

Gattermig K, Widhalm K

Publiziert & Kommentiert: Kinder, Fisch, Allergien

Journal für Ernährungsmedizin 2013; 15 (3), 29

Homepage:

www.aerzteverlagshaus.at

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

MIT NACHRICHTEN DER



For personal use only.

Not to be reproduced without permission of Verlagshaus der Ärzte GmbH.

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig



Publiziert & Kommentiert

Magnusson J., Kull I., Rosenlund H. et al.: Fish consumption in infancy and development of allergic disease up to age 12 y, *Am J Clin Nutr* 2013; 97: 1324-1330

KINDER, FISCH & ALLERGIEN

Omega-3-Fettsäuren haben aufgrund ihres hohen immunologischen Potenzials einen günstigen Einfluss auf das Risiko für allergische Erkrankungen. So können Supplemente mit Omega-3-Fettsäuren während der Schwangerschaft zu immunologischen Veränderungen führen, die auch auf den Fötus übertragen werden und das Risiko für allergische Erkrankungen in den ersten Lebensjahren reduzieren können. Es gibt Hinweise darauf, dass ein regelmäßiger Fischkonsum im Säuglingsalter mit einem reduzierten Risiko für allergische Erkrankungen im Kindesalter assoziiert ist. Die wissenschaftlichen Daten dazu fehlen allerdings, und es ist nicht bekannt, ob dieser Effekt auch im Alter bestehen bleibt. Ziel der vorliegenden Studie war es, den Zeitpunkt der ersten Einführung von Fisch mit der Häufigkeit des Auftretens allergischer Reaktionen wie Ausschläge, Asthma, Schnupfen oder Keuchhusten im Kindesalter zu vergleichen.

STUDIENDESIGN

Es handelt sich um eine Langzeitstudie mit 3.285 Neugeborenen in Schweden. Zu-

nächst wurden Einflussfaktoren wie familiäre Belastung, sozioökonomischer Status und demografische Daten erhoben. Es wurden dafür 2 Fragebögen an die Eltern verteilt, als die Kinder 2 Monate alt waren. Im Alter von 1, 2, 4 und 8 Jahren wurde jeweils ein weiterer Fragebogen verteilt. Diese Fragebögen behandelten vor allem Themen wie die Einführung von Fisch in die Ernährung der Kinder und das Auftreten von allergischen Reaktionen wie Husten, Schnupfen, Ausschläge oder Asthma. Im Alter von 12 Jahren wurde den Eltern dann ein weiterer Fragebogen dazu ausgehändigt.

In erster Linie wurde die Häufigkeit des Fischkonsums erfragt. Im 1. Lebensjahr wurde diese definiert als „1 mal pro Monat“, „2- bis 3mal pro Monat“, „1mal pro Woche“ oder „>1mal pro Woche“. Ab dem

eine statistische Auswertung der Fischeaufnahme im ersten Lebensjahr mit spezifischen Gesundheits-Outcomes in der Kindheit.

ERGEBNISSE

Erhoben wurden die Daten von 3.285 Kindern. Das Durchschnittsalter bei der Einführung von Fisch war 8,3 Monate (+/- 2,3 Monate). Mit 1 Jahr haben bereits 80% der Kinder regelmäßig (> 2mal im Monat) Fisch gegessen (durchschnittlich 1mal pro Woche). Allergische Erkrankungen der Eltern sowie ein frühes Auftreten allergischer Symptome der Kinder verzögerten in den meisten Fällen das Einführen von Fisch und führten zu einer generell reduzierten Fischeaufnahme. Auch die Prävalenz und Inzidenz für allergische Reaktionen wie Schnupfen, Husten, Asthma und Ausschläge wurde ermittelt. Kinder, die vor dem 1. Lebensjahr Fisch konsumiert haben, hatten eine geringere Prävalenz für Asthma, Hautausschläge und Schnupfen bis zum 12. Lebensjahr. Das reduzierte Risiko war dabei stark dosisabhängig. Im 2. Lebensjahr zeigte sich ein protektiver Effekt einer wöchentlichen Fischeaufnahme im 1. Lebensjahr. Ein regelmäßiger Fischverzehr im Kleinkindalter war mit einem verringerten Risiko für IgE-assoziiertes Asthma, Husten und Hautausschläge im 8. Lebensjahr assoziiert.

Conclusio

Diese Studie mit 3.285 schwedischen Kindern kam zum Ergebnis, dass ein regelmäßiger Fischkonsum in den ersten Lebensjahren das Risiko für allergische Erkrankungen bis zum 12. Lebensjahr verringern kann. Fraglich ist allerdings, ob dieser Effekt nach dem 12. Lebensjahr bestehen bleibt.

In Schweden gilt Fisch als äußerst gesundes Lebensmittel. Die Empfehlung liegt bei 2 bis 3 Mal pro Woche. Regelmäßiger Fischverzehr sollte Teil eines gesunden Lebensstils sein. Es ist bewiesen, dass vor allem die enthaltenen Omega-3-Fettsäuren vor allergischen Erkrankungen schützen können.

Regelmäßiger Fischkonsum kann aufgrund der enthaltenen Omega-3-Fettsäuren das Risiko allergischer Erkrankungen verringern.

8. Lebensjahr wurden mittels FFQ (Food Frequency Questionnaire) auch konkrete Vorlieben für diverse Fischarten erfragt. Alle gesundheitlichen Auswirkungen des Fischverzehr wurden über die elterlichen Fragebögen erfragt. Nur die Sensibilisierung wurde zusätzlich über Blutanalysen im Alter von 8 Jahren festgestellt. Es erfolgte

ÖAIE, Mag. Karin Gatterinig, Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm