

Von der Brust zum Broiler

Kind gerechte Einführung von „Beikost“

Leitlinie S3 versus -WHO-Empfehlung?

Cornelia Kastaun IBCLC

Elternschule der Frauenklinik der Medizinischen Hochschule

Hannover, Leitung

Wer hat das Sagen, wenn es um das Essen/Stillen geht?

- Kinderarzt, Hebamme,
- Infobroschüren
- Dermatologen
- Allergologen
- Internet
- Familie

WHO/UNICEF empfehlen bis Ende des zweiten Lebensjahres oder darüber hinaus zu stillen, die ersten sechs Monate davon sollten ausschließliches Stillen sein. Ab dem siebten Monat sollte Beikost langsam eingeführt werden.

Verunsicherte Eltern

4- 6 Monate?

Wie sollen Eltern das entscheiden?

Der Säugling braucht keinen Babybrei 21.6.2007, 11.31 h Welt online
www.welt.de/wissenschaft/medizin/article961427/Der_Saeugling_braucht_keinen_Babybrei.html

Die Geburtenrate in Deutschland sinkt, doch der Markt für Babynahrung boomt. Eine Expertin der UNICEF meint hingegen: Babybrei ist überflüssig und kann sogar schädlich sein. Um den Säugling großzuziehen, reichen Muttermilch und später gesunde Festnahrung.

Allergieprävention- Update 2009

S3-Leitlinie der Konsensusgruppe der Ges. für Pädiatrische Allergologie und Umweltmed. e.V., DGKJ, BVKJ, DGAKI, AWMF

Cathleen Muche-Borowski C et al.

Deutsches Ärzteblatt 2009;106:625-631

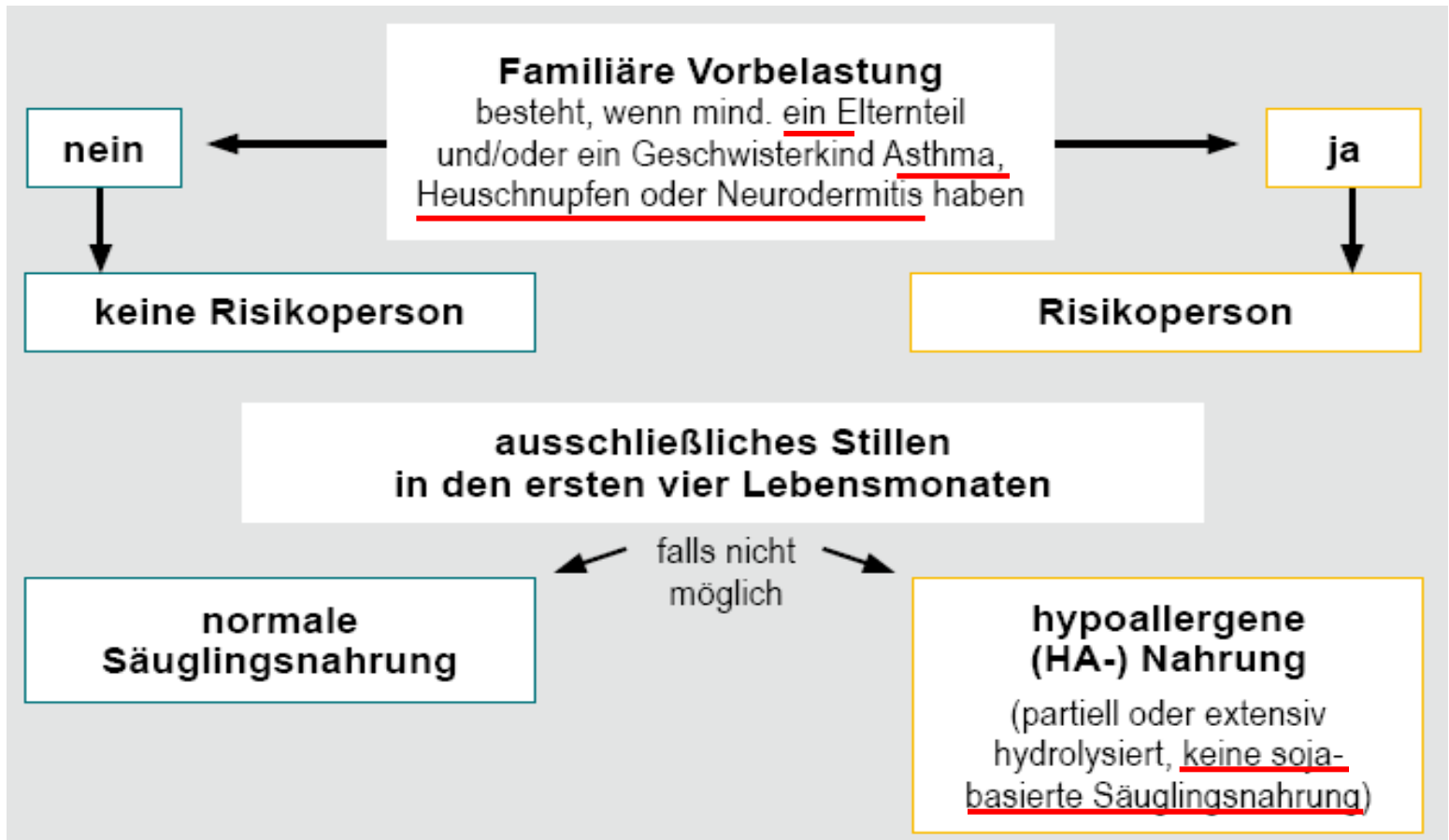
www.gpaev.de,

www.awmf.org

Evidenz aus 217 Studien

- 4 Cochrane-Reviews
- 14 Metaanalysen
- 19 Randomisierte kontrollierte Studien
- 135 Kohortenstudien
- 45 Fall-Kontrollstudien

