

# Umsetzung der Handlungsempfehlungen des Netzwerkes „Gesund ins Leben“ in Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung

## Wie und wie gut sind die Handlungsempfehlungen nach zwei Jahren umgesetzt?<sup>1</sup>

Julia Hirsch, Christel Rademacher, Mönchengladbach

### Zusammenfassung

Die Handlungsempfehlungen zur Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter werden zwei Jahre nach Publikation in 30 % der bundesweit verfügbaren Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung vollständig und korrekt umgesetzt, 70 % zeigen inhaltlichen Überarbeitungsbedarf.

**Schlüsselwörter:** Handlungsempfehlungen, Netzwerk „Gesund ins Leben“, Säuglingsernährung, Ratgeberbroschüren

in Printmedien umgesetzt wurden, ist Gegenstand dieser Untersuchung.

### Zielsetzung

Ziel der vorliegenden Analyse war es, den Status quo der praktischen Umsetzung der Handlungsempfehlungen in deutschsprachigen Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung zu untersuchen. Die zentrale Fragestellung lautete: „Wie und wie gut sind die Handlungsempfehlungen zwei Jahre nach Veröffentlichung in Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung umgesetzt?“.

### Methodik

Im Rahmen einer quantitativen Inhaltsanalyse wurden 33 bundesweit verfügbare Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung untersucht (♦ Tabelle 1). Diese stammen von unterschiedlichen Herausgebern wie Fachgesellschaften und Verbänden, Bundes- und Landesministerien, Krankenversicherungen, Herstellern von Säuglingsnahrung, Babyausstattern und weiteren Unternehmen der Ernährungsindustrie. Als Stichtag für die Verfügbarkeit dieser Printmedien wurde der 31. Oktober 2012 festgesetzt.

Die Aussagen der Ratgeberbroschüren wurden mit den Handlungsemp-

### Einleitung

Im Juni 2010 veröffentlichte das Netzwerk „Gesund ins Leben – Netzwerk Junge Familie“ die „Handlungsempfehlungen zur Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter“. Im Expertenkonsensus wurden diese auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse formuliert und stellen bundesweit einheitliche Empfehlungen für die Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter dar [2]. Sie sollen Multiplikatoren wie Hebammen, Frauenärzten sowie Kinder- und Jugendärzten als Beratungsstandard dienen [3]. Ob und wie diese Handlungsempfehlungen

### Zitierweise:

Hirsch J, Rademacher C (2014) Implementation of the recommendations made by the “Gesund ins Leben” network as found in advice leaflets on the nutrition of infants. How and how well have the recommendations been implemented two years later? Ernährungs Umschau 61(2): 27–31

The English version of this article is available online:  
DOI 10.4455/eu.2014.005

<sup>1</sup>Diese Arbeit wurde als Poster beim 50. Wissenschaftlichen Kongress der DGE 2013 vorgestellt [1].

Das Netzwerk „Gesund ins Leben – Netzwerk Junge Familie“ ist ein Zusammenschluss der relevanten Institutionen, Fachgesellschaften und Verbände, die sich mit jungen Familien befassen. Es ist ein Projekt des Nationalen Aktionsplans „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“ der Bundesregierung und wird vom ehemaligen Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) finanziell gefördert. Leitung und strategische Steuerung liegen in der Hand einer Lenkungsgruppe. Sie setzt sich zusammen aus Vertretern des Berufsverbands der Frauenärzte e. V., des Berufsverbands der Kinder- und Jugendärzte e. V., des Deutschen Hebammenverbands e. V., der Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb), des BMELV und des aid infodienst e. V. Geschäftsstelle und Ansprechpartner der Initiative ist der aid, der auch alle Aktivitäten koordiniert.

