen lässt?

Ist es nicht spannend, dass die Leute viel Kontrolle mit Qualität gleichsetzen? Wenn Sie zu Hause einen Schul-Überflieger haben, der nur Einsen nach Hause bringt, dann müssen Sie sich doch auch nicht viel um ihn kümmern. Mehr kümmern müssen Sie sich um den, der ständig Gefahr läuft, eine Fünf nach Hause zu bringen. Das Risiko der Verunreinigung ist bei Trinkwasser höher, weil es aus qualitativ unterschiedlichen Quellen stammt und in vielen Fällen einem Aufbereitungsprozess unterzogen wird. Mineralwasser ist dagegen das einzige Lebensmittel, dessen natürlicher Schutz und ursprüngliche Reinheit vor Inverkehrbringung amtlich anerkannt werden. Da wissenschaftlich erwiesen ist, dass die Eigenschaften von Mineralwasser stabil sind, ist es überhaupt nicht notwendig, Grenzwerte ständig zu überprüfen. Trotzdem ist natürlich jeder Mineralbrunnen als Lebensmittelunternehmer verpflichtet, eigenverantwortlich für eine vernünftige Qualitätskontrolle zu sorgen.

Warum gibt es keine einheitlichen Grenzwerte für Mineral- und Leitungswasser?

Natürlich wäre es übersichtlicher, wenn man einheitliche Werte hätte. Aber so einfach ist das nicht. Beim Mineralwasser geht es um Ursprünglichkeit. Beim Trinkwasser spielen technische Anforderungen eine Rolle. Trinkwasser ist ein Produkt für verschiedene Anwendungen, nur ein kleiner Teil wird getrunken. Natriumchlorid kann zum Beispiel zur Korrosion in den Leitungen führen. Im Mineralwasser hingegen sind Natrium und Chlorid als wichtige Mineralstoffe erwünscht und prägen den Geschmack. Ähnlich verhält es sich mit Kalzium. Ist zu viel davon im Leitungswasser, kann das dazu führen, dass Sie jeden zweiten Tag den Kessel reinigen müssen oder sich die Leitungen zusetzen. Ist hingegen Kalzium im Mineralwasser, dann ist das prima. Kalzium ist gut für die Knochen, für die Nerven. Was also für das eine Wasser positiv ist, ist fürs andere negativ.

Öko-Test will unter anderem erhöhte Werte von Bor und Nitrat festgestellt haben und hat die entsprechenden Produkte drastisch abgewertet.

Aber warum? Die Werte sind nicht stark erhöht. Ich weiß nicht, woher Öko-Test diese Einschätzung nimmt. Bei diesen geringen Mengen Bor spielt es keine Rolle, ob da ein bisschen mehr oder weniger drin ist. Trotzdem wird von gefährlichen Schadstoffen geredet und davon, dass Bor die Niere schädigen kann. Was Öko-Test nicht sagt: Ab welchen Mengen hat ein solcher Stoff überhaupt eine nachgewiesene gesundheitsgefährdende Wirkung? Ich empfinde es als schade, dass ein Verbrauchermagazin mit solchen Methoden und Darstellungen arbeitet. Das ist viel heiße Luft. Warum etwa rät Öko-Test davon ab Volvic zu kaufen? Weil darin Nitrat-Werte von 7 mg/L sind. Der Wert sei erhöht, sagt Öko-Test, begründet diese Aussage aber wissenschaftlich nicht. Nitrat kommt in diesen Mengen aus Steinen und dem Boden ins Wasser und ist kein gesundheitsgefährdender Stoff. So ist die Natur. Und nur zum Vergleich: Bei Trinkwasser liegt der Grenzwert bei 50 mg/L und die Wasserversorger müssen oft viel dafür tun, diesen einzuhalten.

Trotzdem: Das Bundesinstitut für Risikobewertung hat schon vor Jahren gefordert, dass zum Beispiel die Mineralwasser-Grenzwerte von Bor an die von Trinkwasser angepasst werden sollten. Lag das Institut so falsch?

