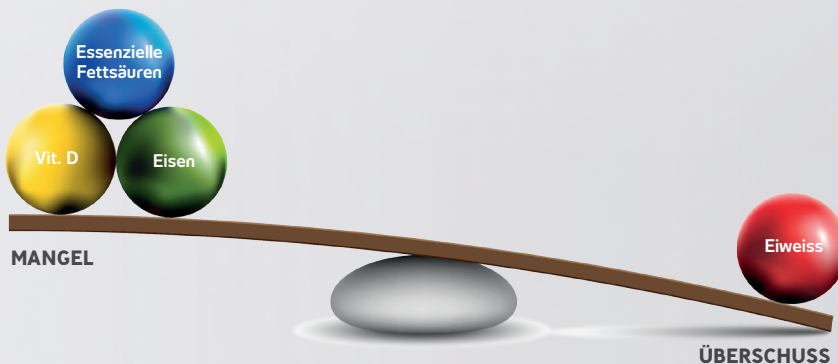


# HAUPTFOLGEN EINES ZU FRÜH ERFOLGTEN VERZICHTS AUF EINE MILCH, DIE DEN BEDÜRFNISSEN DES SÄUGLINGS ANGEPASST IST



Vereinigung  
Schweizer  
Hersteller von  
Kindernährmitteln

## RISIKO EINER UNAUSGEGLICHENEN ERNÄHRUNG



### EISENMANGELRISIKO:

Eisenmangel kann die Ursache von Müdigkeit, erhöhte Anfälligkeit für Infektionen<sup>1</sup>, Anämie, mögliche Verhaltensstörungen und Probleme der kognitiven Entwicklung<sup>2,3</sup> sein. In Europa verfügen 50% der Kinder bis zu einem Alter von 2 Jahren über geringe Eisenreserven<sup>4</sup>.

#### URSACHEN, DIE DEN MANGEL BEGÜNSTIGEN:

- Konsum eisenarmer Nahrung
- zu frühe Ernährung mit Vollmilch
- Appetitlosigkeit
- Schwierige sozioökonomische Situation

**Wichtiger Hinweis:** Stillen ist ideal für das Kind.  
Die WHO empfiehlt ausschliessliches Stillen während 6 Monaten.



## VITAMIN D MANGELRISIKO

Ein Mangel an Vitamin D kann die Ursache von Mineralisierungsproblemen der Knochen und Zähne sein oder sogar zu Rachitis führen.

### URSACHEN, DIE DEN MANGEL BEGÜNSTIGEN

- fehlende oder nur geringe Sonnenexposition
- Schwangerschaft und Stillzeit ohne Vitamin D Supplementierung
- schlechte Compliance gegenüber den Empfehlungen zur Vitamine D Supplementierung im ersten Lebensjahr: Die Verabreichung von 400 IE/Tag Vitamin D ist nur bei 64% der Säuglinge in der Schweiz gewährleistet<sup>5</sup>.

## ESSENZIELLE FETTSÄUREN MANGELRISIKO

Ein Mangel an essenziellen Fettsäuren (z.B. Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren) kann die Ursache einer verzögerten Gehirnentwicklung sein<sup>6</sup>.

### URSACHEN, DIE DEN MANGEL BEGÜNSTIGEN:

- Ernährung mit zu geringem Anteil an essenziellen Fettsäuren, wie zum Beispiel Vollmilch
- zu wenig und/oder unausgewogene Ernährung mit pflanzlichen Ölen und fettreichem Fisch

## RISIKO EINES EIWEISSÜBERSCHUSSES

Es ist wichtig, die Proteinaufnahme zu limitieren, um eine Überlastung der Nieren zu vermeiden (relative Nierenunreife bis 2 Jahre). Zudem sind Studien im Gang, die darauf schliessen lassen, dass eine Korrelation zwischen einem Eiweissüberschuss beim Säugling und Kleinkind und späterem Übergewicht besteht<sup>7</sup>.

### URSACHEN DIE DEN ÜBERSCHUSS BEGÜNSTIGEN:

- zu hoher Konsum von eiweissreichen Nahrungsmitteln.
- in Deutschland liegt die tägliche Zufuhrmenge bei Kindern von 1 bis 3 Jahren fast 3-mal über der empfohlenen Tagesmenge<sup>8</sup>.

### Referenzen:

1 Male &al., Acta Paediatr 2001; 5:492-498 | 2a Lozoff B, J Pediatr 1982; 101:948; 2b Lozoff B, Pediatrics 1987; 79:981 | 3 Lozoff B, Nutr Rev 2006; 64: S34-43 | 4 Worldwide prevalence of anemia 1993-2005. WHO Global database, Ed. Bruno de Benoist, Geneva, 2008 | 5 L'Allemand et al., Recommendations de l'Office fédéral de la santé publique concernant l'apport en vitamine D en Suisse - quelle signification pour le pédiatre? - Paediatrica, Vol.23 No. 4 2012 | 6 Koletzko et al., J. Perinat. Med. 36 (2008) 5-14 | 7 Weijs et al. Nutrition Journal 2011, 10:95 | 8 Ernährungsbericht, DGE e.v., Bonn 2008

Im 1. Jahr trinke ich nicht  
irgendeine Milch...



Vereinigung  
Schweizer  
Hersteller von  
Kindernährmitteln