

An der Mutterbrust



halten: das Abpumpen und die damit verbundenen Fragen und Probleme, die Brustpflege, die Känguru-Methode, das Transportieren im Tragetuch und das Vorbereiten der Ernährung für daheim. Enthalten ist auch ein Serviceteil mit nützlichen Adressen.

Ratgeber: «Geborgenheit, Liebe und Muttermilch. Ein Ratgeber für Eltern

von Frühgeborenen und kranken Neugeborenen, rund ums Stillen, Abpumpen und Muttermilch.» 2004 (zweite Auflage). Ca. Fr. 3.50 plus Versandkosten.

Bezugsquelle: Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens, Franklinstrasse 14, 8050 Zürich. Tel. 044-311 79 50, Fax 044-311 79 51, E-Mail: stiftungstillen@bluewin.ch Internet: www.allaiter.ch

Auch wenn Stillen als das «Natürlichste der Welt» gilt – einfach ist es noch lange nicht immer: Tatsächlich gelingt die Ernährung Neugeborener mit der Milch der eigenen Mutter nicht immer auf Anhieb, besonders bei einem Frühgeborenen, das in der ersten Zeit speziell betreut werden muss. Alle wichtigen Aspekte des Stillens oder der Ernährung sind in der vorliegenden Broschüre ent-

«club minu»



Im Mai wird ein weiterer Kurs des «club minu» beginnen, einem Verhaltenstraining für übergewichtige Kinder und Jugendliche. Das Programm bezieht die ganze Familie mit ein und motiviert übergewichtige 11- bis 16-Jährige zu besserer Ernährung und mehr Bewegung. Der Kurs dauert neun Monate und umfasst 15 Treffen, an denen Eltern und Kinder in separaten Gruppen teilnehmen. Im Sommer findet für die Kinder ein zweiwöchiges Sommerlager statt.

Geleitet wird der Kurs von einem Fachteam, welches aus einem Psychologen, zwei Ernährungsberaterinnen und einer Bewegungspädagogin besteht. Der «club minu» wird organisiert und finanziert durch das Migros Kulturprozent und ist Mitglied des Schweizerischen Fachvereins für Adipositas im Kindes- und Jugendalter (akj).

Anmeldeschluss für den Frühlingskurs ist der 15. März.

Weitere Informationen:
Migros-Genossenschafts-Bund
Doris Candinas
Limmatstrasse 152
8031 Zürich
Tel. 01-277 21 73
Fax 01-277 32 57
E-Mail: doris.candinas@mgb.ch
Internet: www.minuweb.ch

Alkohol

In der Schweiz wachsen schätzungsweise zwischen 50 000 und 110 000 Kinder und Jugendliche mit einem alkoholabhängigen Elternteil auf. Einen alkoholabhängigen Vater oder eine alkoholabhängige Mutter zu haben bedeutet, mit einem Menschen zusammenzuleben, den man gleichermassen liebt und fürchtet. Die familiäre Atmosphäre ist geprägt von Spannungen, Konflikten und Instabilität. Aus Loyalität und Liebe zu den Eltern, aber auch aus Scham, verschweigt das Kind gegenüber Aussenstehenden die belastende Situation. Eine neue Broschüre der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (sfa/ispa) will die LeserInnen für dieses Problem sensibilisieren sowie Ratschläge und Verhaltens-



tipps für Bezugspersonen und Aussenstehende vermitteln.

Kostenlose Broschüre:
«Kinder aus alkoholbelasteten Familien».

Bezugsquelle: SFA, Tel. 021-321 29 11
Internet: www.sfa-ispa.ch.

Studie

Akupunktur bei allergischer Rhinitis

Eine chinesische randomisierte, plazebo-kontrollierte Doppelblindstudie hat den Effekt der traditionellen Akupunktur mit jenem einer Plazebo-Akupunktur (Sham Acupuncture) verglichen.

85 Kinder mit einer persistierenden allergischen Rhinitis erhielten während acht Wochen zweimal wöchentlich eine Behandlung mit traditioneller Akupunktur oder aber mit Plazebo-Akupunktur. Das Follow-up dauerte nach der Behandlung weitere drei Monate an. Endpunkte waren ein täglicher Rhinitisscore, symptomfreie Tage, eingenommene Medikamente, Nebenwirkungen und verschiedene Laborparameter.

Von 72 Kindern kamen evaluierbare Resultate. Der tägliche Rhinitisscore betrug am Ende des Follow-ups 5,43 in der Plazebogruppe und 3,94 in der Verum-Akupunkturgruppe ($p = 0,03$). Noch signifikanter war der Erfolg in der Verumgruppe bezüglich symptomfreier Tage: 12,7 versus 2,4 Tage ($p = 0,0001$). Es traten keine beträchtlichen Nebenwirkungen auf. Bei den anderen Endpunkten zeigten sich keine signifikanten Differenzen zwischen den beiden Gruppen.

Fazit der Autoren: Verum-Akupunktur ist bei Kindern mit allergischer Rhinitis eine effektive Behandlung und signifikant besser als Plazebo-Akupunktur. Umfassendere Studien müssten die Resultate, vor allem die Therapiesicherheit, noch bestätigen.

Quelle: Ng D. K. et al.: A Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Trial of Acupuncture for the Treatment of Childhood Persistent Allergic Rhinitis. *Pediatrics* 2004; 114: 1242–7.