Klinische Leitlinie zur Allergieprävention (1)



Klinische Leitlinie zur Allergieprävention (2)

keine Beikost vor dem vollendeten vierten Lebensmonat

Beachten einer ausgewogenen und nährstoffdeckenden Ernährung in Schwangerschaft/Stillzeit und im ersten Lebensjahr

Fisch wird in Schwangerschaft/Stillzeit und als Beikost empfohlen

Vermeidung von Übergewicht

Es gibt keine allgemeine (restriktive) Diät für Mutter und Kind zur Allergieprävention

Klinische Leitlinie zur Allergieprävention (3)

keine **Einschränkung** bei der **Haustierhaltung**

keine **Anschaffung** von **felltragenden Tieren**
Vermeidung der **Katzenhaltung**

Vermeidung eines **schimmelpilz-fördernden Innenraumklimas** (Leitfaden Umweltbundesamt)

Vermeidung der **Aktiv- und Passivtabakrauchexposition** (besonders in der **Schwangerschaft**)

Minimierung der **Exposition** gegenüber **Luftschadstoffen** des **Innen- und Außenraumes**

Impfung nach **STIKO-Empfehlungen**

Stillen und Allergie

Probleme Studiendesign

- Definition „Stillen“
- Art der Abfrage
 - Bis 25% der Mütter geben falsche Angaben über die Stilldauer nach 1 Jahr
- Möglicherweise tendieren Mütter bes. zum Stillen, wenn hohes Allergierisiko
- Mütter aus besserer Sozialschicht stillen häufiger
- Keine Randomisierung möglich

Fast food consumption counters the protective effect of breastfeeding on asthma in children?

X-M. Mai et al., Clinical & Experimental Allergy, 2009 (39) 556–561.

Fast food Ernährung nach der (kurzen) Stillzeit lässt den Schutz der Kinder vor Asthma durch Stillen hinfällig werden.

Das erklärt möglicherweise das paradoxe Phänomen, dass neben den Stillraten auch das Asthma ansteigt

Allergierisiko

- genetische Programmierung
- mütterliche Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit
- Hydrolysatnahrung
- Beikost Einführung

WHO, Genf 2008

- Mindestanzahl der Mahlzeitenangebote pro Tag, die wenigstens 4 Nahrungsgruppen umfassen sollten**
- **2 für gestillte Säuglinge im Alter von 6 - 9 Monaten**
Beikost-Energiezufuhr von rund 200 kcal/d
 - **3 für gestillte Säuglinge im Alter von 9 – 24 Monaten**
 - Beikost-Energiezufuhr vom 10. -12. Monat rund 300 kcal/d und im zweiten Lebensjahr etwa 550 kcal/d
 - **4 für Flaschenkinder im Alter von 6 - 24 Monaten die weiter noch mindestens 2 Milchmahlzeiten bekommen sollten**

- 1. Entwöhnen ist ein langsamer Verlauf, der es Mutter und Kind ermöglicht, langsam vom Stillen Abschied zu nehmen.
- 2. Abstillen ist der endgültige Schlusspunkt der Stillbeziehung, kann plötzlich oder nach einer Entwöhnungsphase erfolgen.

Appetitlosigkeit ist ein Problem des Gleichgewichts zwischen dem was das Kind isst und dem, was die Familie des Kindes meint, dass es essen sollte.



Der Kampf ums Essen belastet die Beziehung zwischen Eltern und Kind

Babygesteuert Beikosteinführung

- Fingerfood
- soviel das Baby selbst essen möchte
- alles was das Baby essen möchte
- Essen als Angebot fürs Kind
- alle Nahrungsmittelgruppen zügig anbieten

Gil Rapley, WHO 2004

<http://www.rapleyweaning.com/assets/blwleaflet.pdf>

- Nahrungsmittel, die nicht im Mund aufweichen, besser vermeiden, da sie zum Erstickten führen können: Popcorn, Erdnussflips, Chips, Nüsse, Weintrauben, Würstchenstücke, jegliche Nahrung, von der große Stücke abbrechen können, wie zum Beispiel rohe Karotten oder Stangensellerie.
- Ausdrücke, wie „das Baby füttern“ vermeiden und besser den Ausdruck „dem Baby Essen anbieten“ verwenden, um deutlich zu machen, dass das Baby ein wichtiges Mitspracherecht beim Essen hat.
- Essen lernen ist ein sehr wichtiger Prozess und soziales Geschehen im Leben eines Menschen. Gute Voraussetzungen sind eine entspannte Atmosphäre am Familientisch, die Freude am Essen, das Vorbild der Eltern, kein Zwang zum Essen.

Quellen:

- Lawrence 2011 Breastfeeding a guide for the medical Profession
- www.uni-düsseldorf.de/MathNat/Biologie/Didaktik/.../de/lexikon.html
- Allergieprävention- Update 2009
S3-Leitlinie der Konsensusgruppe der Ges. für Pädiatrische Allergologie und Umweltmed. e.V., DGKJ, BVKJ, DGAKI, AWMF

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Cornelia Kastaun IBCLC
Elternschule der MHH- Frauenklinik
kastaun.cornelia@mh-hannover.de
0511/ 532 6682

Direktorin am Ausbildungszentrum Laktation und Stillen
www.stillen.de