

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 77 (2020)  
**Heft:** 6

**Artikel:** "Mit Vorsicht betrachten"  
**Autor:** Vergères, Guy  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-914215>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 21.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# «Mit Vorsicht betrachten»

PD Dr. Guy Vergères zur Nutrigenetik, die Wechselbeziehungen zwischen Ernährung und Erbgut untersucht.

Serie «Medizin 2020»



Privatdozent Dr. Guy Vergères ist u.a. Forschungsgruppenleiter Funktionelle Ernährungsbiologie am Agroscope (Kompetenzzentrum des Bundes für landwirtschaftliche Forschung der Schweiz)

**GN:** Wissenschaftler beschäftigen sich zunehmend mit der Erforschung personalisierter Ernährungsempfehlungen\*; auch die Industrie wittert lukrative Möglichkeiten. Im Fokus dabei ist die Nutrigenetik, die Wechselbeziehungen zwischen Ernährung und Erbgut untersucht. Welche Chancen und Risiken bringt das mit sich?

**Dr. Guy Vergères:** Seit einer Dekade hat eine wahre technische Revolution stattgefunden, was die sensiblen Messtechniken angeht, mit denen man die hochkomplexe Wechselwirkung zwischen Ernährung und Erbgut betrachten kann.

Nun gilt es zu verstehen, wie sich diese Wechselwirkung gestalten lässt, damit wir Einfluss auf die Gesundheit nehmen können. Das heisst: Was an den bisher gewonnenen Daten ist quantifizierbar und hat überhaupt eine klinische Relevanz? Der Mensch ist komplex, im Körper laufen die verschiedensten Kontrollsysteme ab. Ernährung und chronische Krankheiten beispielsweise sind vielschichtige Phänomene. Studien, die eine selektive Wirkung bestimmter Lebensmitteltypen auf Menschen mit spezifischen Polymorphismen (Auftreten mehrerer Genvarianten, sogenannte Sequenzvariationen) nachgewiesen haben, sind darum mit Vorsicht zu betrachten. Sie müssen erst einmal durch Studien von grösserer Tragweite bestätigt werden.

Die Nutrigenetik entwickelt sich aufgrund von Algorithmen und Datenanalysen rapide. Da besteht die Gefahr, dass Wissenschaftler und Fachpersonen, die die Resultate der Forscher in die Öffentlichkeit kommunizieren, zu schnell zu viel in die Ergebnisse interpretieren. Ich sehe da einen Druck, spektakuläre Erkenntnisse zu kommunizieren. Doch es wäre erst einmal wichtig, den klinischen Nutzen bestimmter nutrigenetischer Strategien nachzuweisen. Wozu z.B. sollte man bei bestimmten Personen einen «ungünstigen» Polymorphismus konstatieren, wenn gar keine wirksamen Diäten zur Verfügung stehen? Und umgekehrt könnte ein genetischer Test, der einen «günstigen» Polymorphismus bescheinigt, zu einem unverantwortlichen Ernährungsverhalten der betroffenen Person führen.

Typischerweise wird in nutrigenetischen Tests ein Gen angeschaut. Doch Krankheiten sind polygenetisch, auf Diabetes z.B. haben mehr als 100 Gene Einfluss! Der Genotyp ist eben nicht alles, und auch Tests haben ihre Fehlerquellen. Wobei man auch noch unterscheiden muss zwischen Tests im medizinischen Bereich und jenen ausserhalb. Ein Risiko, das ich sehe, ist, dass Gen-Daten, welche kommerzielle Anbieter von Genotypisierungen erheben, falsch genutzt werden. Es ist darum zu begrüssen, dass 2021 in der Schweiz ein Gesetz in Kraft treten soll, welches das Anbieten genetischer Untersuchungen regelt («GUMG»).

Übrigens ist die individualisierte Ernährung, die auf genetischen Beobachtungen basiert, nicht neu – seit Jahrzehnten wird sie z.B. schon bei Laktoseintoleranz angewandt. ●

\*bedeutet: Die aufgenommene Nährstoffkombination würde exakt dem aktuellen Genomstatus des Einzelnen entsprechen.