Im Fokus: ADHS

Modediagnose oder unterschätzte Krankheit? Fakt ist: Die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) nimmt Kindern die Fähigkeit zur Selbststeuerung. Worauf es bei der Wahl der richtigen Therapie ankommt.

Seite 6

Seltene Netzhauterkrankungen

Erblich bedingte Netzhauterkrankungen können bis zur Erblindung führen. Aufschluss über einen möglichen Gendefekt liefert eine genetische Untersuchung. Über Ablauf und Konsequenzen berichtet ein Experte für Humangenetik.

Seite 10

Krankenversicherung fürs Kind

Gesetzlich oder privat: Wo muss das Kind angemeldet werden? Was lohnt sich mehr? Und wem ist der Weg in die beitragsfreie Familienversicherung versperrt? Die wichtigsten Antworten zum Thema „Rundum gut versichert".

Seite 14

Gesundheit unserer Kinder

HiPP
Das Beste aus der Natur.
Das Beste für die Natur.
Wo Bio aufhört,
geht HiPP weiter.
bioweitergedacht.de
Weiterzugehen als Bio heißt für uns
mehr zu tun als das EU-Bio-Logo verlangt
+ Über 60 Jahre Bio Erfahrung
+ Artgerechte Tierhaltung nach strengen HiPP Richtlinien
+ Forschung zum Erhalt der Arten und Förderung der biologischen Vielfalt
+ Strengere Grenzwerte als das Gesetz vorgibt
+ Mehr als 260 Kontrollen pro Glas
+ Klimaneutrale Produktion der Gläschen
Dafür stehe ich mit meinem Namen.
HiPP
Erdbeere
mit Himbeere
in Apfel
Dafür bürge ich
BIO
STEFAN HIPP

GRUSSWORT

Auf der Wunschliste ganz oben

Was gibt es Schöneres, als die eigenen Kinder lachen zu sehen, sie dabei zu beobachten, wie sie mit einer üppigen Portion Neugier mutig die Welt entdecken und vor allem zu wissen, dass es ihnen gut geht. Die Gesundheit der Kinder steht für Väter und Mütter über allem. Das zeigt auch eine Umfrage im Auftrag des Versicherers LV 1871 zum Weltkindertag im September 2019: Mit 81 Prozent an erster Stelle der Wünsche von Eltern steht die Gesundheit ihrer Kinder – gefolgt von Glück beziehungsweise Zufriedenheit mit 62 Prozent. Dementsprechend groß ist die Sorge, wenn sich die Kleinen nicht gut fühlen, sei es körperlich oder seelisch. Grundsätzlich gilt: erst einmal einen kühlen Kopf bewahren. Das gelingt jenen Eltern am besten, die informiert sind und zum Beispiel Symptome richtig einordnen können und wissen, wann es Zeit für einen Besuch beim Kinderarzt ist. Mit unserem Ratgeber rund um die Gesundheit Ihrer Kinder unterstützen wir Sie dabei. Viel Spaß beim Lesen!

Nadine Effert
Chefredakteurin

INHALTSVERZEICHNIS

LEITARTIKEL Guter Rat, gar nicht teuer — 4

ADHS **Dauerzustand innere Unruhe — 6**

AUTISMUS Das Gehirn auf Abwegen — 7

SELTENE KRANKHEITEN Wenn Beschwerden für Fragezeichen sorgen — 8

ERBLICHE NETZHAUTERKRANKUNGEN **„Eine frühe, genaue Diagnose ist wichtig" — 10**

SKOLIOSE Die vielen Gesichter eines krummen Rückens — 12

KRANKENVERSICHERUNG **Der richtige Schutz für Ihr Kind — 14**

BABYNAHRUNG Muttermilch: unschlagbar gesund — 16

BABYSCHALEN Die Kleinsten sicher transportiert — 18

Das Papier der Publikation, die im aufgeführten Trägermedium erschienen ist, stammt aus verantwortungsvollen Quellen. B.A.U.M.

Guter Rat, gar nicht teuer

LEITARTIKEL | VON NADINE EFFERT

Das größte Glück für Eltern ist ein gesundes Kind.

iStock/LeManna

Rund elf Millionen Kinder unter 14 Jahren leben in Deutschland. Laut einer Studie geht es dem Gros gesundheitlich gut. Da Kinder oft nicht wissen, was ihnen gut tut, sind Mutter und Vater in der Pflicht. Eltern sollten wissen: Sie legen sehr früh den Grundstein für die Gesundheit ihrer Sprösslinge.

Wie geht es eigentlich unseren Kindern? Das können Eltern natürlich selbst am besten beantworten, wenn es um den eigenen Nachwuchs geht. Jedoch ist das Wohlbefinden der Kleinen auch insgesamt betrachtet immer wieder von großem Interesse. Schließlich lassen sich aus Studien, repräsentativen Umfragen und Co. nützliche Informationen gewinnen und gesundheitsrelevante Schlüsse ziehen. Welche, das zeigt zum Beispiel die aktuellste AOK-Familienstudie. Direkt eine gute Nachricht vorweg: Dem Gros des deutschen Nachwuchses geht es gut. Mehr als die Hälfte der Eltern bewertet den allgemeinen Gesundheitszustand ihrer Kinder als „sehr gut", weitere 33 Prozent als „gut".

Psychische Probleme häufiger

Die Befragten wurden auch gebeten anzugeben, wie oft bestimmte Beschwerden in den letzten sechs Monaten vor der Umfrage bei ihrem Kind aufgetreten sind. Das Gute: Die Mehrheit hatte selten oder nie körperliche Beschwerden. Jede zehnte Familie berichtet jedoch, dass ihre Tochter oder ihr Sohn fast jede Woche oder häufiger Bauchschmerzen hat. Insgesamt hatten rund 16 Prozent der Kinder mindestens eines der körperlichen Symptome wie Kopf-, Bauch- oder Rückenschmerzen fast jede Woche oder häufiger. Öfter als mit körperlichen hatten sie mit psychischen oder psychosomatischen Problemen zu kämpfen. Spitzenreiter sind schlechte Laune und Gereiztheit sowie Einschlafprobleme.

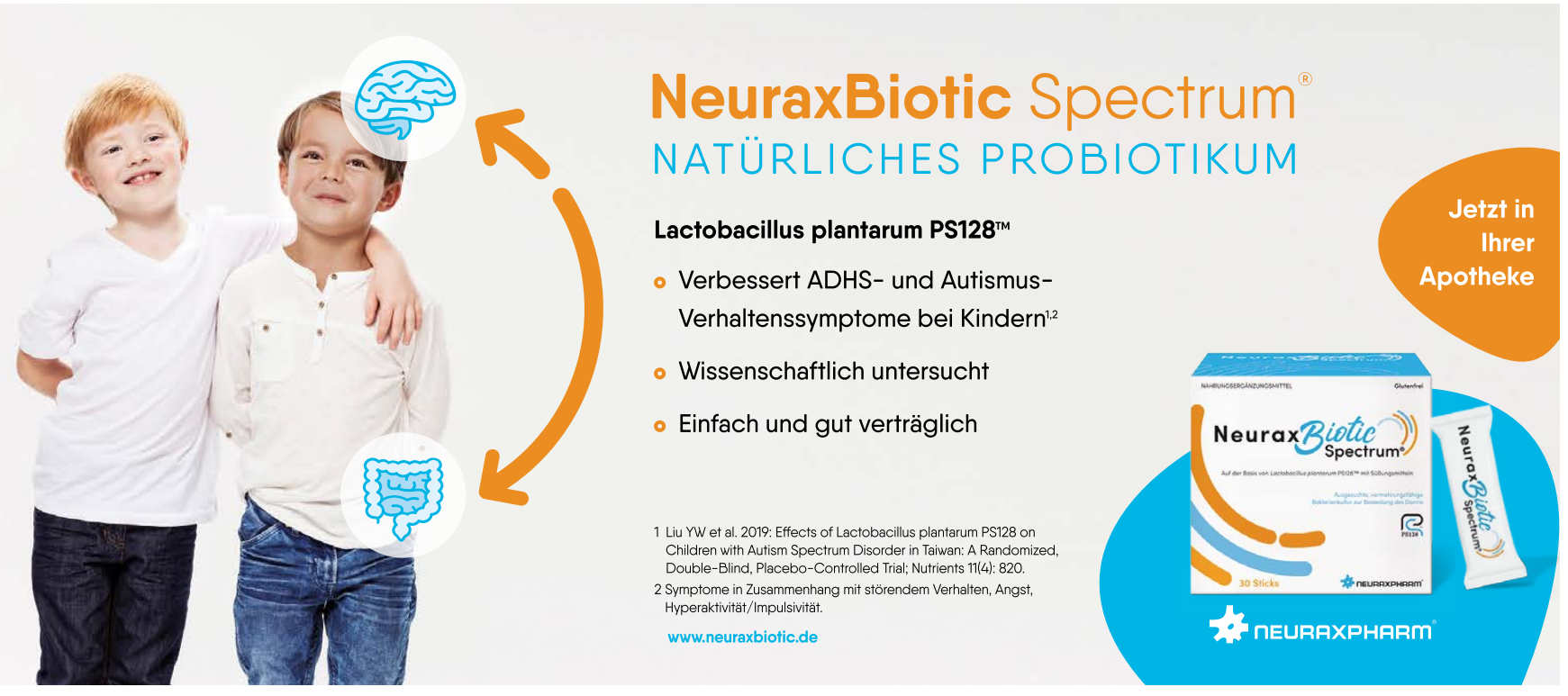
Angemessen reagieren

Fest steht: Das Kindes- und Jugendalter ist geprägt durch eine Reihe verschiedener Entwicklungsphasen mit jeweils eigenen Rahmenbedingungen für Wohlbefinden, körperliche und geistige Gesundheit sowie Erkrankungsrisiken. Als Eltern begleitet man jede dieser Phasen, die vor allem beim ersten Kind häufig mit Unsicherheiten einhergehen, da sie nicht wissen, wie sie das Verhalten und den Zustand des Knirpses einschätzen sollen: Handelt es sich beim Fieber um eine Begleiterscheinung eines harmlosen Infektes oder ist es Symptom einer Lungenentzündung? Haben die Bauchschmerzen mit der Ernährung zu tun oder steckt ein Magen-Darm-Infekt dahinter? Verhält sich mein Sohn einfach nur anders im sozialen Umgang mit Mitmenschen oder leidet er an Autismus? Diese Fragen müssen Eltern nicht beantworten können, schließlich sind die meisten von ihnen keine (Kinder-)Ärzte. Was sie allerdings können: sich in Achtsamkeit für ihre Sprösslinge üben und ein wachsames Auge auf ihre Gesundheit haben, denn die Kleinen wissen noch nicht, was ihnen gut tut und was nicht. Und scheinbar auch längst nicht alle Eltern. Beispiel: Jedes fünfte Kind in Deutschland ist übergewichtig. Eltern riskieren somit nicht nur Hänseleien ihres Kindes, sondern auch, dass es bereits in jungen Jahren mit den möglichen Folgen wie Diabetes und Bluthochdruck konfrontiert wird.

Große Verantwortung von Beginn an

Zu wenig Bewegung und schlechte Essgewohnheiten sind Hauptursachen für Übergewicht. ▷▷

Anzeige



▷▷ Laut Studien werden Kinder mit hoher Wahrscheinlichkeit dick, wenn ihre Eltern auch übergewichtig sind. Umgekehrt entpuppen sich Mädchen und Jungs selten als Sportmuffel, wenn Mutter und Vater sich auf Trab halten. Auch heißt es, dass der Nachwuchs von Rauchern oft selbst in späteren Lebensjahren zu Rauchern wird. Diese Beispiele zeigen: Eltern sind für die Entwicklung ihrer Kinder verantwortlich und haben eine Vorbildfunktion. Der Einfluss beginnt bereits während der Schwangerschaft, denn schon im Mutterleib wird das Ungeborene in seiner Entwicklung geprägt – positiv als auch negativ. Während eine gesunde, ausgewogene Ernährung der Mama in spe gut für das Baby ist, kann sich anhaltender Stress negativ auf den Fötus auswirken, was sich später beispielsweise durch Konzentrationsschwierigkeiten beim Kind zeigen kann. Nach der Geburt ist Geborgenheit das A und O – und Stillen. Denn Muttermilch ist nicht nur gut verdaulich, sondern auch so zusammengesetzt, dass sie im ersten Lebenshalbjahr den Bedarf an Nährstoffen und Flüssigkeit ideal abdeckt. Eine gut informierte Mutter weiß das natürlich.

