

Fragen zum Thema Ernährung

1. Tim hat Probleme mit dicker Nahrung und beim Schlucken von Nahrung, die nicht püriert ist.

a) Hauptproblem ist die Hühnereiweißallergie sowie Weizenallergie- Untersuchungen auf Zöliakie laufen noch. (Haben sich laut Aussage der Mutter auf dem Kongress aber nicht bestätigt!)

(Tim ist ein De-Gouchy 2 (18q-21,1-21,3)- Kind mit großen Gedeihstörungen bis zum 14. Lebensmonat, seit dem etwas besser durch Motilium und Antramups). Z .Zt.

Gewichtszunahme in 5 Wo ca. 110 g, wiegt jetzt mit 18 Monaten 7120g.

b) Dazu noch Neurodermitis.

c) Was kann man noch füttern außer Gemüse, Obst (begrenzt), Lamm Kalb, Rind, Hühnerfleisch und Pute, Hirse-Hafer-Reis-Flocken bzw. Brei? z.B. Brotsorten, Plätzchen?

Antwort:

Zu b) *An der Neurodermitis ist bei manchen Kindern eine Lebensmittelallergie beteiligt. Die häufigsten Auslöser sind in solchen Fällen Lebensmittel wie Ei, Kuhmilch, Erdnüsse, Weizen, Soja, Fisch oder Nüsse. Eine pauschale Diät sollte nicht ohne Not durchgeführt werden, sondern getestet oder genauestens beobachtet werden, ob nach dem Verzehr der Lebensmittel Symptome (verstärkt) auftreten. Für betroffene Eltern werden Schulungen von Kliniken durchgeführt, um ggf. eine sinnvolle Ernährungsumstellung zu ermöglichen.

Zu c) *Grünkernbrot wären auszutesten; glutenfreie Brote mit den entsprechenden Mehlsorten (gibt es im Reformhaus oder Naturkostladen).

*Plätzchen ohne Ei und Weizenmehl sind möglich

2. Familie Althausen hat folgende Fragen:

a) Abwechslung bei der Zubereitung passierter Kost, vor allem Zwischenmahlzeiten, Kalorienreich! (außer Pudding, Joghurt...)

b) Nahrungszusammensetzung?

Aufgabe der Logopädin bei der Umstellung von Brei –auf „Normalkost“

c) Gibt es Präparate zum Zufüttern, die kalorienreich bzw. sehr nahrhaft sind? (Fresenius- auch ohne Sonde)

Antwort:

Zu a) *ausschließlich Joghurt und Pudding als Zwischenmahlzeiten sind langfristig gesehen zu einseitig. Gute Alternativen sind z. B. ein passiertes Müsli mit passierten Früchten oder ein passiertes Vollkornbrot mit Belag

Zu c) * Sahne zugeben, fettreichere Wurst, Käse bzw. Fleischsorten bevorzugen; mehrere kleine Mahlzeiten am Tag einsetzen; Fettzugabe erhöhen; zur Nahrungsergänzung gibt es ein Produkt mit dem Namen „BiCal“ von der Firma metaX (Empfehlung von Frau Kolbe)

Weiterer Fragenkatalog:

(1) Ernähre ich mein Kind ausgewogen?

(2) Was kann ich tun, damit mein Kind zunimmt?

(3) Wie entwöhne ich mein Kind von der Sonde? (Alternativen zu Castillo Morales)

(4) Wie bekomme ich mein Kind dazu, dass es mehr trinkt!!

Antwort:

(1) Mit einer optimierten Mischkost (siehe Broschüre, die am Tag der Veranstaltung auslag)

(2) siehe Antwort 1. Seite 2. Frage von Familie Althaus

(3) ist eine Frage an die Bewegungstherapeutin

(4)*Zu den Mahlzeiten und zwischendurch Getränke anbieten; verschiedene Obstsaft-Mineralwasser-Kombinationen als Schorle ausprobieren z. B. mit Apfelsaft, Orangensaft, Traubensaft, Multivitaminsaft, oder Früchtetees

*dem Kind verschiedene Trinkgefäße anbieten bzw. austesten woraus es am liebsten trinkt (z. B. Schnabeltasse, Trinkglas, Trinkbecher, Plastikbecher, mit dem Strohhalm)

Wie kann, wenn dauerhaft passierte Kost gegeben wird, eine ausgewogene Ernährung sicher gestellt werden (unsere Tochter hat chronische Verstopfung und speichelt extrem)

Antwort:

* nach dem Prinzip der optimierten Mischkost (siehe Broschüre) ernähren. Die jeweiligen Mahlzeiten lassen sich ohne weiteres in pürierter Form anbieten. Wichtig dabei, dass eine reichliche Flüssigkeitszufuhr gesichert ist, da das Kind stark speichelt, könnte auch die chronische Verstopfung bessern. Mehr ballaststoffreiche Lebensmittel z. B. langsam auf Vollkornbrote umsteigen oder Müsli fein mahlen

*mehr Bewegung im Liegen durchführen, um die Darmperistaltik zu fördern

Was halten Sie von der Ernährung nach der Blutgruppe?

