

Umwelttipp

Plastik, die schwer verdauliche Kost

Ob sichtbar oder unsichtbar, es ist allgegenwärtig: Plastik. Laut der Meeresschutzorganisation Oceancare gelangen allein in der Schweiz jedes Jahr rund 14'000 Tonnen Plastik in die Umwelt. Plastik steckt auch in uns drin. Schon Babys nehmen es mit dem Schoppen auf.

Kaum ein Ort auf der Welt, an dem nicht bereits kleinste Plastikpartikel nachgewiesen wurden. Auch wir Menschen bleiben nicht verschont. Jede Woche lagern sich durchschnittlich fünf Gramm winziger Nano- und Mikroplastikteilchen in unserem Darm ab. Dies entspricht etwa dem Gewicht einer Kreditkarte. Schwer verdauliche Kost – und bereits als Babys fangen wir mit der Aufnahme an. Einer Studie zufolge nehmen Säuglinge, die mit der Flasche gefüttert werden, im ersten Lebensjahr jeden Tag mehr als 1,5 Millionen winzige Partikel Mikroplastik zu sich, weil sich dieser kontinuierlich aus dem Kunststofffläschchen löst.

Gemäss der Forscherinnen und Forscher hilft bereits das Ausspülen der Flaschen mit kaltem, sterilisiertem Wasser, bevor sie mit Milch gefüllt werden. So lassen sich viele Partikel entfernen, bevor sie überhaupt in Kontakt mit der Babynahrung kommen. Empfohlen wird auch, die Milch zunächst in einem plastikfreien Gefäss vorzubereiten und sie erst anschliessend in die Flasche zu giessen. Der direkte Kontakt der Milch mit dem Flaschenmaterial wird auf diese Weise minimiert und die Freisetzung von Mikroplastik weiter verringert.

Eine nahe liegende Alternative ist der Umstieg auf plastikfreie Flaschen. Zwar ist Glas nicht zwingend auch umweltfreundlicher: Ein Schoppen aus recyceltem PET hat eine sehr gute Ökobilanz, während die Herstellung von Glasprodukten enorm viel Energie verbraucht. Zudem ist Glas schwer, was sich auf die Emissionen beim Transport auswirkt. Jedoch hat Glas einen entscheidenden Vorteil: Es ist nicht nur geschmacks- und geruchsneutral sowie hitze- und säurebeständig, sondern auch garantiert frei von Mikroplastikpartikeln.

Sie möchten mehr wissen? Hier finden Sie weitere Informationen:

SRF: [Die Schweiz hat ein massives Plastikproblem](#)

Science ORF: [Ein Mensch isst pro Woche eine Kreditkarte](#)

Beobachter: [Die Schweiz hat ein Plastikproblem - kritisiert aber lieber andere](#)

Zürich, 25. August 2023