



Neuigkeiten aus der Forschung - Anlage zum Newsletter 1/2012

Vitamin-D-Gabe für gestillte Kinder – Statement der UNICEF-Initiative BFHI

Die Vitamin-D-Gabe für gestillte Kinder wird immer wieder hinterfragt. In Deutschland erhalten alle Säuglinge laut Empfehlung der Kinderärzte eine Vitamin-D-Tablette pro Tag, häufig kombiniert mit Fluoriden. Auch in Großbritannien gelten ähnliche Empfehlungen, allerdings wird dort genauer unterschieden, welche Kinder (aus Risikogruppen) diese Nahrungsergänzung von Geburt an erhalten sollten und welche erst nach dem 6. Monat damit beginnen sollten. Nachdem auch diese Empfehlungen offenbar häufig in der Kritik stehen und die Notwendigkeit dieser Maßnahme auch von Stillexperten immer wieder in Frage gestellt wurde, hat BFHI in Großbritannien ein Statement dazu abgegeben.

BFHI schließt sich der britischen nationalen Gesundheitskommission (NICE) an, die folgende Vorgaben empfiehlt:

1. Schwangere Frauen sollten vor der Geburt gut mit Vitamin D versorgt werden, so dass bei ihren Babys nach der Geburt keine besonderen Risiken für zu geringe Vitamin-D-Versorgung besteht. Schwangere und stillende Mütter sollten täglich 10 Microgramm Vitamin D als Nahrungsergänzung erhalten.
2. Bei gesunden, reif geborenen Kindern von Müttern, die einen guten Vitamin-D-Status während der Schwangerschaft hatten und keiner der nachfolgenden Risikogruppen angehören, wird ab dem 6. Monat eine Vitamin-D-Gabe empfohlen.
3. Risikofaktoren für einen zu geringen Vitamin-D-Status von Babies sind:
 - dunkler Hauttyp, insbesondere wenn der Aufenthaltsort in nördlichen Gebieten (Nord- und Mitteleuropa) liegt, in denen die Wintersonne aufgrund des flachen Einfallwinkels zu wenig Vitamin-D-Bildung gewährleistet
 - das Tragen von zu viel bedeckender Kleidung, die Verwendung von hohen Schutzfaktoren bei Sonnenschutzmitteln, oder der zu häufige Aufenthalt in geschlossenen Räumen, was in jedem Fall dazu führt, dass die Haut zu wenig dem Sonnenlicht ausgesetzt wird
 - Adipöse Mütter mit einem BMI über 30

Sollte das Baby einer dieser Risikogruppen angehören oder der Vitamin-D-Status der Mutter während der Schwangerschaft schlecht oder unsicher sein, sollten Babies von Geburt an mit einer Vitamin-D-Gabe versorgt werden.

Ein Vitamin-D-Mangel führt zu einer zwar seltenen, aber sehr ernsthaften Erkrankung (Rachitis), die mit Wachstums- und Entwicklungsverzögerung, Knochendehformierungen, erhöhtem Risiko für bestimmte Krebsarten und andere Erkrankungen einhergeht und leicht durch eine erhöhte Vitamin-D-Zufuhr vermieden werden kann.

Das komplette Statement der BFHI (englisch) finden Sie [hier](#).

Stillen und die Auswirkungen auf die kognitive Entwicklung von Kindern

Eine britische Studie von M. Quigley und ihrem Team, die kürzlich in Pediatrics veröffentlicht wurde, untersuchte die Auswirkungen des Stillens auf reif- und frühgeborene Kinder hinsichtlich ihrer kognitiven Entwicklung. Dazu verwendeten sie Daten aus der Millenium Cohort Study für weiße Einlinge (also keine Zwillinggeburten).

Die Studie kommt zu dem Ergebnis, dass insbesondere bei Frühgeborenen ein deutlich positiver Effekt des Stillens auf die kognitiven Fähigkeiten im Alter von 5 Jahren zu verzeichnen ist, auch bei Reifgeborenen gibt es diesen Effekt, der allerdings dort schwächer ausgeprägt ist. Der Effekt korrelierte auch mit der Stilldauer – ein länger als 6 Monate dauerndes Stillen zeigte stärkere Effekte gegenüber kürzerem Stillen.

Den Abstract der Studie (englisch) finden Sie [hier](#).