Ärztlicher Rat ist wichtig

Was die häufigsten Erkrankungen bei Kindern anbelangt, können Informationen zwar keine ärztliche Beratung ersetzen, sie können aber hilfreich sein, Anzeichen für eine Krankheit möglichst früh zu erkennen und angemessen darauf zu reagieren. Mit der Zeit entwickeln Eltern zudem ein immer besseres Gespür dafür, ob es ihrem Sprössling ernsthaft nicht gut geht oder es sich um ein Wehwehchen handelt, welches schnell mit dem Sortiment der Hausapotheke in den Griff zu bekommen ist, oder ob der Nachwuchs schlichtweg einfach mal einen schlechten Tag hat. Im Zweifelsfall gilt: lieber einmal zu viel als einmal zu wenig einen Arzt konsultieren – und sei es auch nur telefonisch. ❑

Kinder-Hausapotheke

Eine gut ausgestattete Kinder-Apotheke beinhaltet:

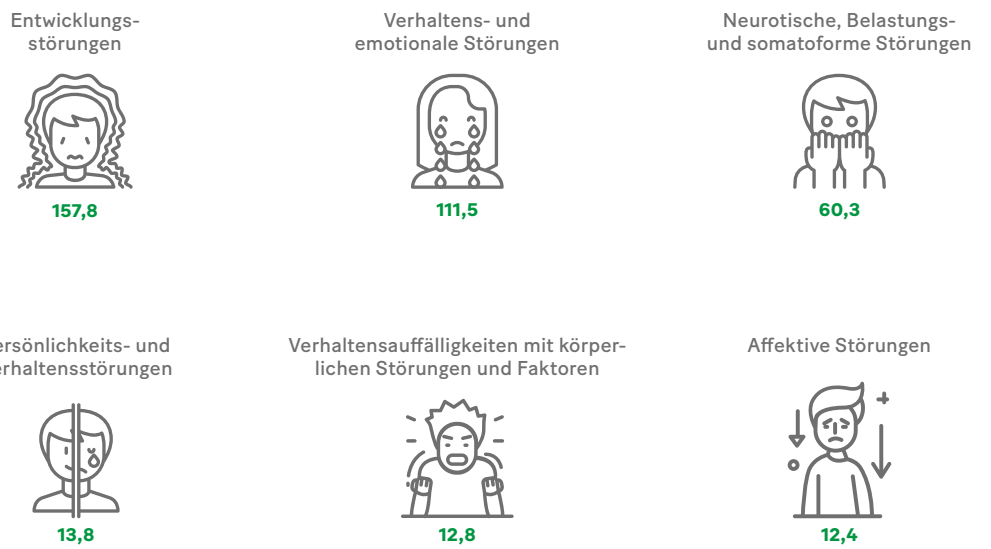
Verbandsmaterial und Hilfsmittel
- Digitales Fieberthermometer – rektale Messung
- Hautdesinfektionsmittel, sterile Lagen, Pflaster, Elastomull, Brandwundauflage, Dreiecks-tuch, Verbandsschere, Pinzette
- Wärmflasche
- Taschenlampe – zum Beispiel zur Pupillenkontrolle nach Kopfverletzungen

Medikamente
- Wund- und Heilsalbe
- Zäpfchen beziehungsweise Saft gegen Schmerzen und Fieber – Paracetamol oder Ibuprofen
- abschwellende Nasentropfen
- weiche Zinkoxidsalbe gegen Hautausschlag oder wunden Po
- Einfache Tees wie Kamillen- oder Salbeitee

Wichtig ist, dass die kleine Hausapotheke für Kinder unzugänglich ist. Am besten bringt man sie in einem abschließbaren Schrank unter, der sich außerhalb der Reichweite von Kindern befindet.

Quelle: www.kinderaerzte-im-netz.de/erste-hilfe/hausapotheke

Häufigkeit von psychischen Krankheiten und Verhaltensstörungen unter Kindern und Jugendlichen in Deutschland im Jahr 2017
Fälle je 1.000

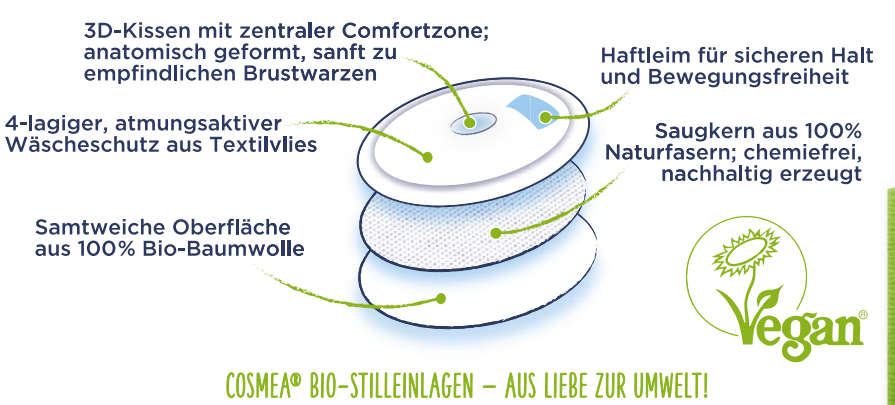


Quelle: DAK, 2019

Anzeige

COSMEA®

Für Mama und Baby



COSMEA® BIO-STILLEINLAGEN – AUS LIEBE ZUR UMWELT!

MADE IN GERMANY

www.cosmea.de

Dauerzustand innere Unruhe

ADHS | VON TOBIAS LEMSER

Ständige Reizüberflutung und eine schlechte Konzentrationsfähigkeit sind die markanten Merkmale von ADHS – eine der häufigsten psychischen Auffälligkeiten bei Kindern. Doch wie kommt es überhaupt dazu und wie gelingt es, wieder mehr Ordnung in das „Chaos im Kopf" zu bringen?

Nie zuvor haben Eltern schulpflichtiger Kinder so viele Erkenntnisse über deren Lernverhalten gewonnen wie zuletzt beim Homeschooling in der Corona-Krise: Vielen wurde erst da so richtig klar, wie viel Geduld und pädagogisches Wissen Lehrer tagtäglich aufbringen müssen – vor allem dann, wenn eine ADHS-Problematik vorliegt.

Charakteristische Anzeichen

Doch wann ist von einer Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung die Rede? ADHS bezeichnet eine Verhaltensstörung, die durch einen übersteigerten Bewegungsdrang, eine gestörte Konzentrationsfähigkeit und Impulsivität gekennzeichnet ist – eine Erkrankung, mit der auch so mancher Prominente leben muss, sei es der Medizinjournalist Eckart von Hirschhausen oder Sänger Justin Timberlake. Zurückzuführen ist ADHS vor allem auf die Gene. Da die Nervenzellen im Gehirn nur unzureichend mit dem Botenstoff Dopamin versorgt werden, kommt es zu einer gestörten Informationsweitergabe. Reize werden schlecht gefiltert, was wiederum zu einer Reizüberflutung und letztlich zu innerer Unruhe führt. Laut Schätzungen haben bundesweit rund fünf Prozent der Kinder und Jugendlichen im Alter von drei bis 17 Jahren ADHS. In der Regel sind Jungen davon betroffen. Anders bei ADS, das für Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom steht: Vor allem Mädchen leiden unter dieser Erkrankung, für die in erster Linie fehlende Konzentration charakteristisch ist. Da diese Kinder zumeist als „Träumer" abgetan werden, wird die Erkrankung zunächst oft übersehen.

Alternativen zur chemischen Keule

Problem insbesondere bei ADHS: Viele Eltern beugen sich irgendwann dem Druck der Schule und Mitschüler und stimmen der Gabe von Psychopharmaka zu – mit teils erheblichen Risiken, sowohl für Wesensveränderungen und Wachstumsstörungen als auch für Schlaflosigkeit und Depressionen. Ganz abzusehen von den Folgen bei Absetzen dieser Medikamente. Experten sprechen dann von sogenannten Rebound-Effekten, die ein monatelanges „Ausschleichen" der Medikamente notwendig machen. Alternativ dazu ist es besser, zunächst zu Nahrungsergänzungsmitteln etwa mit Omega-3-Fetten zu greifen. In einer Ende 2019 veröffentlichten Studie haben Forscher aus London und Taiwan herausgefunden, dass sich ADHS-Kinder nach zwölfwöchiger Einnahme dieser Präparate aufmerksamer und weniger impulsiv verhielten.

Psychopharmaka können erhebliche Neben- und Wechselwirkungen mit sich bringen.

Aber auch eine ganz allgemein optimierte Ernährung in Form von weniger Zusatzstoffen und Zucker ist wichtig, genauso wie Sport und Entspannung. Während gerade Individualsportarten dafür sorgen, sich frei zu entfalten und Energie abzubauen, kann Musik helfen, in einen ruhigen, erholsamen Schlaf zu finden. ❑

Gesundheitsfachkräfte empfehlen LTO3 bei ADHS/ADS

Ob ADHS, ADS, Konzentrationsstörungen, Ängste – sie werden allzu oft und schnell mit risikobehafteten Psychopharmaka behandelt. Aufgrund der teils massiven Nebenwirkungen empfehlen immer mehr Ärzte und Therapeuten LTO3 als natürliche Alternative, die bereits seit 2005 in vielen Ländern sehr erfolgreich eingesetzt wird. Die betroffenen Eltern sind dabei zumeist überrascht von dessen äußerst hoher Wirksamkeit und Verträglichkeit. Eine Gruppe von Gesundheitsexperten berichtet über ihre Erfahrungen mit LTO3.

Konzentration und Ausgeglichenheit sind wichtig für ein glückliches Familienleben.

Welche Vorteile hat LTO3?
Scarlett Kooijmans (Psychologin und Behandlungsleiterin am Institut für ADHS): Innerhalb der üblichen Medikamente gibt es eine Gruppe mit Nebenwirkungen und einem Rebound-Effekt, was ich bei diesem Naturprodukt nicht zu berücksichtigen habe.

Was ist LTO3?
Dr. Monique Apon-Lim (Apothekerin): LTO3 ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit L-Theanin, Omega-3/-6 und Helmkraut. Diese Substanzen haben unter anderem eine Wirkung auf Konzentrationsstörungen und die Stimmung und generieren zudem einen gegenseitigen synergetischen Effekt: Sie verstärken ihre jeweilige Wirkung. Sie sorgen dafür, dass das Ungleichgewicht der Neurotransmitter behoben wird. Die Leitung der Impulse im Gehirn wird verbessert.

Welche Erfahrungen haben Sie mit LTO3 gemacht?
Dr. Sander Feith (Kinderarzt bei einem unabhängigen Behandlungszentrum für ADHS mit drei Standorten): Am häufigsten sind die Verbesserung des Konzentrationsvermögens und die Abnahme der motorischen Unruhe. Andere Effekte sind eine größere Entspannung, ein verbessertes allgemeines Wohlbefinden und ein besserer Schlaf. LTO3 Verwender sind oft auch fröhlicher. Darüber hinaus zeigt meine Erfahrung, dass die Eltern sehr glücklich mit dieser Alternative sind, weil es sich um ein Naturprodukt handelt und keine signifikanten Nebenwirkungen bekannt sind. Es funktioniert sowohl bei Kindern als auch Erwachsenen und bietet somit eine wichtige Erweiterung der Behandlungsmöglichkeiten bei ADHS.

Dr. M. Apon-Lim: LTO3 Verwender hatten vorher Probleme mit Konzentration, Hyperaktivität, Angstzuständen, Schlafstörungen, aber wir kennen auch Menschen mit depressiven Beschwerden, die davon profitiert haben. Es hat einen positiven Effekt auf die Stimmung. Viele Menschen empfinden es positiv und es ist bereits für Kinder ab drei Jahren geeignet.

S. Kooijmans: Kinder sind besser geschützt gegen Reize von außen und können besser in ihrem Verhalten korrigiert werden. Sie können in der Klasse besser am Unterricht teilnehmen. Sie sind weniger reizbar. Verwender empfinden weniger Stress, sind weniger ängstlich gegenüber Dingen, machen sich weniger Sorgen, sind weniger impulsiv und explosiv. Sie sind ruhiger und entspannter. Sie funktionieren besser in der Schule, zu Hause, bei der Arbeit und im Freundeskreis. Dieses hat einen enorm positiven Einfluss auf ihre gesamte Lebensqualität.

www.smartvital.eu
www.lto3.info

Das Gehirn auf Abwegen

AUTISMUS | VON TOBIAS LEMSER

Viele Eltern fühlen sich bei der Diagnose Autismus verunsichert und überfordert – zu komplex die Erkrankung und angesichts der verschiedenen Unterformen nicht immer leicht einzuordnen. Doch welche Symptome sprechen überhaupt für die tiefgreifende Entwicklungsstörung und wie kann es dazu kommen?

