

DE
E-001488/2026
Antwort von Olivér Várhelyi
im Namen der Europäischen Kommission
(3.7.2026)

Die Kommission hat die Evidenz dafür, dass es sich bei Lithium um ein potenzielles essenzielles Spurenelement handelt – darunter die Publikation in *Nature*¹ und Dr. Michael Nehls Vortrag vor dem Europäischen Parlament aus dem Jahr 2025² –, der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) vorgelegt. Die EFSA hat in ihrer Antwort bestätigt, dass die aktuelle Evidenz – wie bei Chrom³ – nach wie vor nicht ausreicht, um Lithium als essenziell für Mensch oder Tier einzustufen oder Referenzwerte für die Aufnahme über die Ernährung festzulegen.

Konkret erfüllt Lithium aus den folgenden Gründen nicht die Kriterien für die Einstufung als essenziell:

- a) Lithium verfügt über keine definierte biochemische Funktion und es sind keine homöostatischen Wege im Körper bekannt.
- b) Es konnte in Studien nicht gezeigt werden, dass Mangelzustände herbeigeführt werden können oder dass Lithium in der Tierernährung benötigt wird⁴.
- c) Es liegen keine Nachweise darüber vor, dass das Fehlen von Lithium in der menschlichen Ernährung zu reversiblen funktionalen/strukturellen Anomalien führt, und es gibt keine Systeme, mit denen die Lithium-Aufnahme reguliert wird.
- d) Es konnten keine spezifischen biochemischen und physiologischen Veränderungen in Verbindung mit einem „Lithiummangel“ beim Menschen festgestellt werden.
- e) Es sind keine Systeme bekannt, die gewährleisten, dass Lithium vom menschlichen Körper aufgenommen, systemisch reguliert und verwertet wird, und keine Möglichkeiten, seine übermäßige Aufnahme zu verhindern.

Der neue Artikel in der Zeitschrift *Nature* enthält Hinweise darauf, dass sich eine Lithiumreduktion im Mausmodell auf die Alterung des Gehirns auswirken kann. In einer damit zusammenhängenden Untersuchung⁵ in derselben Fachzeitschrift wird betont, dass Humanstudien fehlen und bisher nicht nachgewiesen werden konnte, dass Lithium bei der Ernährung eine Rolle spielt.

Die EFSA wird die neuen Forschungsarbeiten im Blick behalten; weitere Schritte mit dem Ziel, Lithium in den EU-Rechtsvorschriften als essenziellen Nährstoff einzustufen, sind derzeit nicht geplant.

¹ <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40770094/>.

² <https://www.youtube.com/watch?v=ww5scYAszN8>.

³ <https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.2903/j.efsa.2014.3845>.

⁴ <https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.2903/sp.efsa.2010.EN-68>.

⁵ <https://www.nature.com/articles/d41586-025-02471-4>.