Die Handlungsempfehlungen des Netzwerkes („Ernährung in der Schwangerschaft“, „Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter“ und neu „Ernährung und Bewegung im Kleinkindalter“) wurden aus übereinstimmenden Aussagen wissenschaftlicher Institutionen zu den betroffenen Themen zusammengefasst. Dazu wurden diese Aussagen im wissenschaftlichen Beirat des Netzwerkes diskutiert und in Kernaussagen formuliert [4].

fehlungen abgeglichen. Zugrunde gelegt wurden die in den Handlungsempfehlungen vorgegebenen Themenblöcke mit ihren jeweiligen Kernaussagen (◆ Übersicht 1). Die Umsetzung dieser Kernaussagen in den Ratgebermedien wurde den drei Kategorien „vorhanden und korrekt“, „vorhanden und falsch“ oder „nicht vorhanden“ zugeordnet. Ein Ratgeber wurde als korrekt umgesetzt bewertet, wenn alle Aussagen der Handlungsempfehlungen inhaltlich richtig dargestellt, d. h. in die Kategorie „vorhanden und korrekt“ eingeordnet werden konnten. Keine der bewerteten Broschüren umfasst alle Themenblöcke, daher wurden nur

die für den jeweils behandelten Themenblock relevanten Kernaussagen in die Bewertung aufgenommen.

### Ergebnisse

In 10 (30 %) der bundesweit aktuell verfügbaren und untersuchten Ratgeberbroschüren sind die Handlungsempfehlungen inhaltlich korrekt und vollständig umgesetzt. 23 (70 %) erfüllen die Anforderungen nicht, weil sie die Empfehlungen fehlerhaft („vorhanden und falsch“) oder unvollständig („nicht vorhanden“) umsetzen. Dabei sind in 15 von 23 Fällen die Aussagen den Kategorien „vorhanden und falsch“ zuzu-



ordnen und in 8 von 23 Broschüren erfolgt die Zuordnung zur Kategorie „nicht vorhanden“.

Inhaltlich falsche oder in der Formulierung missverständliche Botschaften betreffen insbesondere das Thema zum Übergang von ausschließlichem Stillen zur Einführung von Beikost (◆ Abbildung 1).

In den Handlungsempfehlungen wird eine ausschließliche Stilldauer von 4 bis 6 Monaten empfohlen. Dies bedeutet, dass ein Säugling mindestens bis zum Beginn des 5. Lebensmonats, längstens bis Beginn des 7. Lebensmonats ausschließlich gestillt werden soll [2]. Diese Aussage wird in 16 Broschüren (= 70 % der fehlerhaften bzw. missverständlich umgesetzten Broschüren) falsch oder missverständlich kommuniziert. Empfohlen werden eine kürzere oder längere ausschließliche Stilldauer mit Aussagen wie „höchstens vier Monate“ oder „mindestens sechs Monate“ sowie unkonkrete Formulierungen wie „bis 4 Monate stillen“. Einen falschen oder missverständlichen Zeitpunkt der Beikosteinführung nennen 9 Broschüren (= 39 % der als fehlerhaft bzw. unvollständig eingestuften Broschüren). Bei der Mehrzahl der Broschüren ist die empfohlene Formulierung nach dem Schema „frühestens mit Beginn des 5., spätestens mit Beginn des 7. Monats“ [2] nicht erkennbar.

Eine ergänzende Flüssigkeitszufuhr in Form von Getränken ist entsprechend den Handlungsempfehlungen i. d. R. erst mit dem dritten Beikostbrei (Getreide-Obst-Brei) erforderlich [2]. 12 Broschüren (= 52 % der fehlerhaft bzw. unvollständig umgesetzten Broschüren) geben diesen Zeitpunkt falsch oder missverständlich wieder. Häufig ist eine unkonkrete Zeitangabe wie „wenn die Kost fester wird“ oder „mit der Beikost“ zu lesen.

Ferner enthalten 11 Ratgeber (= 48 % der fehlerhaft bzw. unvollständig umgesetzten) falsche oder missverständliche Aussagen zur Gabe von Folgemilch. Folgemilch soll frühes-

- Stillen
- Säuglingsmilchnahrung
- Beikost
- Getränke
- Nährstoffsupplementierung im 1. Lebensjahr
- Ernährung der stillenden Mutter
- Genussmittel in der Stillzeit
- Medikamente und Nährstoffsupplementierung in der Stillzeit
- Allergieprävention beim Kind, die nicht die Ernährung und das Rauchen betreffen

Übs. 1: Themenblöcke der Handlungsempfehlungen

tens mit Beginn der Beikost eingeführt werden, wobei sich die Fachgremien einig sind, dass es aus wissenschaftlicher Sicht keinen Grund gibt, Folgemilch zu empfehlen [2]. In den untersuchten Printmedien wird jedoch häufig die Folgemilch-Fütterung empfohlen oder die Empfehlung der Kommission, sie frühestens mit Beginn der Beikostfütterung einzuführen, falsch umgesetzt.

