In der Rubrik „Literatur kompakt“ werden die wichtigsten Originalarbeiten aus der internationalen Fachliteratur referiert.

Atopieprävention: Was gute Muttermilch noch besser macht

Wenn Mütter nach Supplementation hohe Omega-3-Fettsäurespiegel in der Muttermilch haben, ist dies mit einer verringerten Allergieinzidenz bei Neugeborenen assoziiert. Dies geht aus einer schwedischen Studie hervor, in der die Teilnehmerinnen bereits während der Schwangerschaft eine Supplementation mit langkettigen mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren erhalten hatten.

Noch immer gibt es widersprüchliche Studiendaten bei dem Zusammenhang zwischen Stillen und der Entstehung von Atopien. In einer Studie im Jahr 2000 hatten schwedische Pädiater einen Kinder vor Atopie schützenden Effekt der Supplementation mit LCPUFA („long-chain polyunsaturated fatty acids“) der Mütter festgestellt. Da die Ärzte einen Zusammenhang mit der Höhe des LCPUFA-Gehalts der Muttermilch vermuteten, haben sie dies jetzt

in einer Studie mit 95 Schwangeren im Alter von durchschnittlich 31 Jahren überprüft. Die Frauen hatten auch Angehörige mit allergischen Erkrankungen.

In der Gruppe der Frauen mit Omega-3-Supplementation hatten 25 eine Atopie in der Anamnese, in der Vergleichsgruppe waren es 31. Insgesamt 42 von 95 Frauen erhielten durchschnittlich 15,5 Wochen lang bis zur Geburt 2,6 g Omega-3-LCPUFA, 53 Frauen ähnlich lang

und dosiert ein Scheinpräparat aus Linolsäure und Alpha-Linolensäure. Die Supplementation wurde nach der Geburt fortgesetzt und erfolgte insgesamt über 30,8 respektive 31,7 Wochen. Muttermilch wurde als Kolostrum zwei bis vier Tage, einen Monat und drei Monate nach der Geburt analysiert. Nach zwei Jahren wurde geprüft, welche Kinder IgE-assoziierte allergische Erkrankungen hatten.

Die Häufigkeit von IgE-assoziierten Nahrungsmittelallergien lag bei den Neugeborenen der Verumgruppe bei 7 %, bei denen der Placebogruppe bei 23 %. Auch die Häufigkeit IgE-assoziiierter atopischer Ekzeme war in der Gruppe mit Omega-3-Supplementation deutlich niedriger (12 % versus 34 %). Dies galt auch für jegliche andere IgE-assoziierte allergische Erkrankung (12 % versus 37 %; $p = 0,01$).

Fazit: Durch die Supplementation mit Omega-3-LCPUFA wird nach Angaben der Ärzte der Spiegel der beiden mehrfach ungesättigten Fettsäuren Eicosapentaensäure und Docosahexaensäure deutlich erhöht und so auf bislang noch unbekannte Weise ein vor Atopie schützender Effekt erzielt. Den Spiegel dieses Effekts können die Ärzte zudem beziffern: Kein Kind, das mit Kolostrum gestillt wurde, das mehr als 0,83 mol% Eicosapentaensäure und mehr als 1,5 mol% Docosahexaensäure enthielt, entwickelte innerhalb der zwei Jahre eine IgE-assoziierte allergische Erkrankung. *Peter Leiner*

Warstedt C et al. High levels of omega-3 fatty acids in milk from omega-3 fatty acid-supplemented mothers are related to less immunoglobulin E-associated disease in infancy. *Acta Paediatrica* 2016; 105: 1337–47

© [M] taranara78 / Fotolia