

*Gründe und Anwendungsbeispiele*

## Vegane Trinknahrung im Fokus

Die pflanzenbasierte Ernährung erfreut sich in der westlichen Welt aus verschiedenen Gründen zunehmender Beliebtheit, unter anderem aus Sorge um die menschliche Gesundheit, aus Gründen des Tierwohls und wegen ökologischer Aspekte (1). In der klinischen Ernährung gab es bis 2022 in der Schweiz keine vollständig bilanzierte vegane – oder pflanzenbasierte – Trinknahrung. Ein Überblick über die nun zur Verfügung stehenden veganen Trinknahrungen.

Blanka Kral<sup>1</sup>, Raphael Banz<sup>1</sup>, Leonie H. Bogl<sup>2</sup>

**N**ahezu ein Fünftel der Neueintritte in Schweizer Spitäler weist eine Mangelernährung oder ein Risiko für Mangelernährung auf (2). Trinknahrungen (orale Nahrungssupplemente, ONS) kommen häufig im Falle einer Mangelernährung zum Einsatz. ONS stehen in Zusammenhang mit einer höheren Aufnahme von Energie und Protein, einer erwünschten Gewichtszunahme, einer niedrigeren Mortalitätsrate, kürzeren Spitalaufenthalten und weniger Komplikationen, weniger Spitalwiedereintritten und geringeren Behandlungskosten (3–7). Traditionelle klinische Trinknahrungen enthalten als Proteinquelle meist Milch- oder Molkenprotein und sind somit ungeeignet für Personen, die auf Inhaltsstoffe tierischen Ursprungs verzichten möchten.

In der Schweizer Bevölkerung stieg der Trend zur veganen Ernährungsweise in den letzten Jahren stetig an. Gemäss statistischen Erhebungen aus dem Jahr 2022 ernähren sich 0,7% der Schweizer Bevölkerung vegan (8). Gleichzeitig zeigt sich ein genereller Anstieg im Konsum pflanzenbasierter Produkte, darunter insbesondere pflanzlicher Milchalternativen (9,10). Dadurch wächst nicht nur der Markt für pflanzenbasierte Produkte allgemein, sondern auch die Nachfrage nach veganen Trinknahrungen, selbst wenn der Anteil strikt vegan lebender Personen insgesamt gering bleibt. Sie ist nicht nur Ausdruck veränderter Konsumgewohnheiten, sondern auch eine Antwort auf ethische Anforderungen im Gesundheitswesen: nämlich die Autonomie der Patienten zu wahren, die therapeutische Beziehung zu fördern und Ungleichbehandlungen zu vermeiden (11).

### **Vegane Trinknahrung im Überblick: Welche Optionen gibt es in der Schweiz?**

Bis vor einigen Jahren gab es in der Schweiz für die Spitäler und den Homecare-Bereich kein Angebot von vollbilanzierten pflanzenbasierten Trinknahrungen. In den letzten Jahren haben mehrere in der Schweiz ansässige Hersteller klinischer Trinknahrungen darauf reagiert und pflanzenbasierte, vollbilanzierte Trinknahrungen auf den Markt gebracht (siehe *Tabelle 1* für eine Übersicht der verfügbaren Produkte). Mit Moltein® Complete Vegan brachte die Omanda AG 2022 eine erste pflanzenbasierte Trinknahrung in Pulverform auf



Abbildung 1: Zugrunde liegende Indikationen der Patienten mit einer veganen Trinknahrung.

den Schweizer Markt. Im Jahr 2024 folgten die «ready-to-drink»-Produkte Moltein® Complete Drink Vegan, Fortimel® Plant-Based Energy und Fresubin® Plant-Based Drink. Später folgten Fortimel® PlantBased Protein 2kcal und Moltein® Alpha Vegan.

### **In welchen Fällen wird eine vegane Trinknahrung eingesetzt?**

Da es bisher keine oder kaum Daten gibt zur Konsumation von pflanzenbasierter Trinknahrung, wurde diese Thematik mit einer Bachelorarbeit an der Berner Fachhochschule (BFH) aufgegriffen. Ziel der Arbeit war zu untersuchen, bei welchen Patienten die erste vegane Trinknahrung auf dem Schweizer Markt (Moltein® Complete Vegan) eingesetzt wird, sowie die Gründe für die Produktwahl, die Art des Konsums und die Zufriedenheit bei der Verwendung zu erfahren. Die Datenerhebung erfolgte mittels Fragebogen an Patienten sowie

<sup>1</sup> Omanda Medical Nutrition, Ostermundigen

<sup>2</sup> Fachbereich Ernährung und Diätetik, Departement Gesundheit, Berner Fachhochschule, Bern

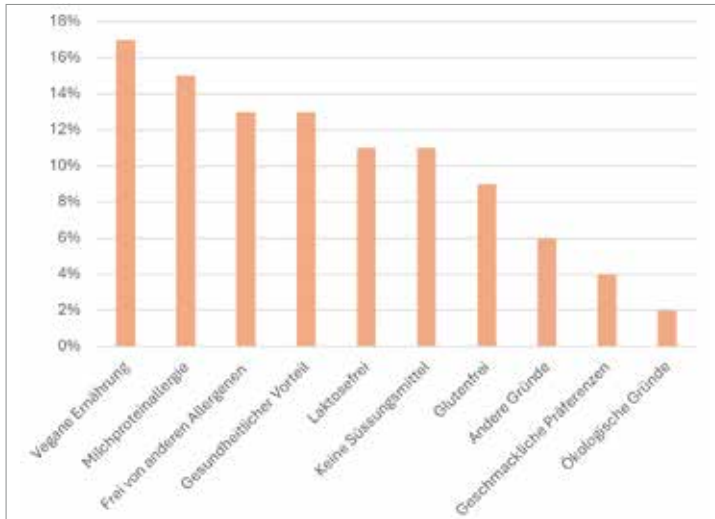


Abbildung 2: Gründe für die Wahl einer veganen Trinknahrung

Fachpersonen bei Homecare-Anbietern, und die Resultate wurden am Kongress der European Society for Clinical Nutrition and Metabolism (ESPEN) 2023 präsentiert.

Insgesamt nahmen 22 Personen an der Erhebung (12 teil, davon waren 68% weiblich). Das Durchschnittsalter betrug 53 Jahre (4–83 Jahre), das durchschnittliche Gewicht lag bei 52 kg (13–88 kg). Die am häufigsten genannten Gründe für die Indikation der Trinknahrung waren Mangelernährung und Appetitlosigkeit, Mangelernährung in Verbindung mit Allergien und Intoleranzen sowie onkologische Erkrankungen (Abbildung 1). Die meistgenannten Gründe für die Wahl der veganen Trinknahrung umfassten vegane Ernährung, Milchproteinallergie und die Allergenfreiheit des Produktes (Abbildung 2). Mit 2% wurden ökologische Gründe am seltensten genannt.

Die Trinknahrung wurde in allen Fällen als ergänzende Nahrungsquelle und nicht als einzige Nahrungsquelle eingesetzt. 54% der Patienten konsumierten eine Portion pro Tag (250 kcal, 16 g Protein), 14% zwei Portionen und 32% konsumierten eine andere Anzahl Portionen. Sie berichteten nach vier Wochen eine Compliance von 92,5%. Die Befragung zur Produktzufriedenheit ergab 10 von 10 (Median) bei den Patienten und 9 von 10 (Median) bei den Fachpersonen.

