

Ernährungsempfehlungen für nichtgestillte allergiegefährdete Babys nicht allen Eltern bekannt



(ots) In Deutschland werden 56 Prozent der Kinder im Alter von vier Monaten noch voll gestillt, meldet die Stiftung

Kindergesundheit. Vor zwanzig Jahren waren es nur 45 Prozent. Das ist auch aus allergologischer Sicht









eine erfreuliche Nachricht, denn Muttermilch ist zur Vorbeugung von Allergien das Beste. Doch was tun, wenn die Muttermilch nicht ausreicht oder Stillen nicht möglich ist?

Dass Muttermilch für junge Säuglinge die ideale Nahrung ist, bestreitet wohl niemand. Stillen fördert die Mutter-Kind-Bindung, senkt das Risiko für Übergewicht und bewahrt Babys besser vor Durchfällen. Zudem trägt sie zum Allergieschutz bei und wird gerade für Kinder, die erblich bedingt ein erhöhtes Allergierisiko tragen, dringend empfohlen. Doch nicht jede Mutter kann stillen. Die gute Nachricht: Auch nicht gestillte

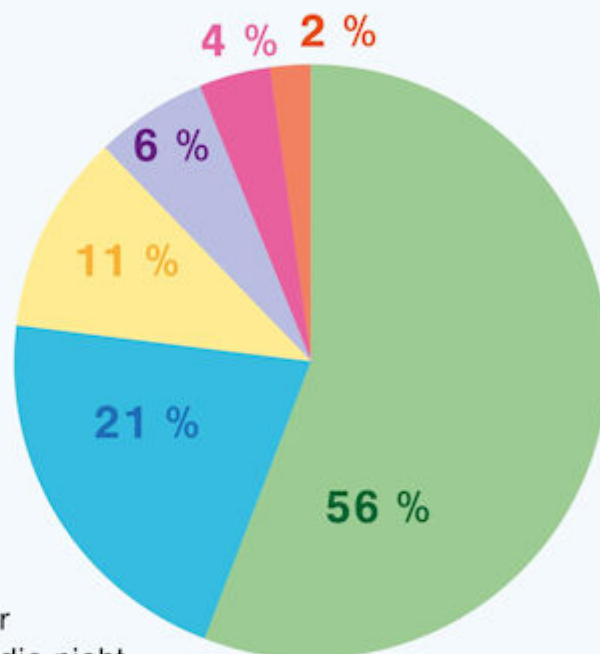
Kinder können gesund groß werden. Bei allergiegefährdeten Kindern gibt es in puncto Säuglingsnahrung einiges zu beachten.

Welche Nahrung brauchen allergiegefährdete Kinder, die nicht gestillt werden können?

Die möglichen Antworten:

-  Normale Säuglingsnahrung auf Kuhmilchbasis
-  Eine beliebige im Handel erhältliche hypoallergene (HA)-Säuglingsnahrung auf Kuhmilchbasis
-  In Studien erfolgreich geprüfte hypoallergene (HA)-Säuglingsnahrung auf Kuhmilchbasis
-  Säuglingsnahrung aus alternativer Tiermilch (Ziege oder Stute)
-  Säuglingsnahrung aus Mandelmilch
-  Säuglingsnahrung auf Soja-Basis

So antworteten die Teilnehmer beim Online-Quiz der Deutschen Haut- und Allergiehilfe:



Kinder mit familiärer Allergiebelastung, die nicht oder nicht ausreichend gestillt werden, sollten HA-Säuglingsnahrung bekommen. Doch nicht jede HA-Säuglingsnahrung ist gleich. Daher empfehlen Experten eine HA-Nahrung, deren allergievorbeugende Wirkung in wissenschaftlichen Studien nachgewiesen wurde.

Quelle: Online-Quiz der Deutschen Haut- und Allergiehilfe: Babys Gesundheit beginnt im Darm, Dezember 2019
© Deutsche Haut- und Allergiehilfe e.V.



Hauptsache HA?

Für allergiegefährdete Säuglinge, die nicht gestillt werden können, empfehlen Kinderärzte hypoallergene (HA-)Nahrung mit wissenschaftlichem Wirksamkeitsnachweis. In diesem Punkt gibt es nach wie vor Informationsbedarf, wie ein Online-Quiz der Deutschen Haut- und Allergiehilfe zeigt. 54 Prozent der Teilnehmer tippten bei dieser Frage richtig. Doch jeder fünfte

Quizteilnehmer glaubt, jede beliebige HA-Nahrung aus dem Handel eigne sich für nichtgestillte Kinder mit erhöhtem Allergierisiko. Dabei betonen Experten, dass eine pauschale Empfehlung für alle HA-Nahrungen nicht gegeben werden kann. Vielmehr muss jede HA-Nahrung ihre allergievorbeugende Wirkung in Studien ausreichend belegen. Eltern sollten auf entsprechende Hinweise auf der Verpackung achten, zum Beispiel auf die GINI-Studie, die größte internationale Langzeitstudie zu diesem Thema.

Nahrung aus Ziegenmilch?

Auch in Bezug auf alternative Säuglingsnahrungen gibt es Fehlannahmen: Mehr als jeder zehnte Quizteilnehmer kann sich Säuglingsnahrung aus Ziegen- oder Stutenmilch als geeignete Alternative zur Muttermilch vorstellen. Fakt ist aber: Säuglingsnahrung auf Ziegenmilch-Basis ist zwar zur Ernährung von Säuglingen zugelassen. Doch sie besitzt ein ähnlich allergenes Potenzial wie herkömmliche Kuhmilchnahrung und eignet sich daher nicht zur Allergievorbeugung. Von Stutenmilch raten Experten ganz ab.

Noch Fragen?

Das komplexe Thema Säuglingsernährung und Allergievorbeugung wirft bei jungen Eltern immer wieder Fragen auf. Ist Muttermilch auch für Kinder mit diagnostizierter Allergie gegen Milcheiweiß geeignet? Warum empfehlen Experten, bereits nach vier Monaten mit der Beikost zu beginnen? Dürfen allergiegefährdete Kinder mit fünf Monaten auch allergene Lebensmittel wie Fisch oder Ei essen? Diese und weitere Fragen behandeln ausführlich die Broschüre „Allergien vorbeugen – gesunde Entwicklung fördern“ und die Website www.dha-allergien-vorbeugen.de. Die Broschüre ist in gedruckter Form und als PDF kostenfrei erhältlich und kann im Internet oder postalisch angefordert werden: Deutsche Haut- und Allergiehilfe e.V., Heilsbachstraße 32, 53123 Bonn. Quellenangaben beim Verfasser.