Der Aspekt der Allergieprävention wird von 6 Broschüren (= 26 % der fehlerhaft oder unvollständig umgesetzten Broschüren) falsch betrachtet. Es werden veraltete und wissenschaftlich nicht gesicherte Empfehlungen zur Allergieprävention wiedergegeben (Mindeststilldauer von sechs Monaten und/oder eine Verzögerung der Beikosteinführung über den vollendeten vierten Lebensmonat hinaus sowie die Meidung häufiger Lebensmittelallergene im ersten Lebensjahr).

Neben den genannten falschen oder missverständlich dargestellten Aussagen gibt es eine Reihe von Aussagen, die nur selten berücksichtigt sind, obwohl das Thema der Broschüre dies hätte erwarten lassen müssen.

1. „Das erste Anlegen an der Brust sollte, wenn möglich, innerhalb der ersten 2 Stunden nach der Geburt erfolgen.“ [2]

2. „(...) die Fleischzutat im Gemüse-Kartoffel-Fleisch-Brei [kann] gelegentlich durch (fettreichen) Fisch ausgetauscht werden.“ [2]
3. „Der Ernährungsplan [für das erste Lebensjahr] gilt auch für Kinder mit erhöhtem Allergierisiko. Die Meidung oder spätere Einführung von häufiger Allergie auslösenden Lebensmitteln bietet keinen Schutz vor Allergien.“ [2]
4. „Jeder Säugling braucht Vitamin K, Vitamin D und Fluorid.“ [2]
5. „Stillende Frauen sollten nach Möglichkeit 2-mal wöchentlich Seefisch verzehren, davon mindestens 1-mal wöchentlich fettreichen Fisch (...)“ [2]
6. „Während der Stillzeit sollten zusätzlich zur Verwendung von Jodsalz (...) Jodtabletten (100 µg Jod/Tag) eingenommen werden.“ [2]

Fehlten diese Aussagen in einer Broschüre, die sich mit diesem Thema beschäftigt, führte dies zur Einordnung in die Kategorie „nicht vorhanden“.

**Diskussion**

Die vorliegende Inhaltsanalyse von Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung ergibt, dass die Mehrzahl

der Herausgeber in ihrem für die Zielgruppe verfügbaren Ratgeber-Angebot noch nicht ausreichend auf die inhaltlichen Neuerungen der Handlungsempfehlungen reagiert hat. Dies bedeutet aus Sicht der Zielgruppe, die sich zu Säuglingsernährung informieren will, dass lediglich in 30 % der bundesweit verfügbaren Ratgeberbroschüren vollständig und korrekt umgesetzte Handlungsempfehlungen zu finden sind. Herausgeber dieser Medien sind v. a. Fachgesellschaften, Bundes- und Landesministerien sowie Krankenkassen (♦ Tabelle 2). Die vom aid infodienst herausgegebenen Broschüren wurden vom Netzwerk „Gesund ins Leben“ erstellt, daher war hier zu erwarten, dass die Handlungsempfehlungen korrekt umgesetzt sind. In allen Broschüren von Herstellern von Säuglingsnahrung, Babyausstattern und Unternehmen der Ernährungsindustrie ist Überarbeitungsbedarf erkennbar.

In mehr als der Hälfte der Ratgeber sind inhaltlich falsche oder in der Formulierung missverständliche Botschaften zu lesen, wobei Aussagen zum Zeitpunkt des Übergangs von ausschließlichem Stillen zur Ergänzung durch Beikost auffallend häufig schlecht umgesetzt sind. Somit steht zwei Jahre nach Publikation der Handlungsempfehlungen ▶