Dass sich Leon in bestimmten Situationen anders verhält als die anderen Kindergartenkinder wurde schnell deutlich. Der Vierjährige vermeidet häufig Blick- und Körperkontakt, spielt nicht mit den Gleichaltrigen und wiederholt immer wieder bestimmte Bewegungen. Nach einer eingehenden Untersuchung beim Kinderarzt und -psychiater steht schließlich die Diagnose fest: Autismus. Nicht immer sind die Anzeichen dafür jedoch so klar. Denn häufig gibt es kein einheitliches Symptombild – zu unterschiedlich die Beschwerden, die in ihrer Ausprägung variieren können. Was die meisten Autisten jedoch eint: Sie haben zumeist eine beeinträchtigte soziale Interaktion sowie Kommunikation und Sprache. Auch zeigen sich oftmals stereotype Verhaltensweisen und Interessen.

Von 1.000 Kindern leiden etwa sechs bis sieben unter Autismus.

Definition und Häufigkeit

Doch was ist eine autistische Störung überhaupt genau? Fest steht: Autismus ist eine komplexe Entwicklungsstörung des Gehirns, die neuronale und psychische Veränderungen in der Gehirnentwicklung umfasst. Generell werden die Unterformen frühkindlicher Autismus, Asperger-Syndrom und atypischer Autismus unterschieden. Da diese Formen jedoch nicht trennscharf zu unterscheiden sind, ist in der Regel von einer Autismus-Spektrum-Störung die Rede. Nach Angaben des Bundesverbandes Autismus Deutschland e. V. leiden von 1.000 Kindern etwa sechs bis sieben darunter.

Keine erhöhte Gefahr durch Impfungen

Experten gehen davon aus, dass bei Autisten vor allem Hirnschädigungen und Hirnfunktionsstörungen eine übergeordnete Rolle spielen. Entsprechende Hinweise haben Wissenschaftler bei rund 60 Prozent der autistischen Kinder finden können. Aber auch genetische Faktoren scheinen eine besondere Rolle zu spielen. Vergleichsweise häufig Auslöser sind zudem Geburtskomplikationen, wie etwa Sauerstoffmangel. Widerlegt ist dagegen die Hypothese, Schutzimpfungen gegen Masern, Röteln oder Mumps könnten mit einem erhöhten Risiko für Autismus einhergehen. Zu dieser Erkenntnis kam jüngst ein internationales Forscherteam um den italienischen Epidemiologen Dr. Di Pietrantoni. Die Überprüfung der Ergebnisse aus zwei Studien mit knapp 1,2 Millionen Teilnehmern zeigte keinen Unterschied der Autismus-Diagnosen bei geimpften und ungeimpften Kindern.

Verschiedenen Therapieansätze

Auch wenn Autismus bislang unheilbar ist und die Störungen Betroffene lebenslang in ihrem Sozialleben beeinflussen, gibt es inzwischen verschiedene Therapien, die helfen, ihre Entwicklung zu fördern und eingefahrene Verhaltensweisen abzubauen – sei es in Form von Ergotherapie, Sprachtraining oder neuerdings sogar mit Psychobiotika. Das sind lebende Bakterien, die einen positiven Einfluss auf die Psyche haben. Damit diese Behandlungen jedoch Wirkung zeigen, ist es wichtig, so wie bei Leons Eltern, frühzeitig die Problematik zu erkennen und Experten aufzusuchen – der entscheidende Schritt, um betroffenen Kindern ihren Weg durch Leben zu erleichtern. ❑

Wussten Sie schon, dass …

… Jungen viermal häufiger als Mädchen an einer autistischen Störung leiden?

… das Geschlechtshormon Testosteron, das vor und nach der Geburt bestimmte Risiko-Gene im Gehirn aktiviert, hierfür verantwortlich sein könnte?

… 62 Prozent der Patienten mit Autismus-Spektrum-Störungen gastrointestinale Probleme haben, was auf ein Ungleichgewicht der Darmflora hinweist?

… Betroffene Kinder ein übermäßig fokussiertes Interesse an bewegten Objekten zeigen?

… Autisten deutliche Defizite in der Sprachentwicklung haben?

Werbebeitrag – Aufklärungsporträt

Wie die seelische Gesundheit vom Darm abhängt

Autismus ist durch eine veränderte Gehirnentwicklung gekennzeichnet. Auch unsere Darmflora kann Einfluss darauf haben – Erkenntnisse, die ganz neue und erfolgversprechende Therapieansätze ermöglichen. Das Unternehmen neuraxpharm®, das sich auf die Behandlung von Krankheiten des zentralen Nervensystems spezialisiert hat, informiert.

Dass unsere Darmflora – auch Mikrobiom genannt – dank unzähliger verschiedener Mikroorganismen die Verdauungsprozesse beeinflusst, ist längst bekannt. Was jedoch nicht jeder weiß: Die Darmflora hängt auch eng mit dem psychischen Gleichgewicht zusammen. Vor allem Stress, Allergien und chronische Erkrankungen können sich negativ auf die Darmgesundheit auswirken. Die Folge: Der Darm wird durchlässiger für Keime, sodass diese verstärkt in die Blutbahn gelangen können, was wiederum das Risiko für Entzündungen und Stoffwechselstörungen erhöht. Aber auch psychische Erkrankungen, wie ADHS, Depressionen und Autismus stehen mit einem gestörten Mikrobiom in Verbindung. Dies geht oft mit Symptomen wie Denkstörungen, verändertem Sozialverhalten, Angst und sozialem Rückzug einher.

Positiver Einfluss durch Psychobiotika

Doch was kann man tun? Ein neuer Therapieansatz ist die Gabe von Psychobiotika: Ähnlich wie bei probiotischen Kulturen handelt es sich dabei um lebende Bakterien; im Falle von Psychobiotika haben diese einen positiven Effekt auf die psychische Gesundheit. Neue wissenschaftliche Studien belegen vor allem den positiven Effekt von Bakterienkulturen der Gattung Lactobacillus plantarum PS 128. Gerade Kinder mit Autismus könnten davon profitieren. Die Bakterienkultur kann problemlos den Magen passieren und entlang der Darm-Hirn-Achse Botenstoffe wie Serotonin und Dopamin beeinflussen, sodass Probiotika dieser Art bei Kindern mit Autismus ausgleichend wirken. Weitere Einzelheiten zu diesem erfolgversprechenden Behandlungsansatz liefert die Internetseite:

www.neuraxbiotic.de

Wenn Beschwerden für Fragezeichen sorgen

SELTENE KRANKHEITEN | VON NADINE EFFERT

Auch hinter wiederkehrenden Bauchschmerzen kann mehr stecken als eine harmlose Magenverstimmung.

iStock/O_Lypa

Mafucci-Syndrom, hereditäres Angioödem, Tarui-Krankheit – noch nie davon gehört? Kein Wunder, denn hierbei handelt es sich um seltene Krankheiten. Die ersten Symptome treten häufig bereits im Kindesalter auf, werden aber oft nicht richtig zugeordnet. Woran das liegt und welche Fortschritte es zu verzeichnen gibt.

Es ist eine Horrorvorstellung für Eltern: Sie merken, dass mit ihrem Kind etwas nicht stimmt, doch die Ärzte zucken nur ratlos mit den Schultern. Eine verlässliche Diagnose bleibt lange Zeit aus, genauso wie ein Behandlungserfolg. Ein möglicher Grund: Das Kind leidet an einer seltenen Krankheit. Viele der rund 8.000 bekannten Vertreter stehen nicht einmal in Lehrbüchern, sind schlecht oder gar nicht erforscht. Bedeutet: Sie fallen schlichtweg durch das alltägliche Diagnoseraster.

Eine Handvoll Patienten

Laut der Definition der Europäischen Union wird eine Krankheit als Rare Disease (engl. rare „selten", disease „Krankheit") eingestuft, wenn sie nicht mehr als fünf von 10.000 Personen betrifft.

Rund 75 Prozent der Betroffenen sind Kinder und Jugendliche.

Obwohl die Zahl mit Blick auf die einzelne Erkrankung sehr gering ist, ist es die Gesamtzahl keineswegs: Allein in Deutschland leben geschätzt vier Millionen Betroffene, rund zwei Drittel davon sind Kinder und Jugendliche. Etwa 80 Prozent der Rare Diseases sind genetisch bedingt oder mitbedingt, nur vereinzelt sind sie heilbar. So manche der chronisch verlaufenden Krankheiten hat massive Folgeerscheinungen, wie Organschädigungen und stark lebenseinschränkende Begleitsymptome. Rund 30 Prozent der betroffenen Kinder versterben vor dem fünften Lebensjahr.

Langer Weg zur Diagnose

Charakteristisch für die „Seltenen" ist eine Vielzahl an Störungen und Symptomen, die nicht nur bei jeder einzelnen Krankheit, sondern auch bei jedem einzelnen Patienten sich anders äußern können. Zu Beginn zeigt sich die Symptomatik häufig unspezifisch, sodass Beschwerden leicht fehldiagnostiziert werden. So wird beispielsweise eine Lungenfibrose oft mit Asthma verwechselt, oder ein heriditäres Angioödem (HAE) mit einer allergischen Schwellung von Körpergewebe. Bis die Diagnose für eine seltene Krankheit steht, vergehen im Durchschnitt etwa fünf Jahre. Zur frühzeitigen Diagnostik gibt es Screening-Programme, mit denen bestimmte seltene Erkrankungen zuverlässig erkannt und umgehend behandelt werden können. Das Neugeborenen-Screening erfasst 15 Zielerkrankungen, von denen die meisten selten sind.

Aufholjagd der Medizin

Die spärliche Verbreitung der einzelnen Erkrankungen erschwert aus medizinischen und ökonomischen Gründen auch häufig die Forschung und Entwicklung von Therapien. „Von 8.000 bekannten seltenen Erkrankungen sind rund zwei Prozent behandelbar. Das ist eindeutig zu wenig. Die Aufholjagd der Medizin hat gerade erst begonnen", stellt Han Steutel, Präsident des Verbands der forschenden Pharma-Unternehmen vfa, fest. Allerdings gebe es auch Positives zu berichten: So wurden seit dem Jahr 2000 rund 160 Orphan Drugs in der EU zugelassen, jedes Jahr kommen weitere hinzu. Derzeit arbeiten die forschenden Pharma- und Biotech-Unternehmen an mehr als 2.100 Medikamenten-Projekten. Mehr als 60 könnten innerhalb der nächsten vier Jahre zu weiteren Zulassungen führen.

Bessere Versorgung, mehr Daten

Auch in puncto Versorgung gute Nachrichten: In Deutschland gibt es inzwischen 32 spezialisierte Zentren zur Früherkennung und Behandlung von seltenen Erkrankungen. Manche von ihnen sind auf bestimmte Felder wie Nervenkrankheiten spezialisiert, andere decken eine große Bandbreite ab. Auch wichtig: die elektronische Patientenakte. Denn eine rar gesäte Erkrankung bedeutet immer auch, dass wenig Daten vorhanden sind. Hier ruhen viele Hoffnungen auf einer besseren (digitalen) Nutzung der Daten zu Forschungszwecken.

Fazit: Es hat sich viel getan für die einstigen Waisenkinder der Medizin – doch reichen die Vorstöße noch lange nicht. Die „Seltenen" müssen noch mehr ins Scheinwerferlicht gerückt werden, damit in Zukunft noch mehr Betroffene eine Chance auf eine frühe Diagnose und adäquate Behandlung haben. ❑

Wussten Sie schon, dass …

… das Bundesforschungsministerium die Forschung an seltenen Erkrankungen unterstützt? Seit 2003 hat es zur Aufklärung wichtiger Fragen insgesamt über 170 Millionen Euro für nationale sowie internationale Verbünde bereitgestellt.

… es ein Nationales Aktionsbündnis für Menschen mit Seltenen Erkrankungen gibt? NAMSE wurde 2010 als gemeinsam getragene Initiative der Bundesregierung und Selbsthilfeorganisationen ins Leben gerufen. Vorrangige Ziele: Förderung der Bildung von Fachzentren und Lancierung weiterer Projekte und Aktionen.

… es einen internationalen Tag der Seltenen Erkrankungen gibt? Der Rare Disease Day fand erstmals am 28. Februar 2008 in Europa und Kanada statt und macht seitdem immer am letzten Tag im Februar auf die Problematik von seltenen Krankheiten und die Belange von Betroffenen aufmerksam.