Antwort:

* wissenschaftlich nicht nachvollziehbar

* die Lektine, die sich im Blut verklumpen sollen, werden eigentlich bei Kochprozeß der Lebensmittel zerstört und bilden damit verdauliche Eiweißkomponenten

Was halten Sie von Biosäften und in wie weit sind darin noch die Vitamine enthalten im Gegensatz zu frisch gepressten Säften?

Antwort:

* Der Vitamingehalt von frisch gepressten Säften ist abhängig von der Reifung, der Transportzeit und der Lagerung des Obstes. Ein frisch gepresster Saft kann ohne weiteres weniger Vitamine enthalten, als ein Bio- oder konventioneller reiner Saft. Hierbei spielt das Alter des Obstes bzw. der Reifegrad und die Herstellung wie schon gesagt eine wichtige Rolle.

Biosäfte sind ernährungsphysiologisch weitgehend ähnlich herkömmlichen reinen Obstsaften mit der Aufschrift 100% Saft bzw. hergestellt aus Fruchtsaftkonzentrat. Bei der Herstellung von Biosäften stammen zum einen die Obstsorten aus biologischem Anbau bzw. werden keine Farbstoffe oder Konservierungsmittel eingesetzt.

Fragen an die Bewegungstherapeutin / Logopädin

Was hat die Ernährung mit der Sprache zu tun?

Wie kann ich mein Kind durchs Essen/Kauen motivieren zu sprechen?

Welche Übung gibt es, damit das Kind richtig kauen lernt und nicht alles zermalmt und schluckt?

Tipps bzw. Möglichkeiten mein Kind zum Kauen zu motivieren

Unser Sohn Amos (Trisomie 18) ist 10 Monate und schluckt nur Babykost für Babys 4. Monat und Milchnahrung.

Wie ernähre ich mein Kind vollwertig, bzw. gewöhne ihn an gröbere Kost?

Antwort:

*ernährungsphysiologisch ist die feinpürierte Babynahrung ab 4. Monat weitgehend ähnlich der etwas gröberen Juniorkost ab dem 8. Monat. Sie können Ihrem Kind also ohne weiteres die Babykost, aber dann in größeren Mengen, geben. Dabei nach und nach versuchen, es an die gröbere Kost zu gewöhnen. Wenn Sie selber kochen möchten, können Sie alle gängigen Mahlzeiten des Tages selbst pürieren.

Vollwertiger, ballaststoffreicher, vitamin- und mineralstoffreicher wird die Nahrung Ihres Sohnes durch den Einsatz von Vollkornprodukten d. h. das Brot in Form von Vollkornbrot fein ausgemahlen pürieren oder Vollkornreis bzw. Vollkornnudeln in der Mittagsmahlzeit mit viel Gemüse und etwas Fleisch pürieren usw.

*die gröbere Kost erreichen Sie dadurch, indem Sie die pürierten Mahlzeiten einfach etwas gröber pürieren. Sollte dies mit der Zeit besser oder sogar gut klappen, kann man den Püriervorgang immer gröber werden lassen. Testen inwieweit das Kind die gröbere Nahrung verträgt (ich denke da an das Verschlucken) oder mag

Verstopfung bei Liegekindern: Abhilfe?

Antwort:

***ausreichend trinken**

*ballaststoffreiche Kost durch mehr Obst und Gemüse, Vollkornbrot, Vollkornreis oder Vollkornnudeln, Müsli

*Bewegungsübungen im Liegen mit den Kindern durchführen; Massagen der Bauchmuskulatur durchführen

Fragen an Fresenius

Peg/ Button: Nebenwirkungen bei langfristigem Gebrauch?

Pflege / Versorgung des Stomas

Welche Nahrung ist besser (Ernährung über PEG)

Normale pürierte Kost oder spezielle Sondennahrung?

Wie weiß ich, ob mein Kind genug Flüssigkeit bekommt, wenn sie ausschließlich sondiert wird?

- a. Sind bei Kindern mit Chromosomenstörungen Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll?
- b. Fördern Milch und Milchprodukte tatsächlich die Neigung zu Infekten?

Antwort:

a) Nahrungsergänzungsmittel sind grundsätzlich nur erforderlich, wenn eine Nahrungsaufnahme in Form von Breikost oder Sondenernährung **nicht ausreichend** gewährleistet ist. Mit einer abwechslungsreichen Mischkost, die ohne weiteres in Breiform angeboten werden kann ist der zusätzliche Einsatz von Nahrungsergänzungsmitteln nicht erforderlich.

b) Milch und Milchprodukte sind unsere wichtigsten Kalziumlieferanten und für den Aufbau einer gesunden Knochenmasse, gerade im Wachstum, unerlässlich. Wenige Kinder entwickeln eine Allergien gegen das Milcheiweiß oder eine Unverträglichkeit des Milchzuckers. Grundsätzlich fördert die Milch keine Infekte, sondern ist ein wertvoller Bestandteil der Kinderernährung.

Wie ist eine ausgewogene Ernährung trotz Breikost möglich?

Wie lässt sich die Verdauung langfristig auf natürliche Weise fördern? (z.Zt. Bifiteral)

Wie kann mein Kind mehr trinken?

Antwort:

Siehe oben