

Zufütterung – Muttermilch, Frauenmilch, Formulanahrung- welche Wahl haben wir?

Seit der Veröffentlichung der neuen AWMF Leitlinie für Allergieprävention 2022 wird über die Wahl der Nahrung zur Zufütterung bei gesunden Neugeborenen viel diskutiert. Das Handentleerte Kolostrum oder die abgepumpte Muttermilch sind ganz klar die besten Optionen. Wenn Kolostrum/ Muttermilch nicht ausreichen oder nicht vorhanden sind, ist Spendermilch die zweite Wahl. Dabei sind Humanmilchbanken eine wertvolle Unterstützung. Humanmilchbanken sollten an öffentliche Krankenhäuser angebunden sein, um eine optimale und eine nicht - gewinnorientierte Verteilung sicherzustellen. Erst die dritte Option ist die Zufütterung mit Formulanahrung.

Es gilt die klare WHO-Empfehlung zum ausschließlichen Stillen für die ersten 6 Monate, anschließend der Beginn mit der Beikosteführung, weiter Stillen bis zum 2. Lebensjahr und darüber hinaus. Ausschließliches Stillen bedeutet, dass keine weiteren Nahrungen oder Flüssigkeiten, inklusive Wasser, in Ergänzung zum Stillen verabreicht werden dürfen. Eine Ausnahme stellt die Verabreichung von Vitamin- und Mineralstoffgabe und Medikamenten dar. Jede Zugabe von Nahrungen oder Flüssigkeiten, egal ob Spendermilch, Formulanahrung, Glucoselösungen oder Energiesupplemente zusätzlich zum Stillen, fällt unter den Begriff **Zufütterung**.

Jedes Zufüttern muss gründlich überlegt werden, das Überprüfen des Stillmanagements (Stillfrequenz, Anlegen, etc.) hat hier erste Priorität. Eltern sollen über die Entscheidung der Zufütterung gut aufgeklärt werden und auch nach der Entlassung weitergehend ambulant betreut werden.

Auch regelmäßige Schulungen von Fachpersonal gehören forciert, da u.a. das Wissen über die physiologische Gewichtsabnahme, die Trinkmenge und Magengröße eines Säuglings in den ersten Lebenstagen essentiell sind, um eine frühzeitige, unbegründete Zufütterung zu vermeiden und das ausschließliche Stillen zu schützen.

Die ersten 1000 Tage im Leben eines Menschen sind ein bedeutendes Zeitfenster für eine gesunde Entwicklung. Hier findet die frühkindliche epigenetische Prägung statt. Die optimale Versorgung und bestmögliche Zusammensetzung der Ernährung haben einen wesentlichen Einfluss auf die spätere Gesundheit. Stillen und Muttermilchernährung bieten diese Voraussetzungen. Deshalb wäre es wünschenswert, dass jedem Früh- und Neugeborenen das wertvolle Kolostrum und die Muttermilch zu Teil wird.

Gerade bei Frühgeborenen ist eine Muttermilch- /Frauenmilchernährung essentiell für das Aufholwachstum und ihre optimale Entwicklung. Hier haben Frauenmilchbanken eine noch größere Bedeutung, um auch den Kleinsten die überwiegenden Vorteile einer Humanmilchernährung zuteil kommen lassen. Muttermilch ist für diese Gruppe ein essentielles Medikament. Dennoch ist eine alleinige Muttermilchernährung aufgrund der erhöhten Energie- und Nährstoffbedarfs nicht immer möglich. Die Muttermilch muss angereichert werden. Hierzu gibt es die Möglichkeit einer standardisierten Anreicherung mit boviden oder humanen Fortifier. Dem gegenüber steht die individuelle Fortifizierung. Hierbei wird der Nährstoff- und Proteingehalt der Muttermilch oder Frauenmilch bestimmt, aufgrund dessen erfolgt die anschließende Anreicherung mit den benötigten Supplementen. Die Datenlage hierzu ist aussichtsreich, aber noch unzureichend.