

Kleinkinder mit hohem Allergierisiko: Könnte präbiotische Babynahrung vorbeugen?



Bei Babys mit einem hohem Allergierisiko könnte präbiotische Säuglingsnahrung die Entwicklung von Hautausschlägen (Ekzemen) verhindern. Die Wirkung der Produkte wurde jedoch noch nicht ausreichend untersucht, um sicher sein zu können. Bisher ist für keine Ersatznahrung nachgewiesen, dass sie besser schützt als das Stillen.

Bei Babys mit einem hohen Allergierisiko könnte präbiotische Säuglingsnahrung die Entwicklung von Hautausschlägen (Ekzemen) verhindern. Die Wirkung der Produkte wurde jedoch noch nicht ausreichend untersucht, um sicher sein zu können. Bisher ist für keine Ersatznahrung nachgewiesen, dass sie besser schützt als das Stillen.

Säuglinge haben relativ häufig Allergien, wobei ihr Risiko stark von den Genen abhängt: Es sind bis zu 7 von 10 Babys betroffen, deren beide Eltern eine Allergie haben. Zum Vergleich: Kleinkinder, die keine engen Verwandten mit Allergien haben, entwickeln nur in einem von 10 Fällen selbst eine Allergie. Mit Lebensmittel-Hypersensitivitäten hat etwa eins von 20 Kindern unter drei Jahren zu tun. Bei einer Lebensmittel-Hypersensitivität können die Beschwerden entweder durch eine allergische Reaktion hervorgerufen werden oder der Körper reagiert auf eine andere Weise überempfindlich auf ein Lebensmittel.

Eine Empfindlichkeit gegenüber bestimmten Lebensmitteln verschwindet bei vielen jedoch bis zum zehnten Lebensjahr wieder. Bei anderen stellt die überempfindliche Reaktion auf einige Nahrungsmittel der Anfang von einigen Allergien dar, die sie im Laufe ihrer Kindheit entwickeln.

Allergien können entstehen, wenn ein Baby gegen bestimmte Nahrungsmittel eine Überempfindlichkeit entwickelt, an der das Immunsystem beteiligt ist. Dies nennt man auch "Sensibilisierung". Eine Sensibilisierung gegen ein Nahrungsmittel bedeutet, dass schon winzige Mengen dieser Kost bei dem Kind eine allergische Reaktion auslösen können. Man vermutet, dass eine solche Überempfindlichkeit im Magen-Darm-Trakt entstehen könnte und bestimmte Darmbakterien daran beteiligt sind. Eine Sensibilisierung kann auch durch Substanzen in der Atemluft, wie zum Beispiel Pollen, ausgelöst werden. Bei Säuglingen werden Allergien aber in der Regel durch eine Überempfindlichkeit gegen Nahrungsmittel ausgelöst.

Lebensmittel-Hypersensitivitäten und Allergien führen manchmal zu trockener, geröteter und juckender Haut ("atopisches Ekzem"), Magenbeschwerden oder Atemproblemen. Wenn ein Kind mit einer Allergie "pfeifend" atmet, auch wenn es nicht erkältet ist, könnte dies ein Hinweis auf Asthma sein. Mehr über Asthma bei Kindern können Sie hier ([URL: http://www.gesundheitsinformation.de/index.312.de.html](http://www.gesundheitsinformation.de/index.312.de.html)) lesen. Die wirksamste bekannte Maßnahme zur Vorbeugung von Allergien ist nach wie vor das Stillen. Es

ist aber nicht allen Müttern möglich, ihr Kind zu stillen. Manche probieren daher milchfreie Babynahrung aus, zum Beispiel mit Soja. Es ist allerdings nicht nachgewiesen, ob diese Produkte hilfreich sind. Mehr darüber erfahren Sie hier ([URL: http://www.gesundheitsinformation.de/index.38.de.html](http://www.gesundheitsinformation.de/index.38.de.html)).

