

Diese Meldung kann unter <http://www.presseportal.de/pm/7002/1485809/stillen-fisch-und-alte-moebel-schuetzen-babys-vor-allergien> abgerufen werden.



## Stillen, Fisch und alte Möbel schützen Babys vor Allergien

01.10.2009 - 13:23 Uhr, ABDA Bundesvgg. Dt. Apothekerverbände

Berlin (ots) - Mütter können ihre Kinder vor Allergien schützen, indem sie mindestens vier bis sechs Monate lang ausschließlich stillen. Wenn das Baby anschließend Brei bekommt, sollte begleitend weiter gestillt werden. "So gut wie jede Stillende kommt in die Apotheke, wenn sie Probleme hat. Fast immer kann der Apotheker helfen, etwa mit dem Verleih einer Milchpumpe oder Hilfsmitteln wie Brusthütchen, speziellen Kompressen oder einer Brustwarzensalben", so Erika Fink, Präsidentin der Bundesapothekerkammer.

Stillende Mütter sollten sich besonders ausgewogen und nährstoffdeckend ernähren. Fink: "Stillende können ihren erhöhten Bedarf nur mit sehr viel Disziplin durch Lebensmittel alleine decken. Deshalb rate ich Stillenden, zusätzlich Vitamine wie Folsäure und Mineralstoffe wie Jod einzunehmen." Überholt ist die Empfehlung, während der Schwangerschaft oder Stillzeit auf potentielle Nahrungsmittelallergene zu verzichten. Empfehlenswert ist hingegen, während der Schwangerschaft und Stillzeit häufig Fisch zu essen, denn dies kann das kindliche Allergierisiko senken. Eine allgemeine Anti-Allergie-Diät für Kinder gibt es aber nicht.

Frischgebackene Eltern sollten den Möbelkauf und das Renovieren verschieben: Aus neuen Möbeln können flüchtige organische Verbindungen, wie zum Beispiel Formaldehyd, freigesetzt werden. Gleiches gilt für Maler- und Renovierungsarbeiten. Schadstoffe im Innenraum können das Risiko für allergische Erkrankungen, insbesondere Asthma, erhöhen. Das Wissenschaftliche Institut für Prävention im Gesundheitswesen (WIPIG) hat eine Broschüre für Stillende entwickelt.

Diese Pressemitteilung und weitere Informationen auch unter [www.abda.de](http://www.abda.de) und [www.wipig.de](http://www.wipig.de)

@@infblk@@

Pressekontakt:  
Dr. Ursula Sellerberg  
Stellv. Pressesprecherin und Apothekerin  
Tel.: 030 - 40004 134  
Mail: [u.sellerberg@abda.aponet.de](mailto:u.sellerberg@abda.aponet.de)  
[www.abda.de](http://www.abda.de)

Originaltext: ABDA Bundesvgg. Dt. Apothekerverbände  
Pressemappe: <http://www.presseportal.de/pm/7002/abda-bundesvgg-dt-apothekerverbaende>  
Pressemappe als RSS: [http://presseportal.de/rss/pm\\_7002.rss2](http://presseportal.de/rss/pm_7002.rss2)