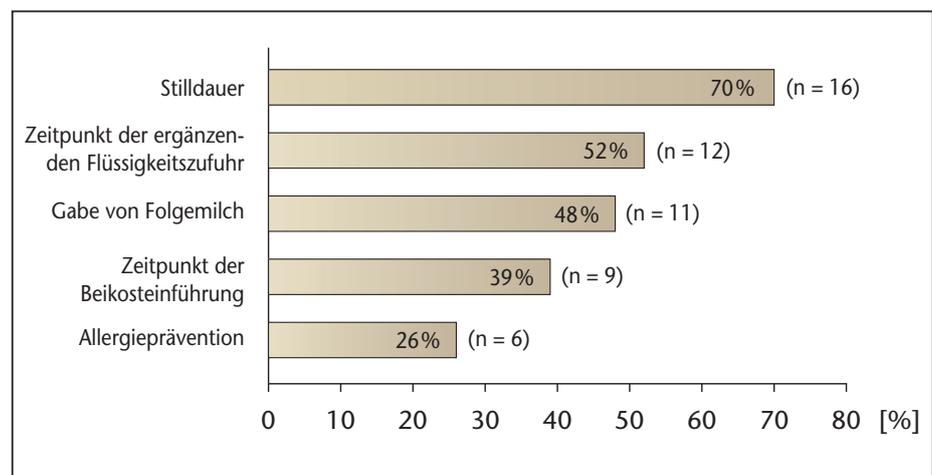


Abb. 1: Häufigkeit der falschen oder missverständlichen Darstellung bestimmter Aspekte der Säuglingsernährung in den fehlerhaften Ratgeberbroschüren (n = 23)

Herausgeber der Broschüre	Titel	Jahr
aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. (aid)	Das beste Essen für Babys	2012
aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. (aid)	Stillen – was sonst?	2012
aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. (aid) Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE)	Ernährung von Säuglingen – Empfehlungen für das erste Lebensjahr	2012
AOK Die Gesundheitskasse WDV Wirtschaftsdienst OHG	Babyernährung - Gesund und lecker	2003
Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen Bundesverband e. V.	Beikost für Stillkinder	2010
BARMER GEK	Die ersten Schritte ins Leben. Ein Ratgeber rund um die ersten 18 Lebensmonate	2011
BKK Wolters Kluwer Deutschland Information Service GmbH	Gesund durchs erste Lebensjahr	2012
Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) Geschäftsstelle Bundesprogramm Ökologischer Landbau	Ernährungskalender für Eltern	2010
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)	das baby – Informationen für Eltern über das erste Lebensjahr	2012
Deutsche Angestellten-Krankenkasse	Babys erste Kost. Tipps für die Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern	2011
Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e. V. (DGKJ)	Gesunde Ernährung für mein Baby	2008
Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund (FKE)	Empfehlungen für die Ernährung von Säuglingen	2012
HiPP GmbH & Co. Vertrieb KG	Viel Liebe, viel Glück und viele Fragen. Ein Ratgeber zum Thema Stillen und Milchnahrung	2011
HiPP GmbH & Co. Vertrieb KG	Von Anfang an die richtige Ernährung. Ein Ratgeber rund ums Thema Baby-Ernährung	2011
Humana GmbH	Willkommen, Baby! Kalender und Berater für Schwangerschaft und das erste Jahr	2010
IKK gesund plus, LexisNexis Deutschland GmbH	Mein Baby bleibt gesund	2009
KKH-Allianz MediaGuide GmbH	Mein Baby Guide. Der Elternratgeber	2010/ 2011
MAPA GmbH/NUK Babyartikel	Die NUK Ernährungsfibel. Ein Ratgeber für die Säuglingsernährung nach der Stillzeit	2010
MAPA GmbH/NUK Babyartikel	Die NUK Fibel rund um Muttermilch, Stilltechniken und den Stillalltag zu Hause	2010
milupa GmbH	Jetzt gibt's was auf den Löffel!	o. J.
milupa GmbH	Rund um Babys Fläschen	o. J.
Ministerium für Arbeit, Soziales und Gesundheit des Landes Schleswig-Holstein	Stark von Anfang an – Kinderkost leicht und lecker	2010
Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum Baden-Württemberg	Von Anfang an mit Spaß dabei – Essen und Trinken für kleine Kinder	2011
Nestlé Alete	Jetzt gibt's was auf den Löffel. Kleiner Ratgeber für den Beikoststart	o. J.
Nestlé Alete	Ratgeber Ernährung – Schritt für Schritt gesund ins Leben	o. J.
Nestlé Alete	Ratgeber Stillen – von Anfang an das Beste	o. J.
Nestlé Alete	Säuglingsmilch von Alete – abgestimmt auf die Babyverdauung	o. J.
Peter Köln KGaA	Von der Beikost zur Familienernährung	o. J.