Wichtige Anlaufstellen

ZIPSE
Zentrales Informationsportal über seltene Erkrankungen
www.portal-se.de

se-atlas
Der Versorgungsatlas für Menschen mit seltenen Erkrankungen bietet einen Überblick über die 32 spezialisierten Zentren.
www.se-atlas.de/map/zse

ACHSE e. V.
Das Netzwerk unterstützt Menschen mit einer seltenen Krankheit beim Austausch ihrer Erfahrungen in Selbsthilfeorganisationen.
www.achse-online.de

Orphanet Deutschland
Das Portal für seltene Krankheiten und Orphan Drugs steht für fachlich geprüfte Verweise zu Krankheitsbeschreibungen und unterstützt bei der Suche nach einer Diagnose.
www.orpha.net

Spürsinn gefragt: Das Rätsel häufiger Schwellungsattacken

Kinderkrankheiten gehören sprichwörtlich zum Großwerden dazu. Doch was ist, wenn es sich mal um mehr als ein kleines Wehwehchen handelt und selbst Ärzte zunächst nicht weiter wissen? Eltern kennen ihr Kind am besten und können helfen, rätselhaften Erkrankungen auf die Spur zu kommen. Zum Beispiel einem angeborenen hereditären Angioödem (HAE), das sich, einmal erkannt, gut behandeln lässt.

Viele nützliche Tipps erhalten Eltern auf dem neuen Infoportal www.hae-erkennen.de.

Hautschwellungen (Ödeme), die immer wiederkehren, oder sehr schwere, krampfartige Bauchschmerzen – das sind bei HAE typische Beschwerden. Tückischerweise sind diese Symptome leicht zu verwechseln, etwa mit einer Allergie, Blähungen oder einer Blinddarmentzündung. Unter 50.000 Menschen gibt es vermutlich einen Menschen mit HAE: Für Deutschland wären das etwa 1.600 Patienten, von denen viele noch gar nichts von ihrer Erkrankung wissen. Die Wahrscheinlichkeit für HAE ist also gering, für die Betroffenen kommt es aber sehr auf eine frühe Diagnose an. Denn solange HAE nicht richtig erkannt wird, leiden auch schon viele kleine Patienten stark unter den Schwellungen, die im Alltag sehr belastend sein können.

HAE beginnt meist in jungen Jahren

Experten sagen, dass erste HAE-Attacken meist schon bei Kindern im Alter von rund vier Jahren vorkommen, manchmal auch früher. Und auch wenn in den folgenden Jahren die Attacken oft weiter zunehmen, ist selbst bei vielen erwachsenen Patienten HAE noch nicht erkannt. Bei entsprechenden unklaren Symptomen ist es deshalb wichtig, an HAE zu denken. Ob es sich dann tatsächlich um HAE handelt, kann ein einfacher Bluttest schnell nachweisen. Verursacht wird die Erkrankung durch einen angeborenen Gendefekt, der für einen Mangel an dem Eiweiß C1-Esterase-Inhibitor (C1-INH) sorgt. Dadurch können jederzeit und überall an der Haut Schwellungen entstehen, auch an den Schleimhäuten, zum Beispiel im Magen-Darm-Trakt.

Auf diese Anzeichen achten

Hellhörig sollten Eltern werden, wenn bei ihrem Kind die Haut immer wieder anschwillt – meist im Gesicht, an Händen oder Füßen – und sich dafür keine zufriedenstellende Erklärung finden lässt sowie antiallergische Medikamente nicht wirken. Sind die Schwellungen örtlich scharf begrenzt und farblos bis weiß (manchmal auch leicht gerötet)? Jucken die Schwellungen nicht (aber spannen eventuell schmerzhaft) und verschwinden erst nach zwei bis fünf Tagen wieder? Dann ist HAE eine mögliche Ursache. Und auch starke, plötzlich auftretende und zumeist krampfartige Bauchschmerzen (oft mit Übelkeit, Erbrechen und Durchfall) können ein Hinweis sein. Haben Eltern den Verdacht auf HAE bei ihrem Kind, sollten sie den Kinderarzt darauf ansprechen und gemeinsam über weiterführende Untersuchungen, gegebenenfalls in einem spezialisierten HAE-Zentrum, beraten.

Die Erkrankung ist gut behandelbar

Die gute Nachricht: HAE ist, auch bei Kindern, meist gut behandelbar. So gibt es wirksame Medikamente, mit denen sich akute Schwellungen rasch zurückdrängen lassen. Und auch vorbeugende (prophylaktische) Therapien sind verfügbar. Damit sollen Attacken möglichst gar nicht erst entstehen. Die meisten Patienten können daher gut mit HAE leben und ein fast normales Leben führen. Manchmal kann das Wissen über HAE im Notfall sogar Leben retten: Denn bei Schwellungen im Halsbereich besteht akute Erstickungsgefahr und Ärzte müssen dann schnell und richtig handeln – und wissen, dass es sehr wahrscheinlich keine allergische Reaktion ist, da antiallergische Medikamente bei HAE nicht helfen.

HAE: Meist geerbt – aber nicht immer

„Hereditär" in HAE steht für „erblich", weil die Patienten den Gendefekt, der HAE verursacht, meist von ihren Eltern geerbt haben. In der Verwandtschaft gibt es deshalb häufig gleich mehrere Erkrankte. Für Nachkommen liegt das Risiko für HAE bei 50 Prozent, eine Generation „überspringen" kann der Gendefekt nicht. Allerdings: Selbst wenn beide Eltern kein HAE haben, kann das eigene Kind an HAE leiden. Die Erklärung: In manchen Fällen tritt der Gendefekt spontan bei der embryonalen Entwicklung in der Schwangerschaft auf. Eine solche Neumutation betrifft etwa 20 bis 25 Prozent aller Patienten, die damit die ersten mit HAE in ihrer Familie sind. So oder so, ein früher Test des Kindes auf HAE kann dann gegebenenfalls für die richtige Behandlung sorgen.

Verläufe sind ganz unterschiedlich

Wie eine HAE-Erkrankung verläuft? Das ist je nach Patient ganz unterschiedlich. Manche erleiden beispielsweise wöchentlich eine Schwellungsattacke, andere lediglich ein- bis zweimal pro Jahr. Die Häufigkeit kann im Laufe des Lebens variieren, und etwa in der Pubertät oder in stressigen Lebensphasen (zum Beispiel Prüfungen, neue Schule, Umzug) zunehmen. Neben einer passenden Therapie spielen die Eltern eine wichtige Rolle: Wie sie ihr Kind mit HAE unterstützen können, welche Vorsorgemaßnahmen getroffen werden sollten und über vieles mehr informiert das Infoportal:

www.hae-erkennen.de

Neues Infoportal

Über HAE aufklären möchte das Infoportal www.hae-erkennen.de von CSL Behring, das jetzt überarbeitet und ganz neu gestaltet wurde. Allgemein wird erklärt, wann es sich möglicherweise um HAE handeln könnte und welche Therapiemöglichkeiten es gibt. In einem Video erläutert der bekannte Arzt Dr. Johannes Wimmer wie gewohnt leicht verständlich die medizinischen Hintergründe. Viele Tipps zum Leben mit HAE finden sich ebenfalls auf dem Portal – nicht nur für den Alltag, sondern auch für den Sport oder Reisen.

Eltern erfahren hier außerdem, wie sie ihrem Kind helfen können, trotz HAE möglichst unbeschwert zu leben und die Welt zu entdecken. Das kann gut gelingen, wenn zum Beispiel offen mit der Erkrankung umgegangen wird und alle Betreuer des Kindes (ob in KiTa, Schule oder beim Sport) über HAE Bescheid wissen.

Zu allen Themen gibt es Informationen zum Herunterladen oder Bestellen, zusätzlich können über das Infoportal Fragen zu HAE direkt an Experten gestellt oder weitere Serviceleistungen genutzt werden.

„Eine frühe, genaue Diagnose ist wichtig“

ERBLICHE NETZHAUTERKRANKUNGEN | IM GESPRÄCH MIT NADINE EFFERT

Prof. Dr. Bernhard Weber vom Institut für Humangenetik der Universität Regensburg beschäftigt sich seit über 30 Jahren mit den genetischen Ursachen von erblichen Netzhauterkrankungen. Er erklärt, warum und in welchen Fällen eine molekulargenetische Untersuchung sinnvoll ist.

Wozu dient eine genetische Beratung? Die meisten seltenen Krankheiten sind erblich bedingt, so auch viele Netzhauterkrankungen wie Morbus Stargardt oder Retinitis pigmentosa, bei denen die Sehzellen der Netzhaut nach und nach absterben, wodurch es im Verlauf zu erheblichen Seheinschränkungen bis hin zur Erblindung kommen kann. Anlass für eine humangenetische Beratung kann eine Verdachtsdiagnose sein oder betroffene Familienangehörige, bei denen eine genetisch bedingte Sehstörung vermutet wird. Die Beratung liefert wichtige Informationen über die Erkrankung, hilft Paaren mit Kinderwunsch, das Risiko für ihre Nachkommen besser einzuschätzen und klärt ab, ob eine molekulargenetische Diagnostik angezeigt ist.

Wie läuft die Beratung konkret ab? Wir nehmen uns für jede Beratung viel Zeit, um alle Fragen zu klären. Gleichzeitig informieren wir auch über die Möglichkeiten und Grenzen genetischer Untersuchungen. Die Ratsuchenden sollen verstehen, dass ein Gentest kein Muss ist, sondern eine freiwillige, sehr persönliche Entscheidung. Sollten die Ratsuchenden eine Testung wünschen, ist in der Regel lediglich eine Blutprobe für die Untersuchung erforderlich. Sofern medizinisch indiziert, werden die Kosten von den Krankenkassen übernommen.

Was wird bei der molekulargenetischen Labordiagnostik untersucht? Ziel der Untersuchung ist es festzustellen, ob Veränderungen, sogenannte Mutationen, in einem bestimmten Gen, vorliegen – und wenn ja, in welcher Form – und was der Befund für den Patienten oder das Kind bedeutet. Heute kennen wir für die überwiegende Mehrheit der erblichen Erkrankungen die zugrundeliegende Ursache, also welches Gen oder welche Gene verantwortlich sind. Zum Beispiel wissen wir heute bei den erblichen Netzhauterkrankungen von über 200 Genen, die – falls mutiert – zur Erkrankung führen.

Welche Vorteile bringt das Wissen? Mit einer molekulargenetisch gesicherten Diagnose ist ein frühzeitiges Monitoring des Krankheitsprozesses möglich, Komplikationen können früher erkannt und eingegrenzt werden. Die Ursache der Erkrankung zu wissen, bietet die Möglichkeit, die Lebensplanung anzupassen zum Beispiel was eine Frühförderung, die Studien- oder Berufswahl anbelangt. Sie kann auch wichtig für eine optimale medizinische Versorgung sein. Ein echter Meilenstein für Betroffene mit erblichen Netzhauterkrankungen ist heute eine Vielzahl neuartiger Gentherapien, die ein defektes Gen mit einem funktionierenden Gen ersetzen. Hier läuft die patientennahe Forschung gerade auf Hochtouren. ❑

Anzeige

© World Vision

Corona-Nothilfe weltweit – jetzt spenden!

Das Coronavirus verändert alles. In Deutschland und auf der ganzen Welt. Die Menschen in den ärmsten Ländern trifft es besonders hart. Aktion Deutschland Hilft leistet Nothilfe. Mit Hygienekits, Medikamenten und sauberem Trinkwasser. Helfen Sie uns, Leben zu retten. **Jetzt mit Ihrer Spende!**

Spendenkonto: DE62 3702 0500 0000 1020 30
Online spenden unter: **www.Aktion-Deutschland-Hilft.de**

Aktion Deutschland Hilft
Bündnis deutscher Hilfsorganisationen

Erste Gentherapie für bestimmte erbliche Netzhauterkrankungen

Fortschritte in der Zell- und Gentherapie könnten die Medizin revolutionieren – und viele Patienten mit bisher nicht oder kaum zu behandelnden Erkrankungen könnten in Zukunft davon profitieren.

Die „klassische" Gentherapie zielt auf Krankheiten ab, die jeweils von defekten oder fehlenden Genen meist schon von Geburt an verursacht werden. Dann fehlt dem Körper ein wichtiger Baustein (Protein oder Enzym) und der Stoffwechsel funktioniert nicht mehr richtig. Die Gentherapie versucht, dieses fundamentale Problem zu lösen. Sie schleust eine gesunde Kopie des jeweils defekten oder fehlenden Gens in den Körper ein. Dafür kann diese Kopie zum Beispiel in einen sogenannten viralen Vektor eingebaut werden – eine Art „Genfähre". Der Vektor bringt das gesunde Gen zu den Zellen, die es brauchen. Die Zellen können dann wieder das wichtige Protein oder Enzym produzieren.

