Monatsschr Kinderheilkd 2022 · 170:114–115
<https://doi.org/10.1007/s00112-021-01415-2>
 Angenommen: 23. Dezember 2021

© The Author(s), under exclusive licence to Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von Springer Nature 2022

Ernährung und kindliche Gesundheit

Berthold Koletzko

Kinderklinik und Kinderpoliklinik, Dr. von Haunersches Kinderspital, Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) München, München, Deutschland

In kaum einer anderen medizinischen Disziplin ist die Bedeutung von Stoffwechsel- und Ernährungsfaktoren für die Funktion und Gesundheit des Organismus so offensichtlich wie in der Pädiatrie. Vor allem in den Phasen des raschen Wachstums in den ersten Lebensjahren und erneut während der Pubertät besteht, bezogen auf das Körpergewicht, ein extrem hoher Bedarf an Energie und Nährstoffen. Gleichzeitig sind die körpereigenen Reserven im frühen Lebensalter sehr gering, sodass eine unzureichende oder unausgewogene Zufuhr nur schlecht kompensiert werden kann. Ganz besonders in den ersten 1000 Tagen des Lebens zwischen Konzeption und dem Alter von 2 Jahren wirkt sich die Qualität der Ernährung sehr stark auf die Entwicklung des entwicklungsbiologisch noch plastischen Organismus aus und hat bis ins hohe Alter weitreichende Folgen auf Organstruktur und -funktion, körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sowie Krankheitsrisiken (frühe metabolische Programmierung der lebenslangen Gesundheit). In diesem Heft der *Monatsschrift Kinderheilkunde* werden beispielhaft 3 aktuelle und praxisrelevante Themen aus dem Gebiet der Ernährung aufgegriffen.

» Frühkindliche Ernährung induziert eine metabolische Programmierung der lebenslangen Gesundheit

Hans Hauner (München) berichtet über die große Bedeutung der mütterlichen Ernährung in der Schwangerschaft nicht nur auf den Schwangerschafts- und Geburtsverlauf, sondern auch auf die kindliche Gesundheit. Er betont, dass Schwangere einen kaum erhöhten Energiebedarf ha-

ben und deshalb „nicht für zwei essen“ sollen. Im Gegensatz dazu steigt jedoch der Bedarf an Mikronährstoffen stark an, sodass stets die präkonzeptionelle Supplementierung von Folsäure, die Jodsupplementierung und in vielen Fällen auch die Supplementierung von Eisen, der Omega-3-Fettsäure Docosahexaensäure (DHA), Vitamin D, und bei Vegetarierinnen und Veganerinnen auch von Vitamin B₁₂, empfehlenswert ist.

Frank Jochum et al. (Berlin) diskutieren das oftmals übersehene Problem der krankheitsassoziierten Unterernährung im Kindes- und Jugendalter. Sie berichten über eine hohe Prävalenz bis zu 23 % bei stationär behandelten pädiatrischen Patienten in Deutschland und ernste nachteilige Konsequenzen für Infektions- und Komplikationsrisiken, Krankheitsverlauf und Lebensqualität. Zusätzlich verursacht Unterernährung erhebliche gesundheitsökonomische Lasten v.a. aufgrund einer längeren Krankenhausverweildauer und aufgrund von Mehrkosten, die durch Krankheitskomplikationen bedingt sind. *Jochum et al.* plädieren dafür, die Aufmerksamkeit für das Problem zu erhöhen sowie die frühe Erkennung und Behandlung von Unterernährung bei kranken Kindern und Jugendlichen zu verbessern.

Auf der anderen Seite des Spektrums der kindlichen Fehlernährung liegen Übergewicht und Adipositas, die mehr als 15 % der Kinder in Deutschland belasten. In Deutschland wurden bislang v.a. die Information und Stärkung von Kindern und Familien im Sinne einer Verhaltensprävention verfolgt, wodurch ein weiterer Prävalenzanstieg verhindert werden konnte, bei allerdings starker Zunahme der sozioökonomischen Dis-