Wenn im Trinkwasser erhöhte Bor-Werte gefunden werden, kann das auf eine Kontamination des Wassers hinweisen, zum Beispiel durch Waschmittel. Da heißt es Vorsorge betreiben und früh gegensteuern. Im Mineralwasser gibt es solche Verunreinigungen nicht. Da kommt das Bor aus den Gesteinen ins Wasser und ist natürlichen Ursprungs. Grenzwerte müssen nicht gleich sein, weil sie je nach Produkt einen individuellen Hintergrund haben. Übrigens: Die Bor-Grenzwerte sind überall auf der Welt anders. Daran merkt man schon, dass es keine einheitliche wissenschaftliche Einschätzung gibt, wie man solche Werte beurteilen soll.

Öko-Test straft schon kleine Grenzüberschreitungen hart ab.

Haben kleine Ausschläge schon eine so große Wirkung?

Ein Beispiel: Ein Mineralwasser wurde von Öko-Test als ungenügendes Produkt eingestuft, weil der Grenzwert von 2 Mikrogramm Uran um 0,1 überstiegen wurde. Gerade bei so geringen Konzentrationen sind eigentlich analytisch bedingte Messunsicherheiten von etwa 20 bis 50 Prozent zu berücksichtigen. Daher ist es schon erstaunlich, dass bei solch geringen Abweichungen notenmäßig ein solch riesiges Fass aufgemacht wird. Öko-Test legt seine Messergebnisse dem Leser der Testberichte noch nicht einmal offen. Diese Art der Information empfinde ich als irreführend.

Wir stellen fest: Sie halten nicht viel von diesen Tests, oder?

Es kommt natürlich auch darauf an, was getestet wird. Bei der Qualität von Mineralwasser gibt es in der Regel wenig, was kritikwürdig ist. Da hat so ein Test nur wenig Informationspotenzial. Wird aber ein elektrisches Gerät getestet und festgestellt, dass man bei der Benutzung einen Stromschlag bekommt, sieht die Sache schon anders aus. Verbraucherorganisationen wie die Stiftung Warentest sind tolle Einrichtungen, hinter denen ich zu 100 Prozent stehe. Hinter der Art der Beurteilung und Darstellung stehe ich jedoch nicht immer. Die Stiftung Warentest hat für jede Produktgruppe einen Fachbeirat mit externen Experten. Nach ausgiebigen Diskussionen wurde im vergangenen Jahr das Prüfverfahren für Mineralwasser verändert. Ich bin gespannt auf den nächsten Test. Öko-Test nutzt meines Wissens keinen solchen Beirat. Es wäre wünschenswert, dass ein transparenter Prozess hinter der Festlegung von Prüfkriterien steht. Es geht um Fairness und um wirklich nützliche Verbraucherinformation. Wenn diese fehlen, wird es schwierig.

Abseits der Tests, auf welche Werte im Mineralwasser sollten den Verbraucher ein Auge haben?

Es gibt Inhaltsstoffe, die eine unmittelbare Wirkung im Körper entfalten. Ein Wasser mit hohem Gehalt an Hydrogencarbonat wirkt beispielsweise als Puffer. Das hilft bei Sodbrennen. Denn das Mineralwasser neutralisiert die Säure im Magen. Die nachgewiesene vom Bundesamt für Arzneimittel bestätigte Wirkung vieler Heilwässer beruht auf dem hohen Hydrogencarbonat-Gehalt. Dazu gibt es unendlich viel Nachweise. Bei anderen Wässern spielen zum Beispiel die Anteile von Kalzium und Magnesium eine große Rolle.

Das sind Positivbeispiele, aber wie sieht es mit solchen aus, die sich negativ auf den Körper auswirken können?

Wie so oft in den Ernährungswissenschaften ist das nur sehr schwer herauszufinden. Ich kann aber ziemlich sicher sagen, dass Grenzwerte, über die wir hier sprechen, mit so vielen Sicherheitsfaktoren belegt sind, dass bei normalem Konsum selbst dann nicht mit einer akuten Gesundheitsgefährdung zu rechnen ist, wenn die Werte um ein Vielfaches überschritten werden.

Was ist mit Rückständen von Pestiziden?