Erbliche Netzhauterkrankungen
Sie sind selten, zum Teil sehr selten, können aber schon die Kleinsten treffen: erbliche Netzhauterkrankungen. Besonders für Säuglinge und Kleinkinder sowie deren Angehörige bedeuten sie eine große Belastung. Aufgrund von Veränderungen im genetischen Bauplan der Zellen werden wichtige Prozesse im Auge gestört. Die lichtempfindlichen Sehzellen in der Netzhaut beider Augen verkümmern meist nach und nach. Dies kann bis zur vollständigen Erblindung führen.[1,2]

Selten, aber äußerst belastend für Betroffene und Angehörige
Rund 27.000 Menschen leiden in Deutschland an einer erblich bedingten Netzhauterkrankung.[1] Die Betroffenen können – je nach Krankheitsbild – bereits im Frühstadium der Erkrankung deutliche Symptome wie Verlust der Lichtempfindlichkeit, Nachtblindheit, Minderung der Schärfe und Klarheit des Sehvermögens und Einengung des Gesichtsfelds aufweisen.[3] Im Alltag hat das gravierende Auswirkungen: So können beispielsweise durch das eingeschränkte Sehvermögen Beeinträchtigungen im Straßenverkehr oder im Haushalt entstehen. Auch andere Lebensbereiche können stark eingeschränkt sein. Selbst die eigene Familienplanung könnte aufgrund der Vererbbarkeit der Erkrankung infrage stehen.[4]

Die Ursache liegt in den Genen
Ursächlich für erbliche Netzhauterkrankungen sind Veränderungen in bestimmten Genen, die notwendig für verschiedenste wichtige Abläufe und Funktionen des Sehens sind. Liegen Defekte in diesen Genen vor, ist zum Beispiel die Bildung wichtiger Proteine gestört. Die lichtempfindlichen Sehzellen können ohne eine ausreichende Menge dieser Proteine aber nicht richtig arbeiten. Auf diese Weise verschlechtert sich das Sehvermögen nach und nach.[5] Am Ende dieser Entwicklung kann die vollständige Erblindung des Patienten stehen.

Erste Therapie für bestimmte Patientengruppe verfügbar
Seit letztem Jahr ist in Deutschland eine Therapie für Patienten mit einer bestimmten erblichen Netzhauterkrankung verfügbar. Menschen, die mit einer Veränderung in diesem Gen geboren wurden und unter einer Sehbeeinträchtigung leiden, könnten für eine Therapie infrage kommen.

Wichtige Voraussetzung: der Gentest
Ob ein Patient mit einer erblichen Netzhauterkrankung für diese Gentherapie geeignet ist, entscheidet der behandelnde Arzt. Dafür wird der Patient zunächst eingehend untersucht. Um zu erfahren, ob tatsächlich der behandelbare Defekt vorliegt, wird schließlich ein Gentest durchgeführt. Patienten mit den typischen Symptomen einer erblichen Netzhauterkrankung sollten sich an ein spezialisiertes Zentrum für Augenheilkunde wenden.

www.novartis.de

[1] Kellner U, et al. Kin Monatsbl Augenheilkd 2012;229:173-196.
[2] Morimura H, et al. Proc Natl Acad Sci USA 1998;95:3088-3093.
[3] Astuti GD, et al. Eur J Hum Genet 2016;24:1071-1079.
[4] Kahn Z, et al. Adv Med 2016;2016:1-8.
[5] Kellner U, et al. Ophthalmologe 2004;101:307-320.
[6] WHO. Genes and human disease. Verfügbar unter: https://www.who.int/genomics/geneticsVSgenomics/en/

Was sind Gene?

Gene sind Abschnitte innerhalb der Erbsubstanz (DNA). Die darin gespeicherten Informationen bilden die Grundlage für alle Vorgänge im Körper. Jede Zelle enthält den kompletten Satz genetischer Informationen in doppelter Ausführung – jeweils eine Version kommt von jedem Elternteil. Jeder Mensch hat rund 20.000 Gene. Schon kleine genetische Unterschiede verändern das Aussehen einer Person und können auch ihren Gesundheitszustand beeinflussen.

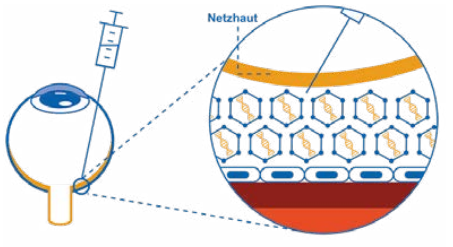
Warum sind Gentherapien so wichtig?

Schätzungen zufolge leiden weltweit Millionen von Menschen an mehr als 10.000 seltenen Erkrankungen, die jeweils durch die Mutation eines einzigen Gens hervorgerufen werden.[6]

Was ist eine Gentherapie?

Gentherapien zielen darauf ab, genetische Erkrankungen zu behandeln oder zu verhindern, indem ein oder mehrere mutierte Gene durch funktionierende Kopien unterdrückt, ersetzt oder verstärkt werden. Diese korrekten Genkopien werden mittels Vektoren als Transporter in die Zellen geschleust. Dazu werden häufig modifizierte, inaktivierte Viren verwendet. Sobald den Zellen wieder eine korrekte Genkopie zur Verfügung steht, können diese ihre normale Funktion wieder ausüben.

Mit einer einmaligen Anwendung wird das korrekte Gen direkt in die Netzhaut eingebracht und hat das Potenzial, den Sehzyklus wieder zu aktivieren.



Die vielen Gesichter eines krummen Rückens

SKOLIOSE | VON NADINE EFFERT

Sie entwickelt sich fast nur in Zeiten starken Wachstums und führt zu einer Deformität der Wirbelsäule (WS) mit seitlicher Verdrehung: die Skoliose. In leichter Ausprägung macht sie meist keine Probleme und fällt im Alltag kaum auf. Doch unbehandelt verschlimmert sie sich, weshalb das rechtzeitige Entdecken und Behandeln wichtig ist.

Schiefe Haltung gleich krummer Rücken? So einfach geht die Rechnung nicht auf, denn Fakt ist: Eine Skoliose hat nichts mit einer „schlechten Haltung" des Kindes zu tun. Weder Kind noch Eltern können also etwas für die Entwicklung eines verbogenen Rückgrates oder können ihr vorbeugen. In fast 80 bis 90 Prozent der einzelnen Fälle ist die Ursache bei Jugendlichen unbekannt. Man spricht in der Medizin daher auch von einer idiopathischen Skoliose. Seltener sind zum Beispiel angeborene (kongenitale) Fehlbildungen, Muskel- oder Nervenerkrankungen oder Unfälle die Ursache.

Mädchen häufiger betroffen

Man nimmt an, dass etwa drei bis fünf Prozent der Bevölkerung an der angeborenen oder im Laufe des Lebens erworbenen Krümmung der WS mit Krankheitswert leidet. Die Neigung zu Skoliose wird offenbar vererbt, denn die Erkrankung tritt familiär gehäuft auf. Schätzungsweise zwei Prozent aller Jugendlichen zwischen zehn und 16 Jahren sind von einer Skoliose betroffen – Mädchen viermal häufiger als Jungs. Die gute Nachricht: Das Gros, etwa 75 Prozent, hat eine nur leichte Verkrümmung der WS. Man spricht hier vom sogenannten Cobb-Winkel zwischen zehn und 20 Grad. Er wird durch ein Röntgenbild ermittelt. Je höher der Winkel desto stärker ausgeprägt ist die Skoliose. Mädchen haben häufiger eine ausgeprägte Form.

Nur äußerlich erkennbar

Bestimmte Beschwerden, welche auf die Erkrankung hinweisen könnten, gibt es nicht. Abgesehen von etwaigen Rückenschmerzen, die aber auch eine andere Ursache haben können. Daher erfolgt die Diagnose meistens erst, wenn die sichtbaren Veränderungen deutlich werden: Rücken, Schulter, Brust und Hüfte können unsymmetrisch sein oder schief stehen. In der Regel wird eine Skoliose zwischen dem zehnten und zwölften Lebensjahr festgestellt. Ob eine WS sich weiter verkrümmt, lässt sich nicht vorhersagen. Bis das Knochenwachstum abgeschlossen ist, kann es im Verlauf zu stärkeren Deformierungen kommen, die eine stärkere Abnutzung von Wirbeln und Bandscheiben wahrscheinlich macht. Die Quittung folgt im Erwachsenenalter in Form von Rückenschmerzen. Bei schweren Formen können die Rippen auf Herz und Lunge drücken.

Verschiedene Behandlungsoptionen

Damit es erst gar nicht so weit kommt, sollte die Skoliose beim Kind adäquat behandelt werden: Neben spezieller Physiotherapie kann auch eine Korsett-Behandlung oder eine OP infrage kommen. Welche Therapie sich eignet, hängt außer vom Grad der Krümmung und der Skelettreife auch von den eigenen Wünschen und Vorstellungen ab. Die Behandlung ist anspruchsvoll, daher ist es ratsam, diese von auf diesem Gebiet sehr erfahrenen Ärzten durchführen zu lassen. Fest steht: Eine Skoliose bringt einige Herausforderungen mit sich – für Kind und Eltern. Dabei darf nicht vergessen werden, dass es sich um eine gut behandelbare Erkrankung handelt und die Therapie ein absehbares Ende hat.

Am häufigsten erfolgt die Diagnose zwischen dem zehnten und zwölften Lebensjahr.

Der Austausch mit gleichaltrigen Betroffenen, zum Beispiel über eine Skoliose-Selbsthilfegruppe vor Ort, kann beim Leben mit Skoliose sehr hilfreich sein. ❑

Gut informiert und unterstützt

Der Bundesverband Skoliose-Selbsthilfe e. V. stellt auf seiner Webseite alle wichtigen Informationen zu Skoliose, eine Übersicht über regionale Selbsthilfegruppen und eine spezielle Jugendseite zur Verfügung.
www.bundesverband-skoliose.de

Auf dem Online-Portal des Deutschen Skoliose Netzwerkes (DSN) kann nach Therapeuten, die auf Skoliose spezialisiert sind, sowie Skoliose-OP- und Reha-Kliniken gesucht werden.
www.deutsches-skoliose-netzwerk.de

Schnelltest: Ist Ihr Kind gefährdet?

Es gibt einen einfachen Test, der ohne jeden technischen Aufwand von allen Eltern zur Früherkennung einer Skoliose vorgenommen werden kann. Folgendes ist dabei zu tun:

- Ihr Kind beugt mit locker hängenden Armen und durchgestreckten Beinen den nackten Oberkörper nach vorn.
- Betrachten Sie von der Gesäß- oder Kopfseite aus den Rücken Ihres Kindes und achten darauf, ob der Rücken beiderseits der Wirbelsäule gleich hoch ist.
- Wenn sich eine Rückenhälfte nach hinten vorwölbt (beginnender Rippenbuckel) – wobei die andere meist besonders flach erscheint (Rippental) – besteht der Verdacht auf eine Verdrehung der Wirbelsäule und damit auf eine Skoliose. In diesem Fall sollte das Kind unverzüglich dem Kinder- und Jugendarzt vorgestellt werden.

Quelle: DSN Deutsches Skoliose Netzwerk, 2020

Kongenitale Skoliose: „Eine Korsettbehandlung ist selten zielführend"

Prof. Dr. med. Jürgen Harms, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, ETHIANUM Klinik Heidelberg, berichtet über die kongenitale Skoliose, ihre Problematik und mögliche Folgen sowie Behandlungsoptionen.

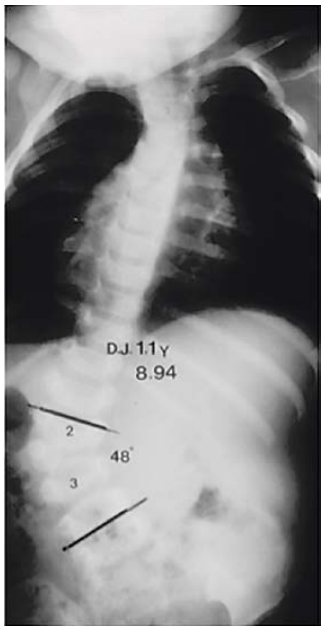
Was ist unter einer kongenitalen Skoliose zu verstehen? Dabei handelt es sich um eine entwicklungsbedingte Wirbelsäulenanomalie, die zu einer lokalen Imbalance des Längenwachstums der gesamten Wirbelsäule (WS) führen kann. Die Deformität zeigt sich zunächst in der koronaren Ebene, also bei der Ansicht von vorne. Diese Veränderungen sind schon bei der Geburt vorhanden, werden jedoch häufig zu diesem Zeitpunkt noch nicht erkannt.

Wie wirkt sich die lokale Deformität im weiteren Verlauf aus? Das hängt zum einen von der Geschwindigkeit des Längenwachstums der WS ab. Es gibt zwei kritische Wachstumsperioden, die mit einem starken Wachstum der Fehlform verbunden sind: einmal zwischen Geburt und Abschluss des zweiten Lebensjahres und einmal gegen Ende des WS-Wachstums. Zum anderen hängt der Verlauf sehr stark von der Art der angeborenen Fehlstellung ab.