**Erste Einblicke: Wo hilft die vegane Trinknahrung konkret?**

Eine 54-jährige Patientin zeigt eine langjährige Anamnese umfangreicher, teils familiär bedingter Nahrungsmittelintoleranzen. Dazu zählen Weizen, Hefe, tierisches Eiweiss, Histamin und Fruktose. Dies führte zu chronischen Verdauungsstörungen und einer eingeschränkten Lebensmittelauswahl einhergehend mit einem chronischen Hunger. Nach einer Diagnose von Small Intestinal Bacterial Overgrowth und einer ineffektiven Antibiotikatherapie wurde ein Mastzellaktivierungssyndrom als mögliche Ursache erwogen. Eine signifikante gesundheitliche Verbesserung trat ein, als die Patientin eine vegane Trinknahrung auf Erbsenproteinbasis als Ernährungstherapie einsetzte. Dieses vollbilanzierte, vegane, gluten-, laktose- und sojafreie Produkt erfüllte als einziges die spezifischen diätetischen Anforderungen der Patientin. Die tägliche zusätzliche Aufnahme von 250–750 kcal und 16–48 g Protein führte zu einer verbesserten Nährstoffaufnahme und Sättigung sowie Steigerung der Lebensqualität, ohne intoleranzbedingte Symptome auszulösen.

Ein weiteres Anwendungsbeispiel für den gezielten Einsatz einer veganen Trinknahrung findet sich beim Refsum-Syndrom, einer genetisch bedingten Stoffwechselerkrankung. Durch den gestörten Fettstoffwechsel ist es nicht möglich,

**Tabelle 1: Übersicht der in der Schweiz kassenzulässigen vollbilanzierten, pflanzenbasierten Trinknahrungen (13)**

Firma	Trinknahrung	Trinkvolumen	Kalorienmenge/Portion	Kaloriendichte	Proteinmenge/Portion	Proteindichte	Proteinquelle	Galenik
OMANDA	Moltein® Complete Vegan	165 ml	250 kcal	1,5 kcal/ml	16 g	0,1 g/ml	Erbsenproteinisolat mit Methionin	Pulver
OMANDA	Moltein® Complete Drink Vegan	200 ml	400 kcal	2,0 kcal/ml	20 g	0,1 g/ml	Soja	Flüssig
FRESENIUS	Fresubin® PLANT-BASED Drink	200 ml	300 kcal	1,5 kcal/ml	15 g	0,075 g/ml	Soja	Flüssig
NUTRICIA	Fortimel® PlantBased	200 ml	300 kcal	1,5 kcal/ml	12 g	0,075 g/ml	Soja und Erbse	Flüssig
NUTRICIA	Fortimel® PlantBased Protein 2kcal	200 ml	400 kcal	2,0 kcal/ml	20 g	0,1 g/ml	Soja und Erbse	Flüssig
OMANDA	Moltein® Alpha Vegan	200 ml	300 kcal	1,5 kcal/ml	25 g	0,125 g/ml	Erbse und Reis	Pulver

Phytansäure abzubauen, wodurch diese im Körper kumuliert und zu Störungen wie Retinopathie, Polyneuropathie und zerebellärer Ataxie führt. Phytansäure wird ausschliesslich über die Nahrung aufgenommen, beispielsweise über Milch oder Fleisch von Wiederkäuern. Betroffene Personen sind somit in der Nahrungsaufnahme stark eingeschränkt. Ein Kind mit Refsum-Syndrom litt deshalb unter starker Mangelernährung. Trinknahrungen mit milchbasierten Proteinquellen waren aufgrund des Phytansäuregehaltes als Ergänzung ausgeschlossen. Auch hier erwies sich die Erbsenproteinbasierte Trinknahrung als Lösung in der Ernährungstherapie und führte zu einer Verbesserung der Ernährungssituation sowie zu einer Entlastung des ganzen familiären Systems.

### Was bedeuten diese Ergebnisse für die Ernährungsfachpersonen?

Ernährungsberater sollten in Kenntnis darüber sein, dass in der Schweiz mehrere klinische Trinknahrungen erhältlich sind, die für eine vegane oder pflanzenbasierte Ernährungsweise geeignet sind. Diese Produkte können nicht nur für sich vegan ernährende Personen, sondern auch für Menschen, die tierische Produkte reduzieren möchten, also etwa Flexitarier, oder solche, die Abwechslung im Geschmack suchen, von Interesse sein. Die Ergebnisse aus der vorliegenden Erhebung und die Einblicke in Anwendungsbeispiele haben ebenfalls gezeigt, dass vegane Trinknahrungen nicht nur bei sich vegan Ernährenden eingesetzt werden. Vegane Produkte, die auch allergenfrei sind, bieten Lösungen für Personen mit Mangelernährung und komplexen Lebensmittelunverträglichkeiten. Im Gegensatz zur allgemeinen Ernährung spielen ökologische Gründe zurzeit eine untergeordnete Rolle bei der Wahl von veganen Trinknahrungen, könnten jedoch in Zukunft zunehmend an Bedeutung gewinnen. □

