



1



2



3



4



5



6



7



8

Abbildungsnummer	Marke	Bezeichnung	Inhalt	Preis in €	Einnahmempfehlung pro Tag (Stück)	Preis pro empfohlener Tagesration in €	KONSUMENT-FAZIT	Zusammenfassende Bewertung
1	Nature Love	Knochen & Knorpel MSM 2000 ⁶⁾	365 Tabletten	25,99	2	0,14	Überflüssig	Der Nutzen dieser Mittel ist aus ernährungswissenschaftlicher und ernährungsmedizinischer Sicht nicht belegt.
2	Raab Vitalfood	Hagebutten ⁶⁾	150 g	18,49	10 g	1,23		
3	Abtei	Aktiv Kollagen 5000 ⁸⁾	10 Trinkampullen à 25 ml	16,95	1	1,70	Überflüssig mit kleinen Mängeln.	Der Nutzen dieser Mittel ist aus ernährungswissenschaftlicher und -medizinischer Sicht nicht belegt. Alle Verpackungen zeigen ein Gelenk. Dadurch könnte der Eindruck entstehen, dass sich die Einnahme positiv auf die Gelenke auswirkt.
4	Hübner	Arthoro Arthro ⁶⁾ ⁸⁾	60 Portionssticks à 10 g	32,99	2	1,10		
5	Salus	Salusan Ortho ⁶⁾ ⁸⁾	500 ml	22,66	30 ml	1,36		
6	Alsroyal	Gelenk-Elixier ⁶⁾ ⁸⁾	750 ml	29,99	40 ml	1,60	Überflüssig mit Mängeln – entweder fehlen Warnhinweise oder behördlich empfohlene Höchstmengen werden überschritten oder es werden nicht erlaubte Gesundheitsversprechen gemacht.	Der Nutzen dieser Mittel ist aus ernährungswissenschaftlicher und ernährungsmedizinischer Sicht nicht belegt. Teils fehlen wichtige, behördlich empfohlene Verbraucherhinweise, behördlich empfohlene Höchstmengen werden überschritten oder es werden nicht erlaubte Gesundheitsversprechen gemacht. Alle Produkte bilden ein Gelenk auf der Verpackung ab und könnten dadurch den Anschein erwecken, dass sich die Einnahme positiv auf die Gelenke auswirkt.
7	dm	Mivolis Glucosamin 1.250 Nährstoff-Komplex ⁸⁾	40 Tabletten	5,95	2	0,30		
8	Doppelherz	Aktiv Glucosamin 1550 ⁸⁾	40 Kapseln	8,95	2	0,45		
9	Doppelherz	System Kollagen 11000 Plus ⁸⁾	30 Trinkfläschchen à 25 ml	44,95	1	1,50		
10	Klosterfrau	Kollagen 5000 Aktiv ⁸⁾	20 Sticks à 4 g	6,99	2	0,70		
11	Quiris Healthcare	CH-Alpha Plus ⁸⁾	30 Trinkampullen à 25 ml	45,29	1	1,51		
12	Tetesept	Glucosamin 1550 ⁸⁾ ¹³⁾	40 Tabletten	9,95	2	0,50		
13	Dr. Böhm	Gelenkscomplex ⁸⁾	60 Tabletten	32,90	2 ¹⁸⁾	1,10	Überflüssig mit erheblichen Mängeln – alle überschreiten empfohlene Höchstmengen, zusätzlich fehlen Warnhinweise.	Der Nutzen dieser Mittel ist aus ernährungswissenschaftlicher und -medizinischer Sicht nicht belegt. Alle Produkte überschreiten bei einzelnen Vitaminen oder Mineralstoffen behördlich empfohlene Höchstmengen und es fehlen behördlich empfohlene Verbraucherhinweise. Die meisten Verpackungen zeigen ein Gelenk. Dadurch könnte der Eindruck entstehen, dass sich die Einnahme positiv auf die Gelenke auswirkt.
14	Dr. Loges	Flexiloges Gelenknahrung ⁸⁾ ¹⁹⁾	120 Kapseln	39,90	2 x 2	1,33		
15	Müller	Silavit Glucosamin 1500 ⁸⁾ ¹³⁾	40 Kapseln	5,95	2	0,30		
16	Orthomol	Chondroplus	30 Beutel, 60 Kapseln	68,95	1 Beutel, 2 Kapseln	2,30		
17	Pure Encapsulations	Chondro Aktiv	60 Kapseln	67,40	2	2,25		

¹⁾ Laut Europäischer Lebensmittelbehörde (Efsa). ²⁾ Laut Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR). ³⁾ Laut Deklaration. ⁴⁾ Laut Inhaltsstoffliste; teilweise gekürzt. ⁵⁾ Laut Anbieter Deklaration, Produktbezeichnung und Layout geändert. ⁶⁾ Laut Anbieter vegan. ⁷⁾ Keine Hinweise erforderlich. ⁸⁾ Produkt bildet ein Gelenk auf der Verpackung ab. ⁹⁾ Produkt wirbt mit einer klinischen Studie, die zeigen soll, dass die enthaltene Pflanzenkombination einen spürbar positiven Effekt auf die Beweglichkeit der Gelenke habe. Doch weder für die enthaltenen einzelnen Pflanzen noch für eine Kombination daraus sind Health Claims bezüglich der Gelenkbeweglichkeit zugelassen. ¹⁰⁾ Hinweis fehlt: Personen, die bestimmte gerinnungshemmende Medikamente einnehmen, sollten keine Nahrungsergänzungsmittel mit Glucosamin einnehmen. ¹¹⁾ Hinweis fehlt: Nahrungsergänzungsmittel mit Chondroitin sollten von schwangeren oder stillenden Frauen nicht eingenommen werden. ¹²⁾ Die Aussage „mit Vitamin C für leistungsfähige Gelenke“ ist kein erlaubter Health Claim. ¹³⁾ Laut Anbieter Deklaration geändert. ¹⁴⁾ Hinweis fehlt: Produkte, denen Kupfer zugesetzt ist, sind nicht für