Welche Arten sind das? Dazu gehören auch Fehlbildungen im Bereich der Brustwirbelsäule (BWS), bei der es auch zu einer entsprechenden Beeinflussung der Rippenstellung kommen kann – in der Regel zu einer zunehmenden rotatorischen Fehlstellung durch Blockung des Wachstums auf einer Seite. Auch kann es zu Fehlentwicklungen im Bereich der Rippen selbst kommen, was bei der Diagnostik, der Prognose und gegebenenfalls der operativen Korrektur berücksichtigt werden muss. Besonders problematisch sind kongenitale Fehlbildungen am oberen und unteren Ende der Wirbelsäule, da das Becken und der Kopf selbst keine kompensatorische Gegenkrümmung ausbilden können. Dadurch verschlechtert sich die Fehlbildung relativ rasch.

Wie reagiert die Gesamtwirbelsäule auf eine lokale kongenitale Fehlbildung? Das Verhalten der sekundär auftretenden kompensatorischen Kurven muss genau beobachtet werden. Diese sekundären Kurven sind bei Beginn einer Verschlechterung der primären kongenitalen Fehlform noch sehr flexibel, werden aber mit der wachstumsbedingten Verschlimmerung der Sekundärkrümmung durch strukturelle Verformungen zunehmend rigider, also unbeweglich, und erschweren dann die operative Behandlung erheblich. Dies bedeutet: Wenn eine Zunahme der Primärkrümmung beobachtet wird, sollte eine rasche Korrektur dieser angestrebt werden, damit ein negativer Einfluss auf die gesunden Anteile ober- und unterhalb der Primärkrümmung vermieden wird.

Was kann eine Korsettbehandlung und wann raten Sie zu einem Eingriff? Ein sogenanntes Bracing kann in Einzelfällen notwendig werden, insbesondere bei sehr kleinen Kindern, um eine zu rasche Fehlentwicklung der Sekundärkrümmung zu verhindern. Eine Korsettbehandlung ist jedoch beim Vorliegen einer progredienten, primären kongenitalen Kurve und Imbalance nicht in der Lage, einer weiteren Progression der Fehlstellung mit Einfluss auf die Gesamtwirbelsäule vorzubeugen. Es ist sehr wichtig zu wissen, dass eine operative Behandlung dann einzuleiten ist, wenn man erkennt, dass es im weiteren Wachstum zu einer erheblichen Deformität der Gesamtwirbelsäule kommen kann, weswegen eben der möglichst frühzeitige operative Eingriff anzustreben ist. Für eine operative Therapie der kongenitalen Fehlbildung muss das betroffene Kind eine gewisse Größe und Reifung des Skelettsystems haben, um operative Eingriffe erfolgreich durchführen zu können.



Präoperativ – Fehlbildung im Alter von 13 Monaten

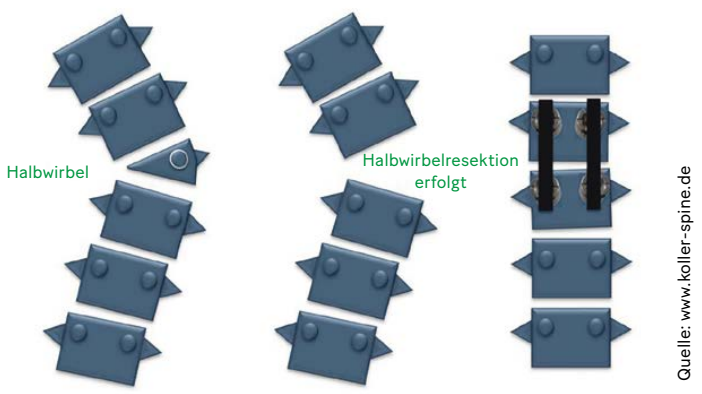
Postoperativ – elf Jahre nach Halbwirbelresektion

Was bedeutet „erfolgreich" in diesem Fall? Viele dieser korrigierenden Eingriffe im Bereich der primären Fehlentwicklung können heute alleine vom Rücken her operativ sehr gut behandelt werden. Dazu muss jedoch das Wirbelsäulenskelett eine gewisse Ausreifung erfahren haben, um eben die Korrekturmaßnahmen, die häufig mit der Einbringung von Implantaten verbunden sind, durchführen zu können. Es hat sich herausgestellt, dass bei einer rasch progredienten Fehlform die Voraussetzungen für eine Operation ab dem zweiten Lebensjahr gegeben sind, um das intraoperative Ergebnis auch dauerhaft halten zu können. In den letzten 20 Jahren sind jedoch auch bei sehr komplexen Fehlformen Techniken entwickelt worden, die bei konsequenter Anwendung zu einem guten Langzeiterfolg führen können. Allerdings ist der Einfluss des Wachstums, aber auch der operativen Maßnahmen bei der Gesamtentwicklung der noch wachsenden Wirbelsäule nicht im Einzelnen voraussagbar. Daher müssen sich Eltern und Patienten darauf einstellen, dass bei schweren Fehlformen nicht nur regelmäßige Kontrolluntersuchungen wichtig sind, sondern auch Nachoperationen nötig sein können.

Worauf sollten Eltern achten? Dass sie das Bewusstsein für die Notwendigkeit haben, dass solche sich entwickelnden sekundären Fehlformen frühzeitig erkannt und gegebenenfalls auch operativ korrigiert werden. Und dass die Behandlung nur in Zentren durchgeführt werden sollte, die über eine entsprechende Erfahrung, auch Langzeiterfahrung auf dem Gebiet der Behandlung kongenitaler Fehlentwicklungen der Wirbelsäule verfügen. Des Weiteren sollte auch die Infrastruktur vorhanden sein, um diese Maßnahmen mit hoher Sicherheit für den Patienten durchführen zu können.

www.ethianum-klinik-heidelberg.de

Durch Halbwirbel bedingte kongenitale Skoliose und Therapie



Quelle: www.koller-spine.de

Der richtige Schutz für Ihr Kind

KRANKENVERSICHERUNG | VON MARK KRÜGER

Jedes Familienmitglied muss krankenversichert sein.

iStock/AndreyPopov

Die Geburt des Kindes ist ein wahrlich emotionales Ereignis. Wer hat da schon Lust auf lästigen Papierkram. Doch es müssen einige Entscheidungen getroffen werden. Zum Beispiel in puncto Krankenversicherung. Die Frage lautet hier: gesetzlich oder privat?

Fakt ist: Auch Kinder müssen in Deutschland über eine Krankenversicherung verfügen. Das ist also kein Nice-to-have, sondern ein Must-have. Doch bei vielen Eltern besteht Unsicherheit zum Beispiel darüber, ob das Kind nach Geburt automatisch mitversichert ist oder welche Kosten mit dem Versicherungsschutz einhergehen. Und was tun, wenn der Vater privat, aber die Mutter gesetzlich versichert ist? Da wird die Angelegenheit schon etwas kniffliger.

Automatische Krankenkassenmitgliedschaft

Gehen wir vom einfachen Beispiel aus: Beide Elternteile sind Mitglieder bei der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) oder es sind beide Elternteile privat krankenversichert. Dann rutscht das Kind automatisch in die Versicherung der Eltern. Bei der privaten Krankenversicherung (PKV) vorzugsweise über die Kindernachversicherung bei einem der beiden Elternteile. Zu beachten ist, dass man seine Krankenversicherung über den Familienzuwachs informiert. Wer das Baby kostenfrei in der GKV mitversichern will, muss dazu innerhalb von drei Monaten nach Geburt die Mitgliedschaft „beantragen". Bei der PKV gilt: Eltern haben bis zu zwei Monate nach der Geburt Zeit, die Kindernachversorgung abzuschließen, dann entfällt auch die Gesundheitsprüfung. Anders ausgedrückt: Frischgebackene Eltern haben zwei Monate Zeit, die Versicherungsfrage zu klären. Bis dahin ist das Baby rückwirkend krankenversichert, sodass keine Lücke entsteht.

Nicht jeder kann sein Kind kostenlos in der GKV mitversichern.

Versicherungsstatus des Hauptverdieners

Ist nur ein Elternteil Kassenmitglied und das andere hingegen privat versichert, dann entscheidet das Einkommen darüber, über welche Krankenkasse die Behandlungskosten für den Sprössling abgerechnet werden können. Die kostenlose Familienversicherung greift nur, wenn der gesetzlich versicherte Elternteil der Hauptverdiener ist. Außerdem muss der Verdienst unterhalb einer bestimmten Grenze liegen. Sonst gilt: Kinder auf jeden Fall privat versichern.

Eine Frage der Kosten

Ein wesentlicher Unterschied zwischen GKV und PKV sind die Kosten: Was bei der GKV kostenfrei ist – Stichwort Familienversicherung –, führt bei der PKV hingegen zur Zahlung einer zusätzlichen Versicherungsprämie für jedes Kind. Allerdings gibt es spezielle Kinder- und Jugendtarife – sie sind deutlich günstiger als die normalen Tarife. Kinder müssen nicht zwangsläufig beim gleichen Anbieter versichert werden wie die Eltern. Es gibt auch welche, die Kinder alleine aufnehmen. Man muss sich in der Regel allerdings auf Wartezeiten und eine Gesundheitsprüfung des Kindes einstellen.

Auf (Zusatz-)Leistungen achten

Bekannt ist, dass die gesetzlichen Krankenkassen nicht alle medizinischen Untersuchungen und Behandlungen übernehmen, sondern nur jene, die im Leistungskatalog enthalten sind. Das ist bei Kindern nicht anders als bei erwachsenen Versicherten. Wer seinem gesetzlich versicherten Nachwuchs dennoch einen umfassenden Schutz bieten und sein Portemonnaie schonen möchte – zum Beispiel, wenn es um etwaige Kosten für Brille oder Zahnspange geht –, dann kann sich der Abschluss einer Zusatzversicherung lohnen. Einige Anbieter zahlen auch Behandlungen durch einen Heilpraktiker oder übernehmen die Mehrkosten für eine bessere Unterbringung im Krankenhaus. Auf jeden Fall lohnt sich hier der Vergleich verschiedener Versicherer, denn sowohl die Kosten als auch das Leistungsspektrum fallen sehr unterschiedlich aus. ❑

Wussten Sie schon, dass …

… mehr als die Hälfte der Kinder und Jugendlichen in Deutschland in kieferorthopädischer Behandlung sind? Rund 1,15 Milliarden Euro haben allein die gesetzlichen Krankenkassen im Jahr 2018 für kieferorthopädische Behandlungen ausgegeben.

… laut der Barmer bei mehr als 1,2 Millionen Kindern unter zehn Jahren in Deutschland in 2018 eine Sehschwäche diagnostiziert worden ist? Bei den Fünf- bis Neunjährigen brauche fast jedes vierte Kind eine Brille, bei den Jüngeren sind es etwa 13 Prozent.

Gastbeitrag

Vorsorge besser als Nachsorge

Mutter-Kind- oder Vater-Kind-Kuren sind eine gute Möglichkeit, abseits des Alltags wieder zu Kräften zu kommen. Klaus Zeh, Präsident des Deutschen Familienverbandes, über diese präventive Therapieform.

Kinder dürfen in der öffentlichen Gesundheitsvorsorge nicht isoliert von ihrer Familie betrachtet werden. Einerseits ist Familie der erste Lernort für Kinder und prägt ihr Gesundheitsbewusstsein wesentlich. Andererseits gibt es natürlich einen Zusammenhang zwischen der Gesundheit von Eltern und der ihrer Kinder. Werden die Eltern krank, kann sich das auch negativ

auf das Wohlbefinden der Kleinen auswirken. Eltern-Kind-Kuren sind daher eine gute Möglichkeit, abseits des Alltags wieder zu Kräften zu kommen. Für die Kinder ist während des Kuraufenthaltes gut gesorgt, sodass sich die Eltern auf ihre Behandlung konzentrieren können. Trotzdem bleibt Raum für ein Miteinander. Das von den Krankenkassen finanzierte Angebot richtet sich an Mütter und an Väter. Obwohl die Kur mit dem Kind noch überwiegend von Frauen genutzt wird, nehmen sie zunehmend auch Männer in Anspruch. Mittlerweile gibt es sogar Kuren, die auf die Bedürfnisse von Vätern spezialisiert sind. Die Beantragung einer Mutter-Kind- beziehungsweise Vater-Kind-Kur ist machbar. Viele gemeinnützige Einrichtungen helfen bei der Antragstellung. Auch der Deutsche Familienverband (DFV) unterstützt in seinen Landesverbänden kurbedürftige Eltern gerne. Die Eltern-Kind-Kur setzt auf Vorsorge, bevor sich eine Krankheit verschlimmert oder festsetzt. Damit gehört sie zu den besten Formen einer familiären und förderungswürdigen Gesundheitspolitik.