Herausgeber der Broschüre	Titel	Jahr
PaedNetz®Bayern e. V.	Baby-Kompass® Bayern	2012
pronova BKK LexisNexis Deutschland GmbH	Gesund durch's erste Lebensjahr. Ernährung, Vorsorge und Impfung	2008
Techniker Krankenkasse	Stillen. Babys erste Wahl	2010
Techniker Krankenkasse	Von der Milch zum Brei – Ernährung im ersten Lebensjahr	2012
Verbraucherzentrale Hamburg e. V.	Gesunde Ernährung von Anfang an – Stillen, Säuglingsnahrung, Breie und Gläschenkost	2012

Tab. 1: Untersuchte Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung (n = 33, alphabetisch sortiert)

Herausgeber der Broschüre	Titel der Broschüre	Jahr
aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. (aid)	Das beste Essen für Babys	2012
aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. (aid)	Stillen – was sonst?	2012
aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. (aid) Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE)	Ernährung von Säuglingen – Empfehlungen für das erste Lebensjahr	2012
BARMER GEK	Die ersten Schritte ins Leben. Ein Ratgeber rund um die ersten 18 Lebensmonate	2011
Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) Geschäftsstelle Bundesprogramm Ökologischer Landbau	Ernährungskalender für Eltern	2010
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)	das baby – Informationen für Eltern über das erste Lebensjahr	2012
Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund (FKE)	Empfehlungen für die Ernährung von Säuglingen	2012
Ministerium für Ernährung und Ländlichen Raum Baden-Württemberg	Von Anfang an mit Spaß dabei – Essen und Trinken für kleine Kinder	2011
Techniker Krankenkasse	Von der Milch zum Brei – Ernährung im ersten Lebensjahr	2012
Verbraucherzentrale Hamburg e. V.	Gesunde Ernährung von Anfang an – Stillen, Säuglingsnahrung, Breie und Gläschenkost	2012

Tab. 2: Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung, die die Handlungsempfehlungen des Netzwerks „Gesund ins Leben – Netzwerk Junge Familie“ korrekt und vollständig umsetzen (n = 10, alphabetisch sortiert)

die Überarbeitung eines größeren Teils der Medien noch aus. Bis dahin ist das erklärte Ziel, einheitliche Aussagen zu kommunizieren und Klarheit für die Zielgruppe zu schaffen, nicht erreicht. Die Gründe gilt es zu eruieren, ein Zeitraum von zwei Jahren sollte für die Überarbeitung von Broschüren ausreichend sein.

**M. Sc. Julia Hirsch<sup>1</sup>**  
**Prof. Dr. Christel Rademacher<sup>2</sup>**  
**Hochschule Niederrhein**  
**Fachbereich Oecotrophologie**  
**Rheydter Str. 277**  
**41065 Mönchengladbach**

<sup>1</sup>E-Mail: julia.hirsch@stud.hn.de

<sup>2</sup>E-Mail: christel.rademacher@hs-niederrhein.de

#### Interessenkonflikt

Die Autorinnen erklären, dass kein Interessenkonflikt im Sinne der Richtlinien des International Committee of Medical Journal Editors besteht.

#### Literatur

- Hirsch J, Rademacher C (2013) Umsetzung der Handlungsempfehlungen des Netzwerkes *Gesund ins Leben* in Ratgeberbroschüren zur Säuglingsernährung. *Proc Germ Nutr Soc* 18: 76
- Koletzko B, Brönstrup A, Cremer M et al. (2013) Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter. *Handlungsempfehlungen – Aktualisierte Handlungsempfehlungen des Netzwerkes *Gesund ins Leben* – Netzwerk Junge Familie, ein Projekt von IN FORM. MonatsschrKinderheilkd* 161: 237-246
- Hottenroth P, Flothkötter M (2010) *Gesund ins Leben – Das Netzwerk Junge Familie. Ernährung im Fokus* 11: 466-471
- Gesund ins Leben. Netzwerk Junge Familie. Über uns.* URL: [www.gesund-ins-leben.de](http://www.gesund-ins-leben.de) Zugriff 04.12.13

DOI: 10.4455/eu.2014.005