



## Ergebnisse der KiESEL-Studie zu Kinderernährung - Bereits Kleinkinder essen zu süß und ungesund

06.09.2024, Max Rubner-Institut - Bundesforschungsinstitut  
für Ernährung und Lebensmittel

**D**ie Ernährung in den ersten Lebensjahren bildet das Fundament für die kindliche Entwicklung und Gesundheit und ist prägend für spätere Essgewohnheiten“, sagt Prof. Dr. Regina Ensenaer, Leiterin des Instituts für Kinderernährung am MRI und Seniorautorin des Fachbeitrags. Trotz dieser Bedeutung sind noch viele Fragen zur Ernährung von Kindern offen. In der Kinder-Ernährungsstudie zur Erfassung des Lebensmittelverzehrs (KiESEL) wurden deshalb im Zeitraum von 2014 bis 2017 detaillierte Daten zur Ernährung von Klein- und Vorschulkindern erhoben. Das Projekt wurde federführend vom Bundesinstitut für Risikobewertung durchgeführt und wird am MRI vertieft ausgewertet.

Am MRI sind nun die Analysen der KiESEL-Daten zum Lebensmittelverzehr und zur Energie- und Nährstoffzufuhr von 890 Kindern im Alter von einem bis fünf Jahren abgeschlossen. Berechnet wurde die durchschnittliche Energie- und Nährstoffzufuhr dabei aus den Angaben der Eltern, die im Rahmen der Studie an vier Tagen alle vom Kind verzehrten Lebensmittel und Getränke protokolliert hatten. Anschließend verglichen die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler die Ergebnisse mit den Verzehrsempfehlungen (Optimierte Mischkost für Kinder und Jugendliche) sowie den Referenzwerten für die Energie- und Nährstoffzufuhr für die untersuchten Altersgruppen.

Ungünstige Lebensmittel, darunter Süßigkeiten und Softdrinks, machen bei Mädchen und Jungen von einem bis fünf Jahren im Mittel zwischen 25 und 36 Prozent der täglichen Energiezufuhr aus (statt maximal zehn Prozent). Mehr als die Hälfte der Kinder überschritt außerdem die empfohlene Menge an Fleisch. Hingegen war der Gemüsekonsum bei allen Kindern zu niedrig und auch der Verzehr von Milch und Milchprodukten lag unter den Empfehlungen. Die Daten zeigen, dass Vorschulkinder mehr ungünstige Lebensmittel verzehren als Kleinkinder, und Jungen ungesünder essen als

Mädchen. In der Studie zeichneten sich ungünstige Gewohnheiten bereits im Alter von zwei Jahren ab und wurden mit drei Jahren noch deutlicher.

Die mittlere Energie- und Nährstoffzufuhr entspricht sowohl bei Klein- als auch Vorschulkindern größtenteils den Empfehlungen. Eine zu niedrige Zufuhr stellten die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler in einer vorangegangenen Analyse jedoch für Vitamin D und Jod fest. Bei Kleinkindern ist zusätzlich die Eisenzufuhr und bei Vorschulkindern die Kalziumzufuhr zu gering. Gesättigte Fettsäuren, Zucker und Proteine nehmen sie hingegen zu viel zu sich. „Es besteht Forschungsbedarf bei der Frage, ob die routinemäßige Vitamin-D-Supplementierung über das Säuglingsalter hinaus verlängert werden sollte“, sagt Dr. Stefan Storcksdieck genannt Bonsmann, kommissarischer Leiter des Instituts für Ernährungsverhalten am MRI und Co-Autor des Fachbeitrags. „Außerdem würde die Verwendung von Jodsalz anstelle von nicht-jodiertem Speisesalz zu einer verbesserten Jodzufuhr beitragen. Dies ist eine wichtige Information, nicht nur für die Eltern, sondern auch für die Lebensmittelindustrie.“

Insgesamt zeigen die Ergebnisse, dass sich ein ungünstiges Ernährungsverhalten bereits in einem sehr jungen Alter ausbilden kann. Es gibt Hinweise, dass gerade diese Zeit entscheidend für die Prävention ernährungsmitbedingter Erkrankungen ist. Deshalb sind Maßnahmen zur Förderung einer gesunden Ernährung und zur Reduzierung des Konsums ungesunder Lebensmittel in den ersten Lebensjahren von großer Bedeutung.