Verwendet nur erlaubte Gesundheitsversprechen ¹⁾	Deklarierte Tagesration überschreitet bei folgenden Vitaminen und Mineralstoffen empfohlene Höchstmengen ²⁾	Verbraucherhinweise zu speziellen Bestandteilen vollständig ^{2),3)}	Zusammensetzung ⁴⁾
✓	keine	entfällt ⁷⁾	MSM (Methylsulfonylmethan), Vitamin C
✓	keine	entfällt ⁷⁾	Hagebuttenpulver (Vitamin C-haltig)
✓	keine	entfällt ⁷⁾	Vitamine B6, C, Magnesium, Zink, Kollagen, Silicium
✓	keine	entfällt ⁷⁾	L-Prolin, Vitamin C
✓	keine	entfällt ⁷⁾	Hagebutte, Acerola, Vitamin D (Vitamin C- und manganhaltig)
⁹⁾	keine	entfällt ⁷⁾	Hagebutte, Brennnessel, Teufelskralle, Vitamin D3 (Vitamin C- und manganhaltig)
✓	keine	¹⁰⁾	Glucosaminsulfat, Chondroitinsulfat, MSM, Hyaluronsäure, Vitamine C, D, Zink, Mangan
✓	keine	¹⁰⁾	Glucosaminsulfat, Kollagenhydrolysat, Chondroitinsulfat, MSM, Vitamine C, D, K
✓	keine	¹¹⁾	Kollagenhydrolysat, Chondroitinsulfat, Vitamine C, D, Selen, Kupfer
✓	Vitamin D, Mangan	entfällt ⁷⁾	Kollagen, Vitamine C, D, Mangan
¹²⁾	keine	entfällt ⁷⁾	Kollagen, Hagebutte, Vitamin C
✓	keine	^{10),14),15)}	Glucosaminsulfat, Hyaluronsäure, Chondroitinsulfat, Vitamine C, D3, K1, Zink, Kupfer
✓	Mangan, Selen	^{10),15),16),17)}	Glucosaminhydrochlorid, Chondroitinsulfat, Kollagenhydrolysat, MSM, Vitamine C, E, D3, Selen, Mangan
✓	Mangan	^{10),15),17)}	N-Acetyl-Glucosamin, MSM, Chondroitin, Kollagen, Bambus-Extrakt, Vitamin C, Mangan, Molybdän
✓	Vitamin K2	^{10),11),17)}	Glucosaminsulfat, Kollagen, Hyaluronsäure, MSM, Chondroitinsulfat, Vitamine C, D, K2
✓	Vitamin A, C, E, B6, Folsäure, Zink, Mangan, Selen	^{10),16),20),21)}	Glucosaminsulfat, Chondroitinsulfat, Hyaluronsäure, Vitamine A, D, E, K, C, B1, B2, Niacin, B6, Folsäure, B12, Biotin, Pantothensäure, Kalzium, Magnesium, Zink, Kupfer, Mangan, Selen, Molybdän
✓	Mangan	^{10),17)}	Kollagen, Glucosamin, Chondroitinsulfat, Hyaluronsäure, Gelbwurzel-Extrakt, Curcuminoid, Schwarzer Pfeffer-Extrakt, Vitamine C, D3, Mangan

Kinder und Jugendliche geeignet. ¹⁵⁾ Hinweis fehlt: Nahrungsergänzungsmittel mit Chondroitin sollten von schwangeren oder stillenden Frauen, Kindern und Jugendlichen nicht eingenommen werden. ¹⁶⁾ Hinweis fehlt: Eine unkontrollierte Nahrungsergänzung von Vitamin E kann für Männer ab 55 Jahren das Risiko für Prostatakrebs erhöhen. ¹⁷⁾ Hinweis fehlt: Personen, die an Diabetes mellitus leiden bzw. eine eingeschränkte Glukosetoleranz haben, wird bei Einnahme von Glucosaminpräparaten eine Überwachung des Blutzuckerspiegels empfohlen. ¹⁸⁾ Nach zwei Wochen bei Bedarf 1–2 Tabletten ¹⁹⁾ Laut Anbieter Produktbezeichnung geändert. ²⁰⁾ Hinweis fehlt: Personen, die sich einem Labortest unterziehen müssen, sollten ihren Arzt/ihre Ärztin oder das Laborpersonal darüber informieren, dass sie Biotin einnehmen oder kürzlich eingenommen haben. ²¹⁾ Hinweis fehlt: Bei Nahrungsergänzungsmitteln mit mehr als 3,5 mg Zink pro Tagesdosis sollte auf den Verzehr weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel verzichtet werden. **Preise:** Februar 2024

