

KOMPETENZEN ZU:
NEURODERMITIS •
ALLERGIEN •
PSORIASIS •
ASTHMA •



Deutsche Haut- und Allergiehilfe e.V.
Heilsbachstr. 32 • 53123 Bonn

EXPERTEN-INTERVIEW

mit

Prof. Dr. med. Berthold Koletzko,
Leiter der Abteilung Stoffwechsel
und Ernährung, Kinderspital der
Universitätsklinik München

Ernährung und Allergieprävention bei Säuglingen

Professor Berthold Koletzko ist Leiter der Abteilung Stoffwechsel und Ernährung am Kinderspital der Universitätsklinik München. Er ist Mitautor der aktuellen Handlungsempfehlungen zur Ernährung von Säuglingen, an denen u. a. Experten für Kinderernährung und Kinderheilkunde, die Nationale Stillkommission sowie die Deutsche Gesellschaft für Hebammenwissenschaft beteiligt waren. Die Deutsche Haut- und Allergiehilfe e.V. sprach mit Professor Koletzko über die Möglichkeiten einer alternativen Säuglingsernährung für allergiegefährdete Kinder, die nicht gestillt werden können.

Herr Professor Koletzko, worauf sollten Mütter bei der Ernährung ihres Säuglings achten, insbesondere wenn ein erhöhtes Allergierisiko vorliegt?

Professor Koletzko: Am besten ist es, Säuglinge in den ersten vier Lebensmonaten ausschließlich zu stillen. Das gilt für Kinder mit erhöhtem Allergierisiko genauso wie für alle anderen Kinder auch. Säuglinge, die nicht gestillt werden, brauchen eine nach den gesetzlichen Regelungen hergestellte Säuglingsanfangsnahrung. Für allergiegefährdete Kinder kommt dabei nur hypoallergene (HA) Nahrung auf Kuhmilchbasis infrage, deren allergievorbauende Wirkung durch wissenschaftliche Studien belegt ist. Für nicht gestillte Säuglinge, die bereits eine Allergie gegen Milcheiweiß entwickelt haben, gibt es therapeutische Spezialnahrungen, die vom Kinderarzt verschrieben werden.

Die Empfehlungen für die Beikost ab dem fünften Lebensmonat sind für alle Kinder gleich, denn man weiß seit einigen Jahren, dass ab dieser Zeit ein allmähliches Einführen auch potenziell allergieauslösender Lebensmittel wie Fisch oder Ei keinen

Nachteil bringt. Im Gegenteil: Es gibt Hinweise, dass diese Vorgehensweise die Gefahr entsprechender Nahrungsmittelallergien sogar senkt. Das macht es für Eltern heute viel einfacher.

Manche Mütter, die nicht stillen können, bevorzugen alternative Säuglingsnahrungen, wie zum Beispiel aus Sojamilch. Würden sie diese Ernährungsform empfehlen?

Sojamilch aus dem Reformhaus ist nicht zur Säuglingsernährung gedacht. Aber auch Säuglingsmilch auf Sojabasis ist nicht empfehlenswert. Sojamilch ist nur wenig verwandt mit der Muttermilch und nicht gleichwertig in Bezug auf die enthaltenen Nährstoffe. Zudem enthält sie Substanzen, die in der Muttermilch nicht enthalten sind und möglicherweise negative Auswirkungen auf den Säugling haben – wie zum Beispiel Phytoöstrogene. In Einzelfällen kann Säuglingsmilch aus Soja eine Alternative sein, etwa bei angeborener Galaktosämie, einer bei Säuglingen sehr seltenen schweren Milchzuckerunverträglichkeit. Manche Familien möchten aus strenger ideologischer oder religiöser Überzeugung keine Tiermilch geben, etwa weil sie vegan oder streng koscher leben. In jedem Fall ist es wichtig, zuvor mit dem Kinderarzt zu sprechen. Das gilt insbesondere für Familien, in denen Allergien vorliegen. Denn zur Allergieprävention ist Säuglingsmilch auf Sojabasis nach der heutigen Studienlage nicht geeignet.

Wie bewerten Sie Säuglingsnahrung aus Ziegen- und Stutenmilch sowie Mandelmilch?

Säuglingsnahrung auf Basis von Ziegenmilch – nicht zu verwechseln mit reiner Ziegenmilch – ist in Deutschland seit 2014 zur Ernährung von Säuglingen zugelassen, dabei aber deutlich teurer als Säuglingsnahrung auf Kuhmilchbasis. Zur Allergievorbeugung eignet sie sich nicht, da sie ein ähnlich allergenes Potenzial besitzt wie herkömmliche Kuhmilchnahrung.

Milchnahrungen aus Mandeln oder Stutenmilch sind für das Wachstum und die Entwicklung von Säuglingen ungeeignet. Davon kann ich nur dringend abraten. Solche Nahrungen zu füttern kommt einem unkontrollierten Experiment am Kind gleich, mit unabsehbaren Folgen für die Gesundheit.