Originalpublikation:

Ergebnisse zum Lebensmittelverzehr und zur Energiezufuhr (vom 01.07.2024)

[www.frontiersin.org/journals/nutrition/articles/10.3389/fnut.2024.1335934](http://www.frontiersin.org/journals/nutrition/articles/10.3389/fnut.2024.1335934)

Ergebnisse zur Nährstoffzufuhr (vom 23.01.2024)

[www.frontiersin.org/journals/nutrition/articles/10.3389/fnut.2023.1302323](http://www.frontiersin.org/journals/nutrition/articles/10.3389/fnut.2023.1302323)



Weitere Informationen:

<http://KiESEL-Studie auf der Website des Bundesinstituts für Risikobewertung:>

<http://www.bfr.bund.de/de/kiesel-studie.html>

[http://Konzept der Optimierten Mischkost für Kinder und Jugendliche in Deutschland \(erschieden in: Aktuelle Ernährungsmedizin 42: 304-315, 2017\)](http://Konzept der Optimierten Mischkost für Kinder und Jugendliche in Deutschland (erschieden in: Aktuelle Ernährungsmedizin 42: 304-315, 2017))

<http://www.thieme-connect.de/products/ejournals/abstract/10.1055/s-0043-116499>

*Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news839273>.*

## **Zuviel Zucker und Fett schädigen die Lunge**

06.09.2024, Medizinische Hochschule Hannover

**R**auchen ist schlecht für die Lunge, das wissen die meisten Menschen. Weniger bekannt dürfte sein, dass auch mangelnde Bewegung und ungesunde Ernährung die Lunge schädigen und dauerhafte Beschwerden wie die chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD) oder Asthma fördern können. Das Projekt „Lifestyle factors in respiratory health and disease“ untersucht jetzt, welchen Einfluss Ernährung, Tabakrauch und Bewegung auf die Gesundheit der Lunge in verschiedenen Lebensphasen haben und wie sie das Zusammenspiel zwischen der Lunge und den übrigen Organen auf molekularer Ebene verändern. Beteiligt sind alle fünf Standorte des Deutschen Zentrums für Lungenforschung (DZL). Ein Team um Privatdozentin (PD) Dr. Julia Schipke, Wissenschaftlerin am Institut für Funktionelle und Angewandte Anatomie der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) und am DZL-Standort BREATH Hannover, beschäftigt sich dabei mit der Rolle von Ernährung und körperlicher Aktivität. Dabei wollen die Forschenden vor allem die Kommunikation zwischen dem Fettgewebe und der Lunge bei frühkindlicher und erwachsener Adipositas entschlüsseln. Das DZL fördert das Projekt mit insgesamt 760.000 Euro.

Im Fokus stehen Adipokine. Das ist eine Gruppe von Botenstoffen, die das Fettgewebe produziert und die zum Beispiel dem Gehirn signalisieren, wann wir satt sind. Sie werden zudem mit der Entwicklung und dem Fortschreiten von Adipositas-bezogenen Begleiterkrankungen wie Typ-2-Diabetes in Verbindung gebracht. Adipokine könnten aber auch das Lungengewebe und hier vor allem die in der Fachsprache Alveolen genannten Lungenbläschen beeinflussen. Die Alveolen sind ausgekleidet mit alveolaren Epithelzellen, von denen die Epithelzellen vom Typ 2 (AT2) das sogenannte Surfactant bilden. Diese Substanz verringert die Oberflächenspannung – etwa wie die waschaktiven Stoffe im Spülmittel die Oberflächenspannung von Wasser herabsetzen.

Dadurch können sich die Lungenbläschen problemlos auffalten und bleiben geöffnet, so dass der Gasaustausch zwischen Blut und Alveolen möglich ist und die Lunge gleichmäßig belüftet wird. „Zuviel Kohlenhydrate und Fett in der Nahrung verändern die Surfactant-Produktion und das Lipid-Gleichgewicht in den AT2-Zellen und sorgen dafür, dass sich die Gefäße in der Blut-Luft-Schranke verdicken und die Alveolarwände weniger elastisch sind, was den Gasaustausch erschwert“, erklärt PD Dr. Schipke.

Aus klinischen Studien ist bekannt, dass Geburtsgewicht und Ernährung das Risiko für eine beeinträchtigte Lungenfunktion im späteren Leben vorhersagen. In dem Projekt wollen PD Dr. Schipke und ihr Team nun im Mausmodell klären, welche Effekte eine ungesunde Ernährung mit viel Zucker und viel Fett in der frühen und der späten Lebensphase haben. „Einige Tiere werden dabei Zugang zu einem Laufrad haben, so dass wir auch testen können, ob und wie sich körperliche Aktivität eignet, um den schädlichen Auswirkungen auf die Lunge entgegenzuwirken“, sagt die Biologin.

Denn auch unsere Muskelzellen produzieren Botenstoffe, die sogenannten Myokine. Und die scheinen das Potenzial zu haben, die Lungengesundheit zu verbessern. Wie das genau geschieht, ist jedoch noch unklar.



„Wir wollen jetzt herausfinden, welche molekularen und strukturellen Veränderungen in der Lunge stattfinden und welche Botenstoffe diese Vorgänge im Einzelnen steuern“, sagt PD Dr. Schipke. Die im Mausmodell identifizierten Adipokine und Myokine wollen die Forschenden dann in Zellkulturen menschlicher Lungenzellen sowie Lungenschnitten aus explantierten Organen überprüfen. „Maus und Mensch sind in diesem Fall gut vergleichbar, weil sie ein ähnliches Surfactant-System haben und ihr Stoffwechsel auch ähnlich auf ungesunde Ernährung reagiert“, stellt die Wissenschaftlerin fest. So wollen die Forschenden neue Biomarker finden, welche die Atemwege und vor allem die Lungenalveolen beeinflussen. Die Ergebnisse könnten langfristig dafür sorgen, die Früherkennung von Lungenschäden durch Übergewicht zu verbessern und neue Behandlungsstrategien gegen die Veränderungen in der Lunge zu ermöglichen.

*Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news839292>.*

## **Fettstoffwechselstörungen bei Kindern: Nicht alle screenen, sondern die Richtigen**

26.08.2024, Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) hat im Auftrag des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) den Nutzen eines generellen laboranalytischen Lipidscreenings zur Früherkennung familiärer Hypercholesterinämie bei Kindern und Jugendlichen untersucht. Auf Basis der vorliegenden Studien kann kein Nutzen eines allgemeinen Screenings aller Kinder und Jugendlichen abgeleitet werden.

Allerdings zeigen die vorliegenden Daten, dass es grundsätzlich sinnvoll ist, Kinder und Jugendliche mit familiärer Hypercholesterinämie und hohem Risiko für frühzeitige Herzinfarkte und Schlaganfälle zu identifizieren.

Denn eine rechtzeitige Behandlung mit lipidsenkenden Statinen verringert das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in dieser besonders gefährdeten Gruppe. Daher empfiehlt das IQWiG, über die Einführung eines Kaskadenscreenings zu beraten. Ein solches Kaskadenscreening geht von Familienmitgliedern (insbesondere Eltern) aus, bei denen nach einem kardiovaskulären Ereignis oder im Rahmen von Gesundheitsuntersuchungen eine familiäre Hypercholesterinämie diagnostiziert wurde.

Die familiäre Hypercholesterinämie ist eine erblich bedingte, angeborene Fettstoffwechselstörung. Die betroffenen Personen haben bereits in der Kindheit erhöhte LDL-Cholesterin-Konzentrationen im Blut. Menschen mit einer familiären Hypercholesterinämie haben ein erhöhtes Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle, teilweise schon im jungen Erwachsenenalter.

Um das Risiko von kardiovaskulären Ereignissen zu verringern bzw. hinauszuzögern, können Kinder und Jugendliche mit bekannter familiärer Hypercholesterinämie bereits frühzeitig mit Statinen, also mit lipidsenkenden Medikamenten, behandelt werden.

