Arbeitsgemeinschaft Allergiekrankes Kind

Hilfen für Kinder mit Asthma, Ekzem oder Heuschnupfen (AAK) e.V. – gemeinnütziger Verein

Bundesverband · Augustastr. 20, 35745 Herborn
Tel. 02772 9287-0 · Fax 02772 9287-9
koordination@aak.de · www.aak.de
www.facebook.de/AAKHerborn

AAK-Webinar 25. Oktober 2017

Webinar „Einführung in die Beikost“

Am Mittwoch, den 25. Oktober 2017, waren Eltern, Familien und Interessierte eingeladen an einem von der Arbeitsgemeinschaft Allergiekrankes Kind – Hilfen für Kinder mit Asthma, Ekzem oder Heuschnupfen (AAK) e.V. initiierten Webinar zum Thema „Einführung in die Beikost“ teilzunehmen. Frau Dr. Sybille Braun-Schulten, Oecotrophologin und VDOE-zertifizierte Ernährungstherapeutin, hat zu diesem Thema referiert und die Fragen der Teilnehmenden beantwortet.

Was die Einführung in die Beikost betrifft, herrscht bei vielen Eltern angesichts der zum Teil widersprüchlichen Empfehlungen große Verunsicherung. Gerade Eltern von Säuglingen mit erhöhtem Allergierisiko sind besorgt und haben Angst die falschen Entscheidungen zu treffen.

Daher hat Frau Dr. Braun-Schulten in Ihrem Vortrag unter anderem folgende Kernaussagen getroffen:

> Das optimale Zeitfenster („window of opportunity“) für den Beginn der Beikosteinführung und eine gelungene Ausbildung der Immuntoleranz liegt laut aktueller Leitlinien zur Allergieprävention zwischen dem fünften und siebten Lebensmonat des Säuglings.

> Potente Allergene wie zum Beispiel Gluten (Weizen), Ei, Fisch und Milch sollten nicht vermieden werden, denn durch eine möglichst frühe Beikosteinführung, die eben jene Allergene beinhaltet, soll eine Toleranzentwicklung angestrebt werden.

> Mit der Einführung der Beikost sollte, falls möglich, unter dem Schutzmantel des Stillens begonnen werden. Dabei bringt es keinerlei Vorteile die Lebensmittelauswahl einzuschränken. Vielfalt bei der Nahrungsauswahl ist wichtig, denn der Körper des Säuglings lernt die Nahrungsbausteine durch dieses Training zu akzeptieren. Auch Mütter von allergiegefährdeten Kindern sollten sich während der Stillzeit möglichst normal und vielseitig ernähren.

> Obwohl eine mögliche vegetarische Variante für den ersten Brei (Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei) genannt wurde, wurde auch von der Gabe von Milch auf Pflanzenbasis wie zum Beispiel Soja-, Hafer- oder Mandelmilch als Ersatz der Muttermilch oder der Pre-Nahrung sowie einer veganen Säuglingsernährung abgeraten. Einerseits sei dies aus allergologischer Sicht nicht empfehlenswert, andererseits wird der enorme Nährstoffbedarf des heranwachsenden Kindes nicht ausreichend abgedeckt.

Gefördert durch die Die Techniker

Presseinformation

Arbeitsgemeinschaft Allergiekrankes Kind

Hilfen für Kinder mit Asthma, Ekzem oder Heuschnupfen (AAK) e.V. – gemeinnütziger Verein

Bundesverband · Augustastr. 20, 35745 Herborn
Tel. 02772 9287-0 · Fax 02772 9287-9
koordination@aak.de · www.aak.de
www.facebook.de/AAKHerborn

AAK-Webinar 25. Oktober 2017

Da die Reifezeichen für die Beikosteinführung eines jeden Kindes immer sehr individuell sind, sollten sich Eltern nicht unnötig unter Druck setzen. Dennoch sollten die aktuellen Leitlinien zur Beikosteinführung und Allergieprävention stets berücksichtigt werden. Es wird angeraten den Signalen des Kindes Aufmerksamkeit zu schenken und für eine ruhige Atmosphäre in der Familie zu sorgen, während der Säugling an die Fütterung mit dem Löffel gewöhnt und an verschiedene Nahrungsmittel herangeführt wird.

Abschließend plädierte die Referentin für eine bessere Aufklärung der Eltern, denn nur so könnten bestehende Verunsicherungen und Ängste abgebaut werden. Es besteht hinzu die Möglichkeit eine individuell abgestimmte Ernährungsberatung zu beantragen.

Die AAK e.V. dankt Frau Dr. Braun-Schulten für Ihren informativen Vortrag und den regen Austausch mit den Teilnehmenden, die ebenfalls einen aktiven Beitrag für eine erfolgreiche Veranstaltung geleistet haben.

Die AAK freut sich auf Ihr Engagement und gern auch auf das Engagement Ihrer Kinder!

Pressekontakt: Arbeitsgemeinschaft Hilfen für Kinder mit Asthma, Ekzem oder Heuschnupfen (AAK) e.V. – gemeinnütziger Verein, Bundesverband · Augustastr. 20, I. Etage · 35745 Herborn · Tel. 02772 9287-0 · Fax 02772 9287-9 · koordination@aak.de · www.aak.de · www.facebook.de/AAKHerborn. Hier geht es zum Forum „Umwelt“: www.selbsthilfe-interaktiv.de/virtuelle-gruppen/viewforum.php?f=280

Über die AAK: Die Arbeitsgemeinschaft Allergiekrankes Kind – Hilfen für Kinder mit Asthma, Ekzem oder Heuschupfen (AAK) e.V., steht für regionale und überregionale Austauschmöglichkeiten durch Kinder-Allergie-Foren, Betroffenenkontakte und Informationssammlungen, persönlich und im Internet. Sie tritt für die Rechte der Kinder im gesundheits-umwelt-politischen Bereich ein. Selbsthilfe gibt Betroffenen die Möglichkeit zu einem wertvollen krankheitsrelevanten Erfahrungsaustausch und breiter unabhängiger Information.

Die Erfahrungen unterschiedlicher Krankheitsverläufe, Alltagsfragen und -tipps sowie unabhängige Informationen tragen erfahrungsgemäß zu einer positiveren Bewältigung des täglichen Lebens bei.
Im gemeinnützigen Verein Mitglied werden: Jahresbeitrag 25,– Euro (bei Bedarf wird der Beitrag ermäßigt).

Gefördert durch die Die Techniker

Presseinformation