„Mit dem richtigen Zusatz optimal geschützt"

Nina Klingspor ist Vorstandsvorsitzende der Allianz Private Krankenversicherungs-AG. Die Expertin erklärt, warum sie eine private Kinderkrankenversicherung für sinnvoll hält und worauf Eltern bei der Wahl des Anbieters achten sollten.

Frau Klingspor, Sie sind selbst Mutter. Dann kennen Sie bestimmt die Sorge um die Kleinen? Auf jeden Fall! Es ist ein ganz natürliches Bedürfnis, den Nachwuchs möglichst vor allen Gefahren schützen zu wollen, natürlich auch vor Schmerz und Krankheit. Aber das können wir nun mal leider nicht immer. Kinder spielen und toben, da ist schnell einmal etwas passiert. Meistens bleibt es bei einer kleinen Schramme. Aber es kann auch sein, dass eine ärztliche Behandlung notwendig ist oder das Kind wegen einer Krankheit ins Krankenhaus muss. Vor allem im Ernstfall ist es sehr beruhigend, meine Kinder mit umfassenden Leistungen zusätzlich abgesichert zu haben.

Reicht zur Absicherung der Kinder die gesetzliche Familienversicherung aus? Das deutsche Gesundheitssystem ist eines der besten der Welt und die Gesetzliche Krankenversicherung (GKV) bietet eine gute Absicherung im Krankheitsfall. Vielen Familien reicht diese aber nicht aus. So beteiligt sich die GKV nicht immer oder nur zu einem Teil an den entstehenden Kosten – etwa, wenn es um das Thema Brille oder kieferorthopädische Behandlungen geht. Zu bedenken ist auch, dass bestimmte Behandlungen, wie etwa Heilpraktiker-Leistungen, von einigen Kassen gar nicht übernommen werden. Es kommt also ganz auf die individuellen Bedürfnisse an: Was braucht mein Kind? Wie viel Schutz ist mir wichtig?

Die von Ihnen erwähnten Beispiele Brille und Kieferorthopädie – können Sie hier näher auf die Kosten eingehen? Brillengläser werden bei Kindern je nach Glasart und Sehstärke mit unterschiedlichen Festbeträgen bezuschusst, Brillengestelle jedoch nicht. Für eine neue Brille verbleibt also in den meisten Fällen ein Eigenanteil, den Sie ohne Zusatzversicherung für Ihr Kind selbst bezahlen müssen. Eine kieferorthopädische Behandlung wird zwar von der GKV bis zum 18. Lebensjahr übernommen, allerdings nur, wenn eine erhebliche Fehlstellung der Zähne oder des Kiefers vorliegt. Ist etwa die Korrektur eines nur geringen offenen Bisses – also der Lücke der Zähne beim Zusammenbeißen – notwendig, muss das aus eigener Tasche bezahlt werden.

Und wie erhalte ich die bestmögliche Versorgung und den optimalen Schutz für meinen Nachwuchs? Um die Lücken der GKV zu schließen, rate ich zu einer ergänzenden privaten Vorsorge. Indem die medizinische Versorgung aufgewertet wird, erhalten Ihre Kinder den Status eines kleinen Privatpatienten und Eltern schützen sich vor häufig teuren Zuzahlungen. Das ist ein doppelt gutes Gefühl.

In welchen Fällen sollten Eltern über eine ergänzende Vorsorge für ihre Kinder nachdenken? Wichtig ist, dass die Kinderversicherung auf die individuellen Bedürfnisse der Eltern und der Kinder zugeschnitten ist – sie sollte so flexibel sein, wie auch die Kinder es sind. Zum Beispiel benötigt ein Kind sehr früh eine Brille, gleichzeitig ist es den Eltern wichtig, dass es bei einem Krankenhausaufenthalt vom Chefarzt behandelt wird. Eine gute Versicherung sollte auch für solche besonderen Ansprüche ein Angebot haben. Gleichzeitig sollte sie einen passgenauen Rundum-Schutz bieten, der die für Eltern und Kind wichtigsten Bereiche abdeckt.

Viele Eltern müssen jeden Monat aufs Geld schauen – oder haben mehrere Kinder, die sie absichern wollen. Mit welchen Kosten müssen sie rechnen? Ein individuelles Rundum-Sorglos-Paket muss nicht zwangsläufig teuer sein. Es gibt viele Versicherungen, die bereits für rund 20 Euro im Monat einen leistungsstarken Schutz für den Nachwuchs anbieten.

Auf was sollten Eltern bei der Wahl einer Kinderkrankenversicherung achten? Wichtig ist, dass das Preis-Leistungsverhältnis stimmt. Es sollte auch darauf geachtet werden, dass die Beiträge der Versicherung langfristig stabil bleiben, etwa durch die Wahl eines finanzstarken Unternehmens. Sinnvoll ist auch, bei der Wahl des Anbieters auf zusätzliche Leistungen, wie das Angebot an Gesundheitsservices zu schauen.

Anzeige

SORGENLOS
GROß
WERDEN

Jetzt informieren!

Mit der Krankenversicherung der Allianz für kleine Helden.

Mehr erfahren Sie unter
www.allianz.de

Allianz

Muttermilch: unschlagbar gesund

BABYNAHRUNG | VON SVENJA RUNCIMAN

Das Füttern mit der Brust stärkt auch die Bindung zwischen Mutter und Baby.

iStock/FamVeld

Breast is best: Wer stillt, bietet seinem Kind gleich von Beginn an die optimale Ernährung. Aber was genau macht Muttermilch eigentlich so bekömmlich? Und was kann man tun, wenn es mit dem Stillen nicht so klappt wie gewünscht?

Muttermilch ist ein echtes „Powerfood": Sie enthält genau die richtige Kombination aus Vitaminen, Proteinen, Mineralien, Immunstoffen und Enzymen. Eine Zusammensetzung, die so in keiner anderen Milch zu finden ist. Die Vorteile für Neugeborene sind enorm, schließlich stärkt Muttermilch das Immunsystem, schützt den Magen-Darm-Trakt vor Infektionen, beugt Allergien vor und fördert die motorische Entwicklung des Babys. Und: Das Brustgeben ist auch für die Mütter gesund, senkt das Risiko für Brust- und Eierstockkrebs sowie Osteoporose. Und zu guter Letzt ist Stillen eine der besten Möglichkeiten, eine emotionale Bindung zwischen Mutter und Kind aufzubauen – unter anderem mithilfe des Glückshormons Oxytocin, das dabei freigesetzt wird.

Erfreulich hohe Stillquote

Ein ganz besonderer Bestandteil in der menschlichen Muttermilch sind die humanen Milch-Oligosaccharide, die unverdaut in den Dickdarm gelangen und dort wichtige Aufgaben für das Immunsystem erfüllen. Sie fördern das Wachstum guter Darmbakterien, stärken die Darmbarriere-Funktion und schützen so vor dem Eindringen potenziell schädlicher Stoffe in den restlichen Körper-Kreislauf. Kein Wunder also, dass die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt, Säuglinge in den ersten sechs Monaten ausschließlich mit Muttermilch zu versorgen, sie also ohne weitere Speisen und Getränke außer Muttermilch zu ernähren. Und tatsächlich sind die Stillquoten von Müttern hierzulande hoch, wie die „Studie zur Erhebung von Daten zum Stillen und zur Säuglingsnahrung in Deutschland", an der 109 Kliniken und 966 Mutter-Kind-Paare teilnahmen, zeigt. Die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) durchgeführte Studie ergab, dass die Quote bei 82 Prozent für „Stillen überhaupt" und bei 56 Prozent für „ausschließliches Stillen vier Monate nach der Geburt" liegt.

Von Schmerzen und Schwierigkeiten

Angesichts der positiven Wirkung ist es klar, dass fast jede Mutter den Wunsch hat, ihr Neugeborenes an die Brust zu legen und so bestmöglich zu versorgen. Eine Ausnahme müssen aber beispielsweise Frauen machen, die chronisch krank sind und Medikamente einnehmen. Aber auch bei gesunden Frauen ist das Stillen aufgrund körperlicher oder psychischer Einschränkungen nicht immer problemlos möglich. Gerade in den ersten Tagen berichten viele Mütter von Schwierigkeiten: Mal treten Schmerzen beim Stillen auf, mal hat das Neugeborene Schwierigkeiten, die Brustwarze richtig zu erfassen. Besonders herausfordernd – und der häufigste Grund für ▷▷

Wussten Sie schon, dass …

… Kuhmilch nicht gut für Ihr Neugeborenes ist? Das Zufüttern in den ersten drei Lebenstagen erhöht das Risiko zur Ausbildung einer Nahrungsmittelallergie im Alter von zwei Jahren. Das hat eine in 2019 erschienene Studie im Fachmagazin JAMA Pediatrics zutage gebracht.

… Babys, die nicht gestillt werden, im Kindesalter häufig mehr auf den Rippen haben? Laut Weltgesundheitsorganisation WHO gilt: Je länger ein Kind gestillt wird, desto größer ist der Schutz vor Fettleibigkeit.

Anzeige

Symphony.

Große Ziele brauchen manchmal einen Plan B.

Stillen und Muttermilch sind das Beste für dein Baby.
Bei Startschwierigkeiten oder wenn Stillen vorübergehend nicht möglich ist, springt die Klinik- und Mietmilchpumpe Symphony ein:

- Für Anregung, Aufbau und Erhalt der Milchproduktion
- Imitiert das natürliche Saugverhalten deines Babys mit zwei forschungsbasierten Programmen
- Für Muttermilch, von Anfang an

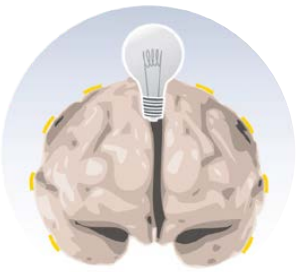
So ist dein Baby jederzeit optimal versorgt und eurer langen, glücklichen Stillzeit steht nichts im Wege!

Auch auf Rezept! Alle Infos und direkt online mieten unter:
medela-family.de/symphony-online-mieten

medela-family.de

Unterstützung einer optimalen Gehirnentwicklung

Ohne Humane Milch-Oligosaccharide (HMO)



Keine Unterstützung der neurologischen Entwicklung = schlechtere Grundlage für geistige Fähigkeiten

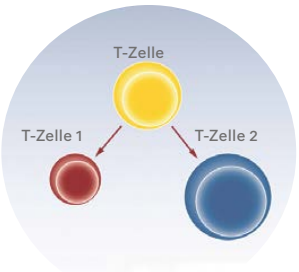
Mit Humanen Milch-Oligosacchariden (HMO)

Unterstützung der neurologischen Entwicklung = bessere Grundlage für geistige Fähigkeiten

Quelle: Jennewein Biotechnologie, 2020

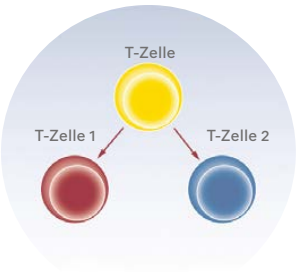
Das Immunsystem im Gleichgewicht

Ohne Humane Milch-Oligosaccharide (HMO)



Unausgeglichenes Immunsystem = erhöhtes Risiko für Allergien

Mit Humanen Milch-Oligosacchariden (HMO)



Ausgeglichenes Immunsystem = vermindertes Risiko für Allergien

Quelle: Jennewein Biotechnologie, 2020

▷▷ ein frühzeitiges Abstillen – ist jedoch ein Mangel an Muttermilch. In solchen Fällen sollte eine Stillberaterin, eine Hebamme oder ein Kinder- oder Frauenarzt konsultiert werden, ob die Milchmenge ausreicht oder gegebenenfalls eine Pumpe dabei helfen kann, die Milchproduktion in Gang zu bringen.

Für Nähe und Geborgenheit sorgen

Selbst wenn weder Hilfsmittel noch bestimmte Stilltechniken helfen, gibt es keinen Grund, zu verzweifeln: Auch ein Kind, das mit Ersatzmilchnahrung ernährt wird, wird wachsen und gedeihen. Sogenannte Anfangsmilch oder Pre-Nahrung ist der Muttermilch am ähnlichsten und enthält alle wichtigen Inhaltsstoffe, wie unter anderem auch die so wichtigen Milch-Oligosaccharide. Bei der Verwendung ist es übrigens besser, nicht häufig die Marken zu wechseln, da dies Bauchschmerzen beim Kind hervorrufen kann. Und da bei Tests dieser Produkte immer wieder Schadstoffe gefunden werden, sollte man sich zunächst über die verschiedenen Anbieter am Markt und ihr Abschneiden informieren.