Ein einheitliches Vorgehen zur Identifikation betroffener Kinder und Jugendlicher existiert in Deutschland aktuell nicht. Gesetzlich Krankenversicherte haben zwar ab 18 Jahren bei entsprechendem Risikoprofil, zum Beispiel einer positiven Familienanamnese, Anspruch auf ein Lipidprofil inklusive Bestimmung des LDL-Cholesterins. Derzeit wird jedoch die Einführung eines Screenings mittels einer Laboruntersuchung des Cholesterins bereits in jüngeren Jahren diskutiert, und zwar generell, also bei allen Kindern und Jugendlichen.

Ziel eines generellen Screenings auf familiäre Hypercholesterinämie ist die frühere Identifikation und dann auch Behandlung von betroffenen Kindern. Das IQWiG hat bei seiner weltweiten Recherche keine Studien gefunden, die ein solches Screening mit anschließender Behandlung bei allen Kindern und Jugendlichen untersuchten. Daher hat es nach Studien zur Vorverlagerung einer lipidsenkenden Therapie gesucht.



Zu der Frage, welchen Effekt eine frühe Gabe von Statinen tatsächlich hat, liegt die Studie einer niederländischen Arbeitsgruppe um Ilse Luirink vor.

In der 2019 veröffentlichten Luirink-Studie erhielten 214 Personen mit familiärer Hypercholesterinämie bereits ab durchschnittlich 14 Jahren Statine. 20 Jahre später hatte nur bei einer Person dieser Gruppe ein kardiovaskuläres Ereignis aufgetreten. Anders die Situation bei den Eltern dieser früh behandelten Kinder, bei denen zuvor ebenfalls eine familiäre Hypercholesterinämie diagnostiziert worden war: In dieser zeitlich versetzten Kontrollgruppe hatte etwa ein Viertel bis Ende 30 bereits einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall erlitten. Die 156 Mütter und Väter konnten vor ihrem 35. Lebensjahr keine Statine erhalten haben, weil diese erst seit 1988 verfügbar sind.

„Bemerkenswert ist, dass die Kinder trotz Statin-Behandlung nicht die in manchen Leitlinien empfohlenen LDL-Cholesterin-Zielwerte erreichten – und dennoch ohne kardiovaskuläres Ereignis blieben“, sagt Stefan Sauerland, Leiter des IQWiG Ressorts Nichtmedikamentöse Verfahren. „Somit stützen die Ergebnisse der Luirink-Studie für die Behandlung von Kindern und Jugendlichen nicht den Je-niedriger-desto-besser-Ansatz, der teilweise propagiert wird, sondern legen nahe, dass eine feste mittlere Dosis eines Statins als Standardtherapie für die kardiovaskuläre Protektion ausreicht.“

Allerdings sei zu bedenken, dass sich die Ergebnisse der Luirink-Studie nicht ohne zusätzliche Evidenz auf die Gesamtheit aller Kinder und Jugendlichen mit familiärer Hypercholesterinämie übertragen lassen, betont Sauerland und verweist darauf, dass die Probandinnen und Probanden eine selektierte Gruppe seien: „Es handelt sich um Kinder, die über ein Kaskadenscreening identifiziert wurden und von deren Eltern bereits ein erheblicher Teil kardiovaskuläres Ereignis hatte.“

„Die Alternative zu einem generellen Lipidscreening im Kindes- oder Jugendalter besteht aber nicht allein darin, kein Screening für diese Altersgruppe anzubieten“, erläutert Michaela Eikermann, stellvertretende Leiterin des IQWiG.

In Deutschland gebe es mit den Gesundheitsuntersuchungen bereits eine allgemein verfügbare Möglichkeit, auch schon junge Erwachsene mit familiärer Hypercholesterinämie zu identifizieren. „Hierüber sowie über bereits bekannte Erkrankungen könnten weitere betroffene Familienmitglieder gefunden und behandelt werden – insbesondere Kinder und Jugendliche.“

Dieser Ansatz, der als Kaskadenscreening bezeichnet wird, bietet im Vergleich zu einem generellen Screening den Vorteil, dass insbesondere schwerer verlaufende Subtypen der familiären Hypercholesterinämie identifiziert werden. Denn Personen, deren Familienangehörige von einer besonders frühen oder besonders schweren Symptomatik betroffen sind, erhalten eher medizinische Versorgung und sind daher einem Kaskadenscreening ohne zusätzliche Einladung zielgerichtet zugänglich. In ähnlicher Weise wäre auch die Therapie – auch dank erwartbar höherer Adhärenz – auf die besonders therapiebedürftigen Personen konzentriert.

