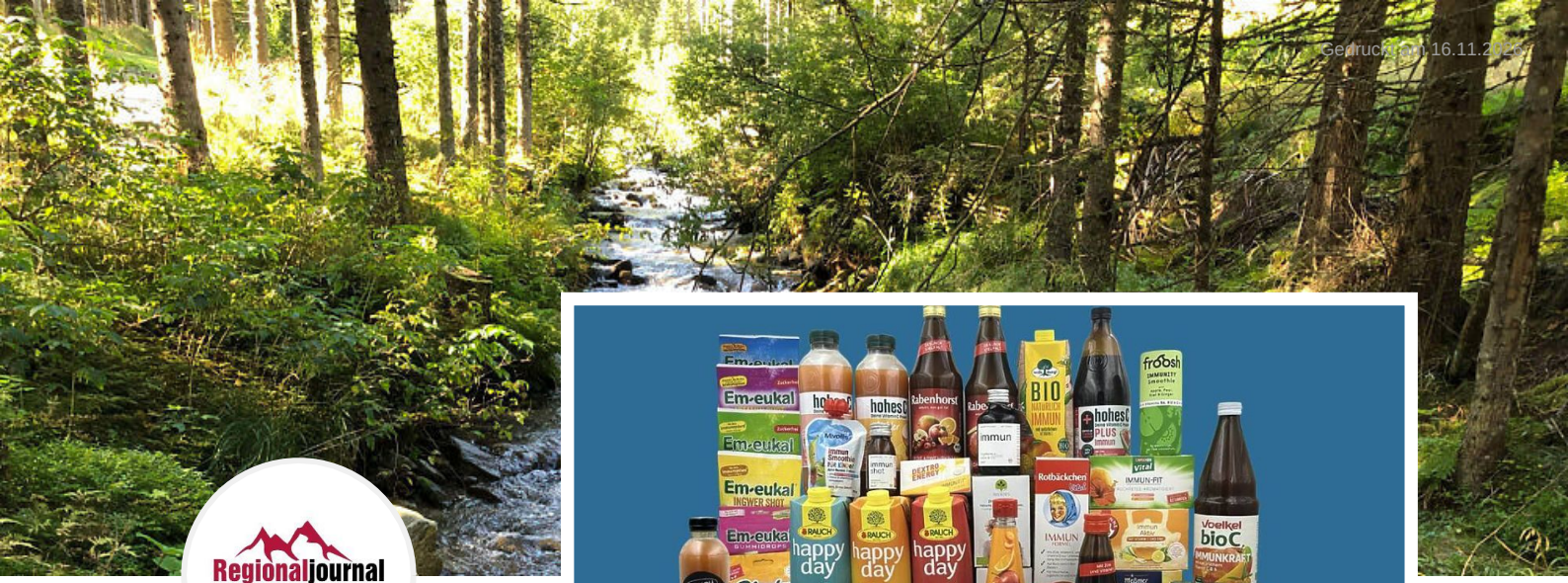


Regionaljournal Steiermark

Die große Immun-Lüge

„Immunstark“, „Immun-Fit“, „Immunkraft“ - klingt gesund, oder? Doch eine neue Recherche von "foodwatch" zeigt: Hinter den gesunden Versprechen der Immun-Produkte verstecken sich meist überzuckerte Snacks und Getränke, die Übergewicht, Diabetes und Karies fördern - aber nicht unsere Gesundheit.

Schon ein kleines 250-ml-Glas eines Immun-Getränks enthält mehr als 25 Gramm Zucker. Das ist die komplette Tagesdosis, die die Weltgesundheitsorganisation (WHO) für Erwachsene empfiehlt, um ernährungsbedingten Krankheiten vorzubeugen. [1] Mit Gesundheit hat das nichts zu tun – im Gegenteil.

Ob die Immun-Säfte von Rauch, der „Sirup+ Immunbooster“ von Mautner Markhof oder der „Immun Fit”-Traubenzucker von Dextro Energy – sie alle führen Konsumenten mit gesund klingenden Namen in die Irre. Eine klare Täuschung, die trotzdem als gesundheitsfördernd vermarktet wird.

Eigentlich soll die sogenannte Health Claims-Verordnung der EU Konsumenten genau vor solchen Täuschungen schützen. Hersteller dürfen nur mit Gesundheitsversprechen werben, wenn diese wissenschaftlich belegt und offiziell genehmigt sind. Doch viele Unternehmen umgehen diese Regelung geschickt, indem sie einzelne Bestandteile ihrer Produkte hervorheben – während das Gesamtprodukt alles andere als gesund ist.

foodwatch klagt diese Praktiken immer wieder an:

Das Landgericht Karlsruhe gab im Juli 2025 foodwatch Deutschland recht und verurteilte dm für die irreführende Werbung eines „Immun Smoothies für Kinder“, der nichts weiter als ein zuckriger Obst-Quetschie ist. [3]

Aktuell klagt foodwatch gegen den Safthersteller Voelkel: Dessen Bio-

Saft „Immunkraft“ verstößt ebenfalls klar gegen die EU-Regeln.