



# **Säuglingsanfangsnahrung und Muttermilch**

# Säuglingsanfangsnahrung und Muttermilch



## Muttermilch

Muttermilch ist die natürliche Nahrung des Säuglings. Sie ist optimal, da sie alle Nährstoffe in ausreichender Menge und Zusammensetzung und zusätzlich Abwehrstoffe gegen Infektionserkrankungen enthält. Im Laufe/Verlauf des Stillens passt sich die Zusammensetzung der Milch dem Bedarf des Säuglings an. Kinder sollten in den ersten 4 bis 6 Lebensmonaten ausschließlich gestillt werden. Danach kann weiter gestillt werden und parallel die Beikost eingeführt werden, solange dies Mutter und Kind wünschen. Weitere Informationen zur Muttermilch und zum Stillen sind diesem Modul beigelegt.

In der Tagespflege ist Muttermilch dann ein Thema, wenn Eltern wünschen, dass ihr Kind Muttermilch erhält. Werden die Kinder in den Räumlichkeiten der Tagespflegeperson betreut, wird in der Regel abgepumpte Muttermilch zur Verfügung gestellt. Zum Umgang mit abgepumpter Muttermilch in der Tagespflege siehe **Modul Hygiene**. Wird das Kind im häuslichen Bereich betreut, müssen Mutter und Pflegeperson gemeinsam einen Rhythmus für das Stillen und Betreuen finden.



Obschon vollgestillte Säuglinge in der Tagespflege die Ausnahme sind, soll darauf hingewiesen werden, dass gesunde Säuglinge, die voll gestillt werden, keine zusätzliche Flüssigkeit und keine Zufütterung benötigen.

Lediglich bei Fieber oder sehr starkem Schwitzen sollten Wasser oder stilles Mineralwasser mit der Kennzeichnung „für die Säuglingsernährung geeignet“ verabreicht werden. Für Kinder im ersten Lebenshalbjahr müssen beide Wässer vor dem Verabreichen abgekocht werden.



## Säuglingsanfangsnahrung

Säuglingsanfangsnahrungen sind „Lebensmittel, die für die besondere Ernährung von Säuglingen während der ersten Lebensmonate bestimmt sind und für sich allein den Ernährungserfordernissen dieser Säuglinge bis zur Einführung angemessener Beikost entsprechen.“ (Diätverordnung)

Ihre Zusammensetzung ist gesetzlich festgelegt, so dass diese Produkte definierte Nährstoffgehalte aufweisen. Man unterscheidet Säuglingsanfangsnahrungen mit der Kennzeichnung „Pre“ oder „1“. Beide sind zur Fütterung von Geburt an und für das gesamte 1. Lebensjahr des Kindes geeignet. Sie können nach Bedarf des Kindes gefüttert werden.

# Wie unterscheiden sich Pre- und 1- Nahrungen?



## Pre-Nahrungen:

- sind an das Nährstoffprofil der Muttermilch angepasst und können diese ersetzen.
- enthalten wie die Muttermilch als einziges Kohlenhydrat Milchzucker.
- sind dünnflüssig wie Muttermilch.

- können dem Säugling nach Bedarf gegeben werden.
- sollten in den ersten 6 Monaten bevorzugt werden (wenn keine Muttermilch gefüttert wird!).
- manchmal sind langkettige ungesättigte Fettsäuren zugesetzt.

••••• Bei der Zubereitung müssen die Herstellerangaben für die Zubereitung beachtet werden. Insbesondere den Hinweisen zur Dosierung sollte Folge geleistet werden, d.h. wenn z. B. ein „gestrichener Maßlöffel“ angegeben ist.



## 1-Nahrungen:

- sind an das Nährstoffprofil der Muttermilch angepasst und können diese ersetzen.
- enthalten neben Milchzucker auch bis zu 2 % Stärke oder Maltose. Sie sind aber nicht energiereicher als Pre-Nahrung.

- sind etwas sämiger in der Konsistenz.
- sie sind oft schlechter verdaubar.
- werden außer Milchzucker andere zulässige Zucker zugesetzt, sind diese Produkte weniger empfehlenswert. Hintergrund dafür ist der süßere Geschmack und die damit verbundene Prägung.
- Eine Überfütterung ist möglich.