„Die Identifikation von Kindern und Jugendlichen mit familiärer Hypercholesterinämie und einem hohen Risiko für einen Herzinfarkt ist sinnvoll, da eine frühzeitige Statintherapie das Risiko für kardiovaskuläre Ereignisse reduzieren kann“, resümiert IQWiG-Leiter Thomas Kaiser. „Wir schlagen deshalb vor, über die Einführung eines Kaskadenscreenings zu beraten, das bei betroffenen Familienmitgliedern, insbesondere den Eltern, beginnt.“ Dieser Ansatz sei bei den in der Luirink-Studie untersuchten Kindern erfolgreich gewesen. „Dabei sollte die Einführung eines Kaskadenscreenings unbedingt von einer zielgerichteten, pragmatischen und kosteneffizienten Evaluation begleitet werden.“ Teil dieser Evaluation müsse auch eine versorgungsnah vergleichende Studie sein, die die noch offene Forschungsfrage eines optimalen Zeitpunkts für den Beginn einer Statintherapie adressiert.

*Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news838650>.*





## Studie zur Krebsforschung in Nature veröffentlicht: Fasten verändert den Stoffwechsel in Krebszellen

22.08.2024, Universität Duisburg-Essen

Seit mehr als einem Jahrhundert zeigen Fastenkuren bei verschiedenen Organismen, einschließlich des Menschen, eine positive Wirkung auf die Gesundheit, die Lebensdauer und die Geweberegeneration. Jedoch sind die metabolischen Auswirkungen des Fastens und der anschließenden Nahrungsaufnahme auf die Tumorentstehung noch weitgehend unerforscht.

Wissenschaftler:innen der Medizinischen Fakultät der Universität Duisburg-Essen und des Massachusetts Institute of Technology/USA haben das genauer untersucht. Sie zeigen in ihrer kürzlich in Nature\* veröffentlichten Studie: Fasten verändert den Darm auf Stoffwechselebene – positiv und negativ.

„Wir konnten zeigen, dass das Wachstum von Darmstammzellen nach einer Fastenkur zunimmt. Dabei passen aber auch die Tumorstammzellen ihren Stoffwechsel sehr schnell an die neue Situation an“, erklärt Prof. Dr. Dr. Alpaslan Tasdogan, Professor für Tumormetabolismus in der Klinik für Dermatologie des Universitätsklinikums Essen. „Gleichzeitig wird auch ein Tumorsuppressor-Gen inaktiviert – ein Gen, das eigentlich dafür sorgen soll, dass Krebszellen schon im Entstehungsprozess bekämpft werden. Das ist ein eher ungünstiger Effekt.“

Tatsächlich konnten die Forschenden im Mausmodell beobachten, dass Tumore im Darm kurz nach der erneuten Nahrungsaufnahme häufiger auftreten. Diese Erkenntnis ist zunächst rein grundlagenwissenschaftlich, betonen die Autor:innen der Studie. „Als Krebspatient:in sollten Fastenkuren idealerweise im Vorfeld immer mit dem medizinischen Personal abgestimmt werden“, betonen die Autor:innen.

Die Ursache für die beobachteten Effekte liegt der Studie zufolge im Metabolismus (Stoffwechsel), genauer im Polyamin-Stoffwechsel. Polyamine sind Moleküle, die Zellen zum Überleben und zum Wachsen benötigen.

Sie entstehen beispielsweise beim Abbau von Aminosäuren im Körper und werden auch von Darmbakterien gebildet. Bei Krebserkrankungen ist der Polyamin-Stoffwechsel häufig gestört. Die Aktivierung dieses Stoffwechselwegs dient in Stammzellen dazu, die Regenerationsfähigkeit zu steigern – und bei Krebsvorläuferzellen erhöht es die Fähigkeit, Tumore wachsen zu lassen.

„Wir vermuten, dass der Polyamin-Stoffwechsel nicht nur bei Darmkrebs, sondern auch bei anderen Tumorerkrankungen eine Rolle spielt. Im Fokus steht der schwarze Hautkrebs während der Metastasierung.“

Wir erhoffen uns von dieser Arbeit weitere klinische Erkenntnisse, die uns helfen können, Patient:innen mit Krebs noch besser zu behandeln“, sagt Prof. Dr. Dr. Tasdogan.

*Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news838525>.*

## Nuss oder nix: Was wir von Wüstenrennmäusen über Entscheidungen lernen können

22.08.2024, MSB Medical School Berlin - Hochschule für Gesundheit und Medizin

Stellen Sie sich vor, Sie sind eine Wüstenrennmaus auf Nahrungssuche. Unter einem Strauch haben Sie fast alle Nüsse gefunden, doch neue werden rar. Am Horizont wartet ein weiterer Strauch – aber lohnt sich der Weg? Die Entscheidung, ob Sie bleiben oder weiterziehen, ist das "Exploration-Exploitation-Dilemma".

Genau dieser Frage widmete sich ein interdisziplinäres Forschungsteam von Wissenschaftler:innen der Otto-von-Guericke Universität Magdeburg, des Leibniz-Instituts für Neurobiologie Magdeburg und der MSB Medical School Berlin.



Die Studie untersucht das Entscheidungsverhalten von Menschen und Mongolischen Wüstenrennmäusen bei der Futtersuche.

"In Magdeburg haben wir eine längere Tradition darin, fast identische Experimente an Menschen und Nagern durchzuführen, um aus den zueinander komplementären Vorteilen beider Vorgehensweisen einen viel höheren Erkenntnisgewinn zu erzielen", erläutert Prof. Dr. Frank Ohl. Die Forscher:innen veröffentlichten ihre Ergebnisse in einer aktuellen Studie in der renommierten Fachzeitschrift *Communications Biology*.

Interessanterweise wechseln Wüstenrennmäuse früher zu neuen Nahrungsquellen als so mancher Mensch. Einige menschliche Proband:innen dagegen versuchen den maximalen Nutzen aus einer Ressource zu ziehen, bis sie vollständig aufgebraucht ist. Dies legt nahe, dass Menschen manchmal weniger effizient agieren, indem sie in Situationen verharren, in denen der Nutzen nicht mehr im Verhältnis zum Aufwand steht.

"Durch die Untersuchung bei Mensch und Tier erhoffen wir uns ein besseres Verständnis für die Prozesse der Aufmerksamkeitssteuerung", erklärt Prof. Dr. Max Happel, Co-Leiter der Studie. "Die Erkenntnisse könnten insbesondere bei der Behandlung von Erkrankungen wie Demenz helfen oder auch dabei, Menschen mit unterschiedlichen Aufmerksamkeitsprofilen aus einer neuen Perspektive betrachten."

Dr. Lasse Güldener, Erstautor der Studie, führt aus: „Die Befunde deuten darauf hin, dass wir Menschen uns in unserer Neigung unterscheiden, Neues zu probieren. In einer weiteren Studie konnten wir zeigen, dass diese individuellen Unterschiede mit einer unterschiedlichen Aktivierung von Hirnregionen, die die Aufmerksamkeit steuern, zusammenhängen.“

Die Tatsache, dass einige Menschen in der Studie dazu neigen, länger in einer weniger ertragreichen Umgebung zu verweilen als die Wüstenrennmäuse, wirft interessante Fragen zur Verhaltensökonomie auf.

Dieses Verhalten könnte darauf hindeuten, dass Menschen auch im täglichen Leben manchmal an ineffizienten Strategien festhalten – sei es in beruflichen Entscheidungen, in der persönlichen Lebensführung oder im Umgang mit Ressourcen.

Allerdings betont Dr. Güldener auch die potenziellen Vorteile unterschiedlicher Entscheidungsstrategien: "Bei ADHS-Betroffenen beobachten wir beispielsweise eine stärkere Neigung zur Exploration, was in dynamischen Umgebungen durchaus nützlich sein kann. Unsere Forschung trägt dazu bei, verschiedene Entscheidungsmuster aus einer ressourcenorientierten Perspektive zu betrachten."

*Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news838503>.*

### **PM NZFH: Neuer Online-Kurs zu Stillen und Ernährung im Säuglingsalter**

22.08.2024, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

**A**kteurinnen und Akteure in den Frühen Hilfen und anderen Fachkräften rund um die Geburt steht ab sofort der kostenlose Online-Kurs „Stillen ressourcenorientiert begleiten“ auf der Lernplattform Frühe Hilfen des Nationalen Zentrums Frühe Hilfen (NZFH) in der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zur Verfügung. Das E-Learning-Angebot unterstützt Fachkräfte bei der Begleitung von Schwangeren und Eltern zu den Themen Stillen und Säuglingsernährung. Der Kurs wurde vom NZFH in Zusammenarbeit mit dem Netzwerk Gesund ins Leben in der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) entwickelt und verbindet die Fachkompetenz der BLE zur Ernährungsbildung mit der Expertise des NZFH zur zielgruppengerechten Ansprache junger Familien in Belastungslagen.

Jörg Backes, Leiter des NZFH: „Der Online-Kurs leistet einen wertvollen Beitrag zur Förderung des Stillens. Wie wichtig Stillförderung ist, unterstreicht unsere Studie KiD 0-3 2022.“



Sie zeigt, dass Kinder, die gestillt wurden, nach Angaben von Pädaterinnen und Pädatern häufiger ‚sehr gesund‘ und altersgerecht entwickelt sind. Zugleich bietet der Online-Kurs umfassende Informationen zur sicheren und gesunden Flaschenfütterung, um allen Kindern einen optimalen Start ins Leben zu ermöglichen.“

Maria Flothkötter, Leiterin des Netzwerks Gesund ins Leben: „Fundierte Informationen sowie praktische Anleitung und Zuspruch durch Fachkräfte sind das A und O für eine erfolgreiche Stillzeit.

Das E-Learning vermittelt Fachkräften alltagsgerecht, wie sie Eltern motivierend, stigmasensibel und bindungsorientiert zu den Themen Stillen und Säuglingsernährung begleiten können. Die Inhalte basieren dabei auf abgestimmten Empfehlungen und Fachinhalten der Fachgesellschaften und Berufsgruppen unseres Netzwerks.“

In Deutschland beginnen immer mehr Frauen nach der Geburt zu stillen, ein Teil von ihnen stillt nur für kurze Zeit. Das zeigt die repräsentative Studie „Kinder in Deutschland 0-3“ (KiD 0-3 2022) des NZFH. Demnach lag die Stillquote 2022 in Deutschland bei 87 Prozent – ein Anstieg von 7 Prozentpunkten im Vergleich zu den Studiendaten von 2015. Gleichzeitig besteht zunehmender Bedarf an qualifizierter Unterstützung, da insbesondere Mütter in Armutslagen bereits nach kurzer Zeit abstillen und eine andere Form der Säuglingsernährung wählen. So werden 66 Prozent der Kinder aus Familien ohne Armutslage länger als drei Monate gestillt, aber lediglich 45 Prozent der Kinder aus Familien in Armut.

Der Online-Kurs „Stillen ressourcenorientiert begleiten“ ist in Zusammenarbeit des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) entstanden und wurde mit Mitteln der Bundesstiftung Frühe Hilfen des BMFSFJ gefördert. Der Online-Kurs steht zur Verfügung unter: <https://www.fruehehilfen.de/lernplattform>.

Ein Faktenblatt Stillen mit den wichtigsten Informationen und Daten der Studie „Kinder in Deutschland 0-3“ (KiD 0-3 2022) finden Sie unter: <https://www.fruehehilfen.de/service/publikationen/einzelansicht-publikationen/ti...>

*Hinweis: Dieser Artikel wurde von der Dr. Rainer Wild-Stiftung gekürzt und enthält unveränderte Auszüge aus dem Originalbeitrag. Der Originalbeitrag/Quelle ist zu finden unter <https://idw-online.de/de/news838501>.*

## HERAUSGEBER



### Dr. Rainer Wild-Stiftung

Mittelgewannweg 10

69123 Heidelberg

Tel: 06221 7511 -200

E-Mail: [info@gesunde-ernaehrung.org](mailto:info@gesunde-ernaehrung.org)

Web: [www.gesunde-ernaehrung.org](http://www.gesunde-ernaehrung.org)

[LinkedIn](#)

## INFORMATIONSQUELLE



### idw – Informationsdienst Wissenschaft

Web: <https://idw-online.de/de/>

© Dr. Rainer Wild-Stiftung, 2024