

Beratung kompakt

Allergieprävention im ersten Lebensjahr

Aktuelle Empfehlungen zur Allergieprävention
S3-Leitlinie Allergieprävention¹

Erhöhtes Allergierisiko

besteht bei familiärer Vorbelastung:
Mindestens ein Elternteil oder Geschwisterkind hat Asthma,
Heuschnupfen oder atopische Dermatitis

ja



nein

Ausschließliches Stillen

in den ersten vier bis sechs Monaten*

falls nicht (ausschließlich) möglich

Hydrolysierte Anfangsnahrung

deren allergiepräventive Wirkung wissenschaftlich geprüft wurde; bis Beikoststart



Standard Anfangsnahrung

z. B. HiPP PRE BIO COMBIOTIK®

Nicht geeignet zur Prävention:

sojabasierte Säuglingsnahrung und andere Tiermilchen (z. B. Ziegen-, Schafs- oder Stutenmilch)

Beikoststart:



Für den präventiven Effekt einer späteren Einführung über den vollendeten vierten Monat hinaus gibt es keine Belege. Daher gelten auch für allergiegefährdete Säuglinge die allgemeinen Empfehlungen: Je nach individueller Entwicklung sollte die Beikost **frühestens mit Beginn des 5. Monats und spätestens mit Beginn des 7. Monats** eingeführt werden¹⁻³. Zudem soll auch mit Einführung der Beikost weiter gestillt werden¹.

Beikostauswahl:

Keine Einschränkungen bei der Beikostauswahl (unter Beachtung der allgemeinen Empfehlungen für die Ernährung im ersten Lebensjahr). Vermeiden oder eine spätere Einführung von potenten Nahrungsmittelallergenen bietet keinen Schutz vor Allergien^{1,2}.

*Die WHO empfiehlt ausschließliches Stillen über sechs Monate. Muttermilch ist auch eine wichtige Energie- und Nährstoffquelle für Kinder im Alter von 6-23 Monaten.⁴

Weitere Empfehlungen zur Allergieprävention



Impfen gemäß Empfehlungen



Schimmelpilzförderndes Klima vermeiden



Übergewicht vermeiden



Keine Aktiv- und Passivrauchexposition



Nur bei allergiegefährdeten Säuglingen: keine Anschaffung von Katzen



© MediDesign Frank Geisler

Berücksichtigung des erhöhten Allergierisikos nach Kaiserschnittgeburt



Möglichst geringe Exposition gegenüber Luftschadstoffen (innen und außen)

Ausblick Forschung

Für den Nutzen von **LCP, Präbiotika und Probiotika sowie Vitamin D zur Allergieprävention** gibt es derzeit vielversprechende **Hinweise**, die aber noch durch weitere Studien belegt werden müssen.

hipp-fachkreise.de · hipp-fachkreise.at

Wichtiger Hinweis: Stillen ist die beste Ernährung für einen Säugling. Säuglingsanfangsnahrung sollte nur auf Rat von Kinder- und Jugendärzten, Hebammen oder anderen unabhängigen Fachleuten verwendet werden.

Literatur: **1** Kopp et al., S3-Leitlinie Allergieprävention – Stand Nov 2022. AWMF online · **2** Koletzko B et al., Ernährung und Bewegung von Säuglingen und stillenden Frauen, Monatsschr Kinderheilkd 2016; [Suppl 5]: 164:433-457 · **3** Fewtrell M et al., Complementary Feeding: A Position Paper by the ESPGHAN Committee on Nutrition, J Ped Gastroenterol Nutr 2017;64: 119-132 · **4** WHO., Fact sheets. Infant and young child feeding. 2021. www.who.int · **5** Halcken et al., EAACI guideline: Preventing the development of food allergy in infants and young children (2020 update). Pediatr Allergy Immunol. 2021;32:843-858.

HiPP
Säuglings-
nahrungen
Natur und Forschung
Hand in Hand



Nach Position der Europäischen Akademie für Allergologie und klinische Immunologie (EAACI) sind hydrolysierte Säuglingsnahrungen weiterhin eine Option zur alimentären Prävention von Allergien, wenn nicht ausschließlich gestillt werden kann.³

Eine Information für medizinisches Fachpersonal