



## Energy-Drinks

### **Informationen für die Kolleginnen und Kollegen zur Weitergabe an die Eltern und ggf. Schülerinnen und Schüler**

Es ist zu beobachten, dass immer mehr Schülerinnen und Schüler unserer Schule Energy-Drinks zu sich nehmen, auffällig ist auch, dass diese auch schon bei sehr jungen Schülerinnen und Schülern immer beliebter werden.

Es ist aber sicher wichtig zu wissen: Eine 250ml Dose dieses Getränkes enthält rund 80 mg Coffein. Damit ist in einer Dose fünfmal mehr Coffein enthalten, als in einer entsprechenden Dose Cola.

Als besonders problematisch erweist sich auch, dass Energy-Drinks im Gegensatz zu warmem Kaffee- genau wie Limonade bzw. Cola getrunken werden, was nicht selten zu einem erhöhten Konsum führt.

Bei Kindern, insbesondere bei jüngeren Kindern, kann Coffein zu Nervosität, Herzrasen, Krämpfen und, wenn man amerikanischen Wissenschaftlern folgt, sogar zum Schlaganfall führen.

Der Gesundheit unserer Schülerinnen und Schüler zuliebe erscheint es uns daher sinnvoll, auf die möglichen Gefahren bzw. Nebenwirkungen hinzuweisen und würden auch den Eltern ans Herz legen, uns in unserem Bemühen zu unterstützen und mit Ihrem Kind über die Problematik zu sprechen.

*A. Jansen, OStD'*