

## Gesund essen schützt die Biodiversität

**Eine pflanzenbasierte Ernährung kommt mit weniger Fläche für die Landwirtschaft aus. Dr. Livia Rasche vom Exzellenzcluster CLICCS der Universität Hamburg zeigt jetzt in einer Studie, dass dies den Verlust der Biodiversität aufhalten könnte.**

Es gibt weltweit 35 so genannte Hotspots der Biodiversität. In diesen Regionen ist die Artenvielfalt besonders groß – und besonders gefährdet. Jeder Hotspot beherbergt beispielsweise zwischen 1.500 und 15.000 Pflanzenarten, die allein hier vorkommen. Gleichzeitig hat jede dieser Regionen mindestens 70 Prozent ihrer ursprünglichen Vegetation bereits durch Landnutzung verloren, Tendenz steigend. Weil sich die landwirtschaftlich genutzte Fläche weiter ausdehnt, sind die verbleibenden ursprünglichen Flächen weltweit gefährdet. Ein Team um Dr. Livia Rasche zeigt, wie eine pflanzenbasierte Ernährung in Kombination mit effektiver Bewirtschaftung theoretisch helfen könnte, die verbliebenen Naturräume zu schützen.

Die Studie untersucht verschiedene Szenarien und ist jetzt im Fachmagazin „Global Ecology and Biogeography“ erschienen. Fazit: Bei einer Umstellung auf hauptsächlich pflanzliche Lebensmittel würden bis zum Jahr 2050 in mindestens 16 Hotspots die verbliebenen Naturflächen komplett erhalten bleiben. Ganz ohne eine Veränderung von Ernährungsweise oder Anbaumethode könnten dagegen nur in sechs Hotspots die Naturflächen erhalten werden. Fünf bis zehn der Hotspots würden ihre gesamte ursprüngliche Fläche an die Landwirtschaft verlieren.

Konkret verknüpfte das Team Daten zu Ertrag und Klima mit Angaben zu Ernährungsgewohnheiten, Bevölkerungswachstum und Einkommensentwicklung. Daraus berechneten sie für jeden Hotspot, in wie weit die landwirtschaftliche Produktion den Bedarf im Jahr 2050 decken würde, falls sich an den Anbaumethoden nichts ändert, die Menschen sich aber gesünder ernähren. Eine gesunde Ernährung ist dabei im Rahmen der Nachhaltigkeitsziele (SDG) definiert, sie enthält durchschnittlich 2.500 Kilokalorien und beruht zu 80 bis 90 Prozent auf pflanzlichen Inhaltsstoffen.

Überrascht war das Forschungsteam davon, dass sich die Situation in fünf Hotspots bei gesunder Ernährung verschlechtert. „In diesen Regionen umfasst die Grundernährung oft nicht einmal die erforderlichen 2.500 Kalorien“, erklärt die Geoökologin Rasche. „Gleichzeitig wird die Bevölkerung hier voraussichtlich stark wachsen. Daher würde eine gesunde Ernährung sogar mehr Agrarfläche erfordern – anstatt die bewirtschaftete Fläche zu reduzieren, wie es in Industrieländern bei fleischi-basierter Ernährung der Fall ist.“ Würde jedoch der Ertrag durch Dünger und Bewässerung optimal erhöht und gleichzeitig verstärkt Pflanzen angebaut, die deutlich mehr Kalorien enthalten, dann könnten auch hier alle Naturflächen erhalten bleiben.

„Unsere Studie zeigt, was maximal möglich wäre. In der Realität liegt die Lösung sicher irgendwo dazwischen“, sagt Livia Rasche. „Durch eine Umstellung der Ernährungsweise profitieren wir jedoch gleich dreifach: Wir stärken die eigene Gesundheit, schonen die Ressourcen des Planeten und schützen die Vielfalt der Pflanzen und Tiere. Kurz gesagt, wir erhalten unsere Lebensgrundlagen.“

### **Originalpublikation:**

Livia Rasche, Jan C. Habel, Nigel Stork, Erwin Schmid, Uwe A. Schneider (2022): Food versus

wildlife: Will biodiversity hotspots benefit from healthier diets? Global Ecology and Biogeography, <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/geb.13485>

DCP DeutschesGesundheitsPortal

# MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

## Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

---

---

---

## Meine Fragen

---

---

---

## Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

---

---

---

## Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am \_\_\_\_\_:

---

---

---

---

---

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“