Korrespondenzadresse:



**Blanka Kral**  
Ernährungsberaterin BSc BFH (SVDE)  
Omanda AG  
Güterstrasse 5  
CH-3072 Ostermundigen  
blanka.kral@omanda.ch



**Raphael Banz**  
PhD ETHZ  
Chief Scientific Officer, Omanda AG



**Leonie H. Bogl**  
Prof. of Nutrition  
Berner Fachhochschule BFH

Interessenlage: Blanka Kral ist Mitarbeiterin der Omanda AG.  
Raphael Banz ist Mitinhaber und Mitarbeiter der Omanda AG.  
Leonie H. Bogl: Keine Interessenkonflikte

### Referenzen:

- Janssen M et al.: Motives of consumers following a vegan diet and their attitudes towards animal agriculture. *Appetite*. 2016;105:643-651. doi:10.1016/j.appet.2016.06.039
- Imoberdorf R et al.: Prevalence of undernutrition on admission to Swiss hospitals. *Clin Nutr Edinb Scotl*. 2010;29(1):38-41. doi:10.1016/j.clnu.2009.06.005
- Schuetz P et al.: Individualised nutritional support in medical inpatients at nutritional risk: a randomised clinical trial. *Lancet*. 2019;393(10188):2312-2321. doi:10.1016/S0140-6736(18)32776-4
- Gomes F et al.: Association of Nutritional Support With Clinical Outcomes Among Medical Inpatients Who Are Malnourished or at Nutritional Risk: An Updated Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Netw Open*. 2019;2(11):e1915138. doi:10.1001/jamanetworkopen.2019.15138
- Elia M et al.: A systematic review of the cost and cost effectiveness of using standard oral nutritional supplements in community and care home settings. *Clin Nutr*. 2016;35(1):125-137. doi:10.1016/j.clnu.2015.07.012
- Cawood AL et al.: Systematic review and meta-analysis of the effects of high protein oral nutritional supplements. *Ageing Res Rev*. 2012;11(2):278-296. doi:10.1016/j.arr.2011.12.008
- Stratton RJ, Elia M: A review of reviews: A new look at the evidence for oral nutritional supplements in clinical practice. *Clin Nutr Suppl*. 2007;2(1):5-23. doi:10.1016/j.clnu.2007.04.004
- Swissveg. *Swissveg-Report 2024: Statistiken zu Vegetariern/Veganern in der Schweiz*. Swissveg. 2024 [accessed April 16, 2025]. <https://www.swissveg.ch/de/swissveg-report-statistiken-2024>
- Mehner E et al.: Fleisch- und Milchersatzprodukte – besser für Gesundheit und Umwelt?: Auswirkungen auf Ernährung und Nachhaltigkeit, die Sicht der Konsumentinnen und Konsumenten sowie ethische und rechtliche Überlegungen. 1st ed. (TA-SWISS, ed.). vdf Hochschulverlag AG; 2024. doi:10.3218/4194-1
- Bundesamt für Landwirtschaft. *Milchersatzprodukte immer beliebter*. News Service Bund - das Portal der Schweizer Regierung. April 3, 2024 [accessed April 14, 2025]. <https://www.news.admin.ch/de/nsb?id=89701>
- Fuller SJ et al.: Veganism and eating disorders: assessment and management considerations. *BJPsych Bull*. 2022;46(2):116-120. doi:10.1192/bjb.2021.37
- Banz R et al.: Use of a first plant-based complete oral nutritional supplement for the management of disease related malnutrition: A real-life observational study in Switzerland. In: *Clinical Nutrition ESPEN*. Vol 58. 2023:714-715. doi:10.1016/j.clnesp.2023.09.831
- SMNI-Liste der kassenzulässigen diätetischen Produkte (GESKES geprüft 09.02.2026)