QR-Code scannen & Beitrag online lesen

parität der Adiposithäufigkeit. Es setzt sich zunehmend die Erkenntnis durch, dass zusätzlich auch verhältnispräventive Maßnahmen erforderlich sind, die regelmäßige Bewegung und eine gesunde Ernährungsweise bevölkerungsweit fördern. *Tobias Effertz* (Hamburg) diskutiert in diesem Zusammenhang die Rolle der Werbung für ungesunde Lebensmittel in Fernsehen und Internet als einen wesentlichen Einflussfaktor für ungesunde Ernährungsgewohnheiten und dadurch bedingte Krankheitsrisiken bei Kindern. Er berichtet, dass Kinder in Deutschland durchschnittlich etwa 15 Werbungen für ungesunde Lebensmittel täglich in Fernsehen und Internet sehen, und dass dies eine ungesunde Ernährungsweise, schlechtes Ernährungswissen und Adipositas fördert. *Effertz* fordert deshalb eine effektive Regulierung zum Verbot des Kindermarketings für ungesunde Lebensmittel, v. a. in Fernsehen und Internet. In der Tat führt der Koalitionsvertrag der die neue deutsche Bundesregierung tragenden Parteien aus: „An Kinder gerichtete Werbung für Lebensmittel mit hohem Zucker-, Fett- und Salzgehalt darf es in Zukunft bei Sendungen und Formaten für unter 14-Jährige nicht mehr geben.“ Die Pädiatrie wird die Umsetzung und die sich daraus ergebenden Konsequenzen mit großem Interesse verfolgen.

» Moderne Strategien der pädiatrischen Ernährungsforschung in Deutschland sind konsequent zu stärken

Diese wenigen Beispiele zeigen stellvertretend für viele andere Themen, dass der große Bereich der pädiatrischen Ernährung in Klinik und Forschung weiter von hoher Bedeutung bleibt. Im 19. und in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts war die deutsche Pädiatrie im Bereich der Ernährungsforschung weltweit führend und hat viele Meilensteine in der wissenschaftsbasierten Verbesserung der Praxis gesetzt. Ein Anknüpfen an diese starke Tradition wäre angesichts der heutigen großen Herausforderungen durch ernährungsmitbedingte Erkrankungen wie Adipositas und ihre Folgen wichtig. Die größte gesundheitliche Bedrohung für heute geborene Kinder ist die kontinuierliche, weiter wachsen-

de Belastung durch Adipositas und andere nichtübertragbare Krankheiten („non-communicable diseases“, NCD), die weltweit schon jetzt mehr als 70 % der Todesfälle bedingen und zu einem erheblichen Anteil durch Ernährungsfaktoren verursacht werden. In anderen Ländern wird entsprechend in eine konsequente Stärkung der pädiatrischen Ernährungsforschung investiert. So legen beispielsweise die amerikanischen National Institutes of Health ein großes Programm zur Etablierung von leistungsfähigen Zentren zur Erforschung der Biologie der frühen Ernährung auf, und auch die Bill & Melinda Gates Foundation investiert strategisch in diesen Bereich. Es wäre sehr zu wünschen, dass auch das in der Entstehung begriffene Deutsche Zentrum für Kindergesundheitsforschung die bisher nicht wahrgenommene Chance ergreift, moderne Strategien der pädiatrischen Ernährungsforschung in Deutschland konsequent zu stärken.

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. med. Dr. h.c. mult.

Berthold Koletzko

Kinderklinik und Kinderpoliklinik, Dr. von Haunersches Kinderspital, Klinikum der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) München
Lindwurmstr. 4, 80337 München, Deutschland
berthold.koletzko@med.lmu.de

Interessenkonflikt. B. Koletzko gibt an, dass kein Interessenkonflikt in Bezug auf den Inhalt dieses Beitrages besteht.

Pädiatrie Update Topaktuell und praxisnah

6. und 7. Mai aus Köln

13. und 14. Mai aus Berlin

Umfangreiches Update-Wissen so flexibel wie noch nie: Erneut findet das Pädiatrie-Update-Seminar als Hybridveranstaltung statt. Bilden Sie sich vor Ort mit Kolleginnen und Kollegen oder bequem von zuhause aus fort – die Zertifizierung ist für beide Formate beantragt.

Das Update-Konzept: Die wichtigsten Neuerungen des vergangenen Jahres aus der Kinder- und Jugendmedizin werden unter der wissenschaftlichen Leitung von Prof. Dr. Fred Zepp (Mainz), Prof. Dr. Stefan Wirth (Wuppertal) und Prof. Dr. Reinhard Berner (Dresden) kritisch selektiert, analysiert und zusammengefasst. Die Relevanz für Ihren Klinik- und Praxisalltag steht dabei im Vordergrund und der ausführlichen Diskussion über den Livechat mit den Referierenden wird viel Raum gegeben.

In diesem Jahr werden neben den Kerngebieten der Pädiatrie die Hot Topics »Integrative Medizin«, »Seltene Erkrankungen«, »Orthopädie« und »Urologie« vorgestellt.

Zum Gesamtpaket der Teilnahme gehören neben den umfangreichen Seminarunterlagen der Download aller Vortragspräsentationen und die Vorträge im Nachgang als Video-on-Demand auf der Videoplattform »streamed-up.com«.

Weitere Informationen zu Programm, Referierenden und zur Anmeldung:
www.paediatrie-update.com

Veranstalter:
med update GmbH
Hagenauer Straße 53
65203 Wiesbaden