

15. DGE-BW-Forum „Milch und Milchprodukte“
am 17. März 2016 in Stuttgart-Hohenheim



Workshop F: Milch in der Säuglingsnahrung

Dr. Gabriele Schilling,
Diplom-Ernährungswissenschaftlerin, BeKi-Fachfrau

Muttermilch ist für Säuglinge die beste Anfangsnahrung. Sie ist genau auf den Bedarf abgestimmt und sorgt in den ersten Lebensmonaten für einen zusätzlichen Immunschutz.

Wenn nicht oder nur teilweise gestillt werden kann, sollte geeignete industrielle Säuglingsanfangsnahrung verwendet werden. Ab Geburt ist Pre-Nahrung geeignet. Sie basiert auf Kuhmilch und ist adaptiert an die Zusammensetzung von Frauenmilch. Nach der 6. Lebenswoche kann auf 1er-Nahrung umgestiegen werden. Diese enthält außer Laktose noch definierte Mengen an Stärke und ist somit sämiger. Beide Milchnahrungen sind als Ersatz für Muttermilch im gesamten 1. Lebensjahr geeignet in Kombination mit Beikost. Folgemilch enthält deutlich mehr Kohlenhydrate in Form von Zucker, Stärke und anderen KH z. T. auch Fruchtzusatz. Folgemilch ist nicht notwendig in der Säuglingsernährung und sollte wenn überhaupt frühestens erst ab dem 5. Lebensmonat gegeben werden.

Reine, unverdünnte Tiermilch ist für Säuglinge als alleinige Trinknahrung ungeeignet, da die Zusammensetzung sehr stark von derjenigen von Muttermilch abweicht. So enthalten alle Tiermilchen deutlich mehr Protein und Mineralstoffe. Frauenmilch hingegen enthält mehr Kohlenhydrat und Fett. Auch die Zusammensetzung an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen unterscheidet sich deutlich. Sogenannte Pflanzenmilch bzw. -drinks (Soja-, Hafer-, Mandeldrink) sind kein geeigneter Ersatz für Muttermilch oder adaptierte Säuglingsmilch, da ihre Nährstoffzusammensetzung den Bedarf eines Säuglings bei weitem nicht decken kann. In der Diätverordnung ist die Zusammensetzung von geeigneter Säuglingsanfangsnahrung verbindlich definiert. In Deutschland und in der Europäischen Union gibt es vier Arten von Säuglingsanfangsnahrungen, deren Zusammensetzung gesetzlich geregelt ist.

- o auf der Basis von Kuhmilch- oder Ziegenmilcheiweiß mit Milchzucker als einzigem Kohlenhydrat
- o auf der Basis von Kuhmilch- oder Ziegenmilcheiweiß mit weiteren Kohlenhydraten neben Milchzucker
- o auf der Basis von Sojabohneneiweißisolat
- o auf der Basis von teilhydrolysiertem Eiweiß (HA-Säuglingsnahrung)

Nicht oder nicht voll gestillte Säuglinge, deren Eltern oder Geschwister von einer Allergie betroffen sind, sollten im ersten Lebenshalbjahr eine HA-Säuglingsnahrung (hypoallergen) erhalten, mindestens bis zum Beginn des 5. Monats. Säuglingsnahrungen auf der Basis von Sojaeiweiß, Ziegen-, Stuten- oder einer anderen Tiermilch sind nicht zur Allergievorbeugung geeignet. Mit Einführung der Beikost kann auf eine normale Säuglingsmilchnahrung umgestellt werden.

Mit der Beikost (Einführung frühesten mit Beginn des 5. Lebensmonat, spätestens mit Beginn des 7. Lebensmonats) werden Grundnahrungsmittel eingeführt. Mit der Beikost wird im zweiten Lebenshalbjahr der steigende Nährstoffbedarf gedeckt, das

Verdauungssystem an feste Nahrung gewöhnt und die Toleranzbildung für das Immunsystem gefördert.

Im Abendbrei werden 200 ml unverdünnte Kuhmilch eingeführt. Mehr unverdünnte Milch und andere Milchprodukte werden bis zum Ende des 1. Lebensjahres nicht empfohlen. Erst nach dem 1. Geburtstag wird das Angebot an Milch und Milchprodukten erweitert. Milch ist ein wertvoller Calcium- und Eiweißlieferant. Wenn Säuglinge und Kinder keine Milchprodukte vertragen (Milcheiweiß, Laktose) muss für entsprechenden Ersatz (Eiweiß, Calcium) gesorgt werden.

Workshopinhalte:

Besonderheiten von Muttermilch, Kuhmilch und anderer Milchnahrung

Sensorik

Diskussion kritischer Fragen

Quellen und weiterführende Information:

1. www.gesund-ins-leben.de
Netzwerk Junge Familie
2. www.fke-do.de
Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund
3. http://www.gesetze-im-internet.de/bundesrecht/di_tv/gesamt.pdf
(Diätverordnung aktualisiert 31.08.2015, ab S. 34 ff, Anlage 10
Säuglingsanfangsnahrung)
4. http://www.bfr.bund.de/de/gesundheitsliche_bewertung_von_saeuglingsnahrung-1184.html
Bundesinstitut für Risikobewertung
5. http://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/061-016l_S3_Allergiepr%C3%A4vention_2014-07.pdf
S3-Leitlinie Allergieprävention
6. www.beki-bw.de
Ernährung im 1. Lebensjahr, Broschüre „Von Anfang an mit Spaß dabei“