Damit ein Mineralwasser amtlich anerkannt werden kann, müssen strenge Orientierungswerte eingehalten werden. Bei Pestiziden liegt dieser Orientierungswert unter dem Grenzwert von Trinkwasser.

Mal ehrlich, Herr Rau, welches Wasser ist qualitativ besser: Mineral- oder Leitungswasser?

Das beantworte ich salomonisch: Ich trinke beides. Es ist ein bisschen wie die Frage, ob man lieber ein Bio- oder ein konventionelles Produkt möchte. Das muss jeder für sich selbst entscheiden. Wem ursprüngliche Reinheit am Herzen liegt und wem es wichtig ist, dass das Wasser unbehandelt, aber trotzdem sicher ist, der ist beim Mineralwasser sehr gut aufgehoben. Es wird direkt an der Quelle in verschlossene Behälter abgefüllt, da kann nichts mehr groß reinkommen. Bei Leitungswasser ist das etwas anderes. Wobei ich dazu sagen muss, dass das deutsche Trinkwasser eine sehr hohe Qualität hat, um die uns viele andere Länder beneiden. Ich habe keine Hemmungen, Wasser aus dem Hahn zu trinken, aber ich habe es auch schon oft genug untersucht.

Kann Mineralwasser schlecht werden - und wie erkennt man das?

Es wird im Zusammenhang mit Leitungswasser immer wieder die sogenannten Last Mile kritisiert – also die Strecke von Wasseruhr bis Hahn.

Sie habe Einfluss auf die Qualität des Wassers. Stimmt das?

Der Wasserversorger übernimmt die Verantwortung bis zur Wasseruhr, nicht bis zum Hahn. Ab der Wasseruhr ist der Hauseigentümer in der Pflicht. Die Last Mile kann einen großen Einfluss auf die Qualität des Wassers haben. Man muss sich nur mal für die eigene Wohnung überlegen, wann die Trinkwasserinstallation das letzte Mal überprüft wurde. Das passiert sehr selten. Oder wann man das letzte Mal den Hahn auseinandergeschraubt und gesäubert hat. Am Hahn kann sich Mikrobiologie ansiedeln. Im Extremfall sind das unangenehme Keime, die auf den Magen-Darm schlagen. Häufig kommt das aber sicherlich nicht vor. Außerdem können sich Schwermetalle wie Blei, Kupfer und Nickel, die über die Hausinstallation ins Wasser kommen, im Wasser anreichern. Mikrobiologische Verunreinigungen könnte man durch Abkochen entfernen, die Schwermetalle nicht. Für Panik reicht das aber nicht, das gesundheitliche Risiko ist in der Regel überschaubar.

Ist das nicht aber hauptsächlich ein Problem von alten Leitungen?

Bei den Untersuchungen, die ich kenne, lässt sich kein wirklicher Zusammenhang mit dem Alter der Leitungen erkennen, in manchen Fällen ist es bei neuen sogar schlimmer. Ein Grund könnte sein, dass preisgünstige Installationen gewählt werden, die in anderen Ländern mit geringeren Qualitätsstandards hergestellt wurden.

Das heißt also, dass man das Wasser aus dem Hahn erst prüfen sollte, bevor man es trinkt?

Ich glaube, der Aufwand ist zu hoch. Außerdem gilt ein einwandfreies Prüfergebnis ja immer nur für einen kurzen Moment. Es empfiehlt sich jedoch, ein paar Vorsichtsmaßnahmen einzuhalten. Ich selbst lasse erst einmal das Wasser über die Hand laufen, bis es wirklich gleichbleibend kalt ist. Dann weiß ich, es ist frisch und kein Stagnationswasser. Gerade im Leitungswasser, das länger in den Leitungen steht, können Keime wachsen und sich Schwermetalle anreichern. In manchen Häusern kann es schon mal zwei Minuten dauern, bis wirklich frisches Wasser kommt. Außerdem hilft es, von Zeit zu Zeit den Wasserhahn, aus dem man trinkt inklusive dem Siebvorsatz zu reinigen. So kann man Risiken ganz einfach und wirkungsvoll reduzieren.