Teilweise wird Säuglingsnahrung mit bestimmten Zusätzen ergänzt - in der Hoffnung, dass sie helfen, Allergien und Lebensmittel-Hypersensitivitäten vorzubeugen. Einer der Zusätze, die heute in manchen Produkten verwendet werden, sind die sogenannten Präbiotika (englisch "prebiotics"). Dabei handelt es sich nicht um Bakterien wie bei den Probiotika, sondern um bestimmte Substanzen, die vom Körper nicht verdaut werden können und daher unbeschadet in den Darm gelangen. Es wird vermutet, dass sie dort die Entwicklung von gesundheitsförderlichen Bakterien, einschließlich Milchsäurebakterien, anregen und dadurch anderen Bakterien entgegenwirken, die Allergien und Nahrungsunverträglichkeiten auslösen können.

Babys, die gestillt werden, haben deutlich mehr Milchsäurebakterien im Darm als Babys, die mit Säuglingsnahrung gefüttert werden. Dies ist einer der Gründe, warum man vermutet, dass das Stillen vor Allergien und Lebensmittel-Hypersensitivitäten schützen kann. Eine Art von Präbiotika, mit der Säuglingsnahrung angereichert wird, sind die sogenannten Oligosaccharide, eine Form von Kohlenhydraten (Zucker oder Stärke).

Wissenschaftler der Cochrane Collaboration haben die vorhandenen Studien zu präbiotischer Babynahrung ausgewertet. Sie wollten wissen, ob solche Präparate Allergien und Lebensmittel-Hypersensitivitäten vorbeugen können und ob sie unerwünschte Wirkungen haben. Die Wissenschaftler fanden zwei Studien, in denen die Wirkung von Präbiotika auf Allergien und Lebensmittel-Hypersensitivitäten untersucht wurde. Insgesamt nahmen etwas mehr als 400 Babys daran teil. Zwischen den beiden Studien gab es deutliche Unterschiede: Zum Beispiel nahmen an einer Studie nur Babys mit einem hohen Allergierisiko teil. Aus solchen Gründen ist mehr Forschung nötig, um verlässliche Aussagen über die Wirkung präbiotisch angereicherter Säuglingsnahrung machen zu können.

In einer der beiden Studien entwickelten Babys, die präbiotisch ergänzte Nahrung bekommen hatten, etwas seltener einen Hautausschlag als Babys, die normale Babynahrung bekamen. In der anderen Studie, an der

Babys ohne besonderes Allergierisiko teilgenommen hatten, zeigte sich kein Unterschied zwischen den beiden Kostformen.

Keine Studie dauerte lange genug, um die Langzeitwirkung oder mögliche unerwünschte Wirkungen von präbiotischer Säuglingsnahrung untersuchen zu können. Das bedeutet, es ist weitere Forschung erforderlich, um auszuschließen, dass solche Nahrungsergänzungsmittel nicht selbst Lebensmittel-Hypersensitivitäten auslösen. Die Wissenschaftler folgern aus ihrer Auswertung, dass sich weitere Forschung über Präbiotika zwar lohnen würde - nach wie vor sei jedoch das Stillen die beste bekannte Möglichkeit, Babys zu ernähren.

Glossar

Cochrane Collaboration

Die Cochrane Collaboration ist ein internationaler Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich zusammengetan haben, um in einzelnen Teams ("Cochrane Review Groups") zu medizinischen Fragen sogenannte systematische Übersichten (Reviews) zu erstellen, mit deren Hilfe wissenschaftlich begründete Aussagen über die Wirksamkeit medizinischer Therapien möglich werden. Zu diesem Zweck haben die Mitglieder der Cochrane Collaboration Methoden entwickelt, um systematisch und umfassend die verfügbaren Informationen über klinische Studien und die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Das Ziel der Cochrane Collaboration ist es, Ärztinnen, Ärzten, Patientinnen und Patienten wissenschaftlich fundierte Hilfen für informierte Entscheidungen zur medizinischen Versorgung zu geben und somit medizinische Entscheidungen insgesamt zu verbessern. Die deutsche Internetadresse der Cochrane Collaboration, auf der sich die Organisation selbst vorstellt, lautet www.cochrane.de.

