



Die Gesundheit der Kinder steht seit der epidemieartigen Ausbreitung von Übergewicht und Obesitas vermehrt im Brennpunkt. Bewegungs- und Ernährungsprogramme werden deshalb heute in zahlreicher Form angeboten.

Nach den Untersuchungen von Barker können prä- und postnatale Ernährungsfehler sowie Wachstumsstörungen spätere Krankheiten im Erwachsenenalter programmieren, wie beispielsweise Kreislaufkrankheiten, Typ-2-Diabetes, Bluthochdruck oder metabolisches Syndrom (1). In diesem Zusammenhang werden heute vermehrt die langzeitpräventiven Wirkungen des Stillens hervorgehoben. Die vorliegende Ausgabe der SZE stellt daher besonders die Ernährung der Säuglinge und Kleinkinder in den Mittelpunkt und geht auf oft gestellte Fragen ein: Wie steht es heute mit der Häufigkeit und Dauer des Stillens? Entsprechen unsere Daten den internationalen Empfehlungen? Bringt Stillen auch bei uns die viel gepriesenen Vorteile? Wann und wie wird mit Beikost begonnen? Welche praktischen Aspekte müssen dabei berücksichtigt werden und welche Rolle spielen so genannte Ernährungspläne? Allergien sind allgemein im Vormarsch. Welche Rolle spielt dabei die Säuglingsernährung? Functional Food versucht, die Gesundheit der Menschen zu verbessern. Gilt dies auch für die Säuglingsernährung und sind

Trends in diese Richtung zu erkennen?

Eine Untersuchung des Instituts für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Basel im Jahre 2003 über das Stillen hat die Resultate mit einer ähnlichen Untersuchung aus dem Jahr 1994 verglichen und ist dabei auch der Frage nachgegangen, inwieweit die Bemühungen der UNICEF und der Schweizerischen Stiftung zur Förderung des Stillens zu den besseren Resultaten beigetragen haben. Die Studienergebnisse finden sich auch im kürzlich erschienenen 5. Schweizerischen Ernährungsbericht (2). Die Häufigkeit des Stillens bei der Entlassung aus der Gebärklinik ist mit 94 Prozent recht hoch, ausschliessliches Stillen bis sechs Monate wird aber nur von 11 Prozent der Mütter praktiziert, 20 Prozent stillen voll, und insgesamt 62 Prozent der Kinder erhalten mit sechs Monaten noch Muttermilch, wie dem Bericht von Sonja Merten entnommen werden kann.

Stillen hat für das Kind viele Vorteile: nutritive, entwicklungsfördernde, immunologische sowie kurz- und langzeitpräventive für verschiedene Krankheiten im Kleinkindes-, Kindes-, Adoleszenten- und Erwachsenenalter, wie im entsprechenden Bericht hervorgehoben wird. Muttermilch gilt nach wie vor als der Goldstandard für die

Säuglingsnahrung. Stillen hat zudem – neben praktischen und ökologischen Vorteilen – auch einen hohen Stellenwert für die Gesundheit der Mutter.

Von der WHO wird eine dem Alter des Kindes angepasste Bei- und Breikost zusammen mit Muttermilch nach dem sechsten Lebensmonat bis zum Ende des zweiten Lebensjahres vorgeschlagen. Wie die Verhältnisse bezüglich Beikost in der Schweiz aussehen, stellt Julia Dratva in ihrem Bericht vor. Die meisten Mütter orientieren sich an den Empfehlungen der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie und beginnen nach vier bis sechs Monaten mit dem ersten Brei, sei es Früchte- oder Gemüsebrei. Nach wie vor stellen manche Mütter diese Breie selbst her. Praktische Aspekte der Beikosternährung beleuchtet auch Frau Gaby Eugster und zeigt, dass Säuglinge und Kleinkinder sich auch beim Essen in unterschiedlichem Tempo entwickeln und bereits ihre Vorlieben und Abneigungen haben. Eltern bestimmen das Angebot an Nahrungsmitteln, das Kind aber bestimmt, wie viel es davon essen will. Das Kind soll lernen, mit Freude zu essen und zu trinken. Trinken aus dem Becher sollte von klein auf ein wichtiges Ziel sein, um langfristiges Flaschentrinken und entsprechende Zahnschäden zu vermeiden.

Nach wie vor haben Ernährungspläne in der Säuglings- und Kleinkindernahrung eine wichtige praktische Bedeutung. Die Ernährungswissenschaftlerinnen Ute Alexy und Monika Kersting vom Forschungsinstitut für Kinderernährung in

Dortmund stellen einen solchen Plan vor und erklären dessen Inhalt und seine praktische Anwendung. Sie können sich dabei auf die Erfahrungen aus der Dortmunder Langzeitstudie (der so genannten DONALD-Studie) berufen.

Die Säuglings- und Kleinkindernahrung hat in der Prävention von Allergien einen hohen Stellenwert. In einem Übersichtsreferat diskutiert Frau Exl-Preysch die diesbezüglichen Kenntnisse und Anwendungen und erklärt die Anstrengungen in der Allergieprävention.

Auch die Hersteller von Säuglingsmilchpräparaten bemühen sich kontinuierlich, ihre Produkte noch besser den Bedürfnissen der Kinder und der Zusammensetzung der Muttermilch anzugleichen. Dabei hat der Begriff «Functional Food» auch auf die Säuglingsernährung übergegriffen. Zusätze von Pro- und Präbiotika können die Gesundheit der Kinder verbessern. Der Beitrag von Raoul Furlano fasst die Erkenntnisse zusammen. Wir hoffen, dass wir Ihnen mit diesen Beiträgen die heutige Bedeutung der Säuglings- und Kleinkindernahrung für die Gesundheit der Kinder sowie für ihre spätere Gesundheit als Erwachsene in übersichtlicher Form näher bringen können und damit Ihr Interesse finden.

Professor Kurt Baerlocher, St. Gallen

Literatur:

1. Barker DJP. Mothers, Babies, and Disease in later Life. BMJ Publishing Group, London 1994
2. Merten S, Dratva J, Ackermann-Liebrich U. Säuglingsernährung in den ersten neun Lebensmonaten – nationale Studie 2003. In: Eichholzer M, Camenzind-Frey E, Matzke A et al. Fünfter Schweizerischer Ernährungsbericht. Bern, Bundesamt für Gesundheit, 2005, 109–124.