Wenn es mit dem Stillen nicht klappt, ist es übrigens besonders wichtig, dem Kind auf andere Weise Nähe und Geborgenheit zu geben. Das ist beispielsweise möglich, indem man es beim Füttern immer im Arm hält und es so häufig wie möglich mit Tragetuch oder Babyschlinge am Körper trägt. So wird auch ohne Stillen eine enge Mutter-Kind-Bindung aufgebaut. ❑

Die WHO empfiehlt, Säuglinge sechs Monate lang ausschließlich zu stillen.

Anzeige

Die Kleinsten sicher transportiert

BABYSCHALEN | VON NADINE EFFERT

Ob nach der Geburt vom Krankenhaus nach Hause, auf Reisen oder mal eben zum Supermarkt: Im Auto ist eine Babyschale für Neugeborene und kleine Kinder ein Muss. Für ein Maximum an Sicherheit kommt es neben dem richtigen Modell auch auf die Handhabung an.

Laut einer Auswertung des Statistischen Bundesamtes verunglückten im Jahr 2018 circa 10.700 Kinder als Insassen in Autos. Eltern machen sich deshalb zurecht Sorgen, wie sie ihren Nachwuchs am sichersten von A nach B transportieren. Dabei liegt die Verantwortung schon beim Kauf und beim Einbau der Babyschale oder des Kindersitzes in ihren Händen.

Vor Ort testen

Wenn es zwei unumstößliche Fakten über Babyschalen gibt, dann sind es diese beiden: Es handelt sich heutzutage um ein regelrecht hochentwickeltes technisches Gerät und die Auswahl an Modellen ist schier unendlich. Daher ist es am besten, Test-Ergebnisse aus zuverlässigen Quellen zu studieren und sich bei der Wahl von einem Fachmann beraten zu lassen. Ganz wichtig: zur Beratung das eigene Auto mitbringen. Denn schließlich sind Gurtlänge, Gurtgeometrie und die Gestaltung der Sitze bei jedem Fahrzeug anders, sodass ein Ausprobieren der Babyschale vor Kauf ratsam ist.

Das Baby sollte entgegen der Fahrtrichtung platziert werden.

Sicherheit durch Sitzposition

Entscheidung getroffen? Dann ist als nächstes die Sitzposition des Sprösslings von Bedeutung. Die sicherste ist entgegen der Fahrtrichtung. Warum? Dazu der ADAC: „Die noch kaum ausgeprägte Hals und Nackenmuskulatur würde beim Kleinkind bei einer abrupten Vorwärtsbelastung – das kann schon ein ‚harmloser' Auffahrunfall sein – stark belastet werden, was zu schweren Verletzungen führen kann." Übrigens: Solange der Kopf des Babys noch gut von der Schale abgestützt wird und im Scheitelbereich nicht über den Schalenrand hinausragt, sollte nicht zur nächsten Sitzgröße gewechselt werden.

Auf korrekten Einbau achten

Ebenso relevant für die Sicherheit des kleinen kostbaren „Transportguts" ist der korrekte Einbau der Babyschale. „Sie muss mit dem Fahrzeug-Dreipunktgurt so kräftig wie möglich festgezogen werden. Je weniger Spielraum, umso sicherer", hält der ADAC in seiner Broschüre „Sicher im Auto. Mit dem Baby unterwegs." fest. Gleiches gilt für die Straffung des Gurtsystems in der Schale, sodass zum Beispiel zwischen Gurt und Oberkörper des Babys gerade noch die flache Hand passt. Die Auslass-Öffnungen für die Schultergurte müssen sorgfältig und regelmäßig auf Schulterhöhe eingestellt werden. Wer sich an diese wichtigsten Babyschalen-Sicherheitstipps hält, der schützt seinen Nachwuchs im Falle eines Unfalls optimal. ❑

Babyschale mit Liegefunktion ist ideal

Die Kindersitzexperten von Joie wissen aus eigener Erfahrung: Eltern wollen nur das Beste für ihr Kind. Und das Beste für Babys Rücken ist eine Babyschale mit Liegefunktion – wie die Joie i-Level. Mit der Note 1,7 wurde die i-Size zertifizierte Babyschale Testsieger bei Stiftung Warentest in der Kategorie i-Size bis 105 Zentimeter*.

Babys Rücken kann sich optimal entwickeln, wenn das Kind möglichst flach liegt. Die Joie i-Level für Neugeborene und Babys bis 85 Zentimeter hat deshalb verschiedene Neigungswinkel bis hin zur sehr flachen Liegeposition, die Eltern im Auto und auf dem Kinderwagen nutzen können.

Liegeposition durchweg möglich

Bei anderen Babyschalen mit Liegefunktion muss die Schale zum Herausnehmen aus dem Auto in die Sitzposition gebracht werden oder darf gar nicht erst liegend im Auto verwendet werden. Nicht so bei der i-Level. Der besondere Clou: Die Position des Babys kann immer gleich bleiben. Für Babys bedeutet das eine durchweg gute Ergonomie, optimale Sauerstoffversorgung und eine reelle Chance aufs Weiterschlafen.

i-Size sicher mit Isofix

Ergonomie und Komfort sind das eine, beim Autofahren spielt aber vor allem die Sicherheit eine wichtige Rolle. Die i-Level ist zertifiziert nach der i-Size Norm (ECE R129/02) und entspricht höchsten Sicherheitsanforderungen – gerade im Hinblick auf den Seitenaufprall. Um die kleinen Passagiere optimal zu schützen, hat Joie eine spezielle Tri-Protect-Kopfstütze verbaut. Die dreilagige Konstruktion mit Intelli-Fit Memory-Schaum gibt besonders viel Halt und absorbiert im Falle eines Unfalls die Aufprallenergie. Kopfstütze und Gurtsystem lassen sich mit einem Handgriff auf die Größe des Babys anpassen. Befestigt wird die i-Level Babyschale auf der Isofix-Basisstation i-Base LX, die selbstverständlich im Lieferumfang enthalten ist.

www.de.joiebaby.com

Joie i-Level im Detail

- Babyschale mit drei Neigungswinkeln
- Flache Liegeposition unterstützt gesunde Entwicklung von Babys Wirbelsäule
- Testsieger bei Stiftung Warentest in der Kategorie i-Size bis 105 Zentimeter*
- Liegeposition für Auto und Kinderwagen
- Verwendbar ab Geburt bis 85 Zentimeter Körpergröße (max. 13 Kilogramm)
- XXL-Soft-Verdeck mit UV-Schutz 50+ und Sonnenblende
- Installation mit Isofix
- Passt auf Joie-Kinderwagen und auf die weiterer Hersteller

* Herbst 2018, punktgleich mit einem weiteren Hersteller

KOMMENTAR

Auf gute (Kinder-)Gesundheit

Die Kindheit ist eine der wichtigsten Phasen im Leben. Hier wird der Grundstein gelegt für so vieles – sei es für die körperliche und seelische Entwicklung, aber auch für bestimmte Interessen, Werte und Vorstellungen. Wie stellte einst der Kirchenmeister Augustinus von Hippo (354 – 430 n. Chr.) philosophisch fest: „Das Leben der Eltern ist das Buch, in dem die Kinder lesen." Vom ersten Tag der Schwangerschaft und von Geburt an tragen Sie als Mutter oder als Vater Verantwortung für die Gesundheit und das Wohlbefinden Ihres Kindes. Dabei gilt allerdings auch: Sorge ist ok, aber bitte nicht sofort in Hysterie verfallen. Lassen Sie sich nicht verunsichern durch die Flut an zugänglichen, teilweise jedoch nur wenig hilfreichen Informationen – Stichwort „Dr. Google". Hören Sie im ersten Schritt auf Ihr Gespür, Ihren Instinkt und im zweiten Schritt definitiv auf den „echten" (Kinder-)Arzt. Bleiben Sie und Ihre Kinder gesund!

Nadine Effert
Chefredakteurin

Unsere nächste Ausgabe

IT-Sicherheit
Aus gegebenem Anlass klärt die Redaktion des Reflex Verlages verständlich und anschaulich über akute Herausforderungen und Gefahren für unternehmerische, industrielle, private und öffentliche IT- und Kommunikationsarchitekturen auf. In Kenntnis der Handlungsfelder erhalten Entscheider notwendiges Praxiswissen, um wirkmächtig in krisensichere IT-Services, Technologien und Lösungen zu investieren.

Erfahren Sie mehr am 25. Juni in der Frankfurter Allgemeine Zeitung.

IMPRESSUM

Projektmanager Natalia Vinciguerra-Matar, natalia.vinciguerra@reflex-media.net, Karoline Koesling, karoline.koesling@reflex-media.net, Myriam Krämer, myriam.kraemer@reflex-media.net **Redaktion** Nadine Effert, Mark Krüger, Tobias Lemser, Svenja Runciman **Layout** Silke Schneider, silke.schneider@reflex-media.net **Fotos** iStock/Getty Images, Coverbild iStock/Chinnapong **Druck** BVZ Berliner Zeitungsdruck GmbH **V.i.S.d.P.** Redaktionelle Inhalte Nadine Effert, redaktion@reflex-media.net **Weitere Informationen** Pit Grundmann, pit.grundmann@reflex-media.net, Reflex Verlag GmbH, Hackescher Markt 2–3, D-10178 Berlin, T 030 / 200 89 49-0, www.reflex-media.net
Diese Publikation des Reflex Verlages erscheint am 10. Juni 2020 als Beilage im Magazin ELTERN. Der Reflex Verlag und der Verlag Gruner + Jahr GmbH, in welchem das Magazin ELTERN erscheint, sind rechtlich getrennte und redaktionell unabhängige Unternehmen. Inhalte von Werbebeiträgen wie Unternehmens- und Produktporträts, Interviews, Anzeigen sowie Gastbeiträgen und Fokusinterviews geben die Meinung der beteiligten Unternehmen beziehungsweise Personen wieder. Die Redaktion ist für die Richtigkeit der Beiträge nicht verantwortlich. Die rechtliche Haftung liegt bei den jeweiligen Unternehmen.

Wir sind dabei

HiPP GmbH & Co. Vertrieb KG **2**
Georg-Hipp-Straße 7
85276 Pfaffenhofen (Ilm)
information@hipp.de

neuraxpharm® Arzneimittel GmbH **4 & 7**
Elisabeth-Selbert-Straße 23
40764 Langenfeld
info@neuraxpharm.de

W. Pelz GmbH & Co. KG **5**
Willy-Pelz-Straße 8–9
23812 Wahlstedt
kontakt@cosmea.de

SmartVital B.V. **6**
Markt 14
6211CJ Maastricht
Niederlande
service@smartvital.eu

CSL Behring GmbH **9**
Emil-von-Behring-Straße 76
35041 Marburg
cst@cslbehring.com

Aktion Deutschland Hilft e. V. **10**
Bündnis deutscher Hilfsorganisationen
Willy-Brandt-Allee 10–12
53113 Bonn
info@aktion-deutschland-hilft.de

Novartis Pharma GmbH **11**
Roonstraße 25
90429 Nürnberg
infoservice.novartis@novartis.com

Ethianum Klinik Heidelberg **13**
Wirbelsäulenchirurgie
Prof. Dr. med. Jürgen Harms
Voßstraße 6
69115 Heidelberg
juergen.harms@ethianum.de

Deutscher Familienverband e. V. **14**
Seelingstraße 58
14059 Berlin
post@deutscher-familienverband.de

Allianz Deutschland AG **15**
Königinstraße 28
80802 München
info@allianz.de

Medela Medizintechnik GmbH & Co. Handels KG **16**
Postfach 1148
85378 Eching
info@medela.de

Jennewein Biotechnologie GmbH **17**
Maarweg 32
53619 Rheinbreitbach
info@jennewein-biotech.de

Joie (Vertrieb: Allison GmbH) **18**
Adam-Opel-Straße 21
67227 Frankenthal
info.de@joiebaby.com

Lotus Vita GmbH & Co. KG **20**
Vogesenblick 3
79206 Breisach
info@lotus-vita.de

LOTUS NATURA PLUS

Wasserfilter aus Bambus,
Glas und Edelstahl

Neuheit!

Modell 2020

ORIGINAL LOTUS-VITA WASSERTECHNOLOGIE
PiVitalis®
LOTUS VITA

„Meine **Gesundheit** ist mir wichtig –
und das Wasser aus den LOTUS **Wasserfiltern**
schmeckt mir richtig gut“

LOTUS VITA

www.LOTUS-VITA.de

LOTUS Wasserfilter

Glas-Trinkflaschen

Info & Bestell-Hotline:
+49 (0)7664 4069 1030