Allergie

Bei einer Allergie reagiert der Körper überempfindlich auf eine körperfremde Substanz. Er produziert Antikörper wie gegen einen Krankheitserreger, obwohl die Substanz keine Gefahr für den Körper darstellt. Symptome einer Allergie hängen zum Teil vom Auslöser, dem Allergen, ab. Menschen mit Allergien haben häufig Schnupfen, tränende Augen, Jucken, Hautausschläge, Magen-Darm-Probleme, Asthma u.a. Typische Auslöser für eine Allergie sind Pollen, Tierhaare, Eiweiße in bestimmten Nahrungsmitteln, Kot von Hausstaubmilben.

Asthma

Asthma (Asthma bronchiale) ist eine dauerhaft bestehende (chronische) Erkrankung mit oft anfallsartig auftretenden Beschwerden wie Husten und Atemnot. Bei Menschen mit Asthma sind die Atemwege übermäßig empfindlich. Asthma entsteht oft im Zusammenhang mit einer Überreaktion auf fremde Stoffe oder physikalische Reize, häufig im Zusammenhang mit einer Allergie.

Ekzem

Ekzem ist der Sammelbegriff für jede akute oder chronische

Entzündung der Haut mit Juckreiz, die nicht ansteckend ist. Die Haut zeigt lokal begrenzte oder über den ganzen Körper verteilte Rötungen, Bläschen, Knötchen, Schorf u.Ä.

Immunsystem

Das Immunsystem, oft auch Abwehrsystem genannt, hat die Aufgabe, in den Körper eingedrungene Krankheitserreger sowie entartete Körperzellen (zum Beispiel Krebszellen) unschädlich zu machen. Das Immunsystem ist sehr komplex und noch nicht in allen Details verstanden. Man unterscheidet zwei Komponenten: die zelluläre Immunabwehr (zum Beispiel "Fresszellen", "Killerzellen") und die durch Moleküle (zum Beispiel "Antikörper") vermittelte Immunabwehr.

Nahrungsergänzungsmittel

Nahrungsergänzungsmittel sind Konzentrate aus zum Beispiel Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Ballaststoffen und / oder anderen Substanzen, die die Nahrung ergänzen sollen. Ihre Befürworter behaupten, dass sie im Körper eine bestimmte, häufig vorbeugende oder stärkende, Wirkung entfalten. Sie werden zum Beispiel als Kapseln, Tabletten, Pulver oder Ampullen angeboten. Nahrungsergänzungsmittel zählen rechtlich zu den Lebensmitteln und benötigen daher – im Gegensatz zu Arzneimitteln – keine behördliche Zulassung. Weitere Informationen finden Sie auf der Seite des Bundesinstituts für Risikobewertung: Zur Website des BfR

Quellen

Fiocchi A, Assa'ad A, Bahna S for the Adverse Reactions to Foods Committee of the American College of Allergy, Asthma and Immunology. Food allergy and the introduction of solid foods to infants: a consensus document. *Ann Allergy Asthma Immunol* 2006; 97: 10-21. [PubMed-Zusammenfassung (URL: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16892776?ordinalpos=2&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed)]

Kramer MS, McGill J, Matush L, Vanilovich I et al. Effect of prolonged and exclusive breast feeding on risk of allergy and asthma: cluster randomised trial. *BMJ* 2007; 335: 815. [Volltext (URL: <http://www.bmj.com/cgi/content/full/335/7624/815>)]

Osborn DA, Sinn JK. Prebiotics in infants for prevention of allergic disease and food hypersensitivity. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2007, Issue 4. [Cochrane-Zusammenfassung (URL: <http://www.cochrane.org/reviews/de/ab006474.html>)]

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.