RATGEBER & Symptomtagebuch

FÜR ELTERN VON KINDERN MIT KUHMILCHALLERGIE

Zur Unterstützung der Diagnose und Behandlung





Inhalt

	Seite
Was ist eine Kuhmilchallergie?	4-5
Symptome	6-7
Diagnose	8-9
Ernährungstherapien	10-11
Unsere Produktfamilie	12-13
Wie geht es weiter?	14-15
Häufig gestellte Fragen	16-17
Unser Service	18

$Symptomtage buch-bitte\, Brosch\"ure\, einfach\, wenden$







Liebe Ettern,

bei Ihrem Kind besteht der Verdacht einer Kuhmilchallergie und das wirft vermutlich viele Fragen auf. Wir von Nestlé Health Science möchten mit der vorliegenden Broschüre Ihre Ärztin/Ihren Arzt bei der Diagnose unterstützen und Ihrer Familie mit wertvollem Rat zur Seite stehen

Um eine Kuhmilchallergie festzustellen, hat Ihnen Ihre Ärztin/Ihr Arzt das Diagnostik-Set mit unseren Spezialnahrungen Althéra® oder Alfamino® mitgegeben. Viele wichtige Informationen rund um dieses Thema finden Sie in dieser Broschüre.

Sie werden sehen: Die Symptome, die Ihr Kind aktuell zeigt, können nach der richtigen Diagnose gut behandelt werden. Genau dafür ist das Symptomtagebuch in dieser Broschüre gedacht, in das Sie die Entwicklung der wichtigsten Beschwerden Ihres Kindes für die Auswertung durch Ihre Ärztin/Ihren Arzt eintragen können.

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie von Herzen alles Gute!

Ihr Nestlé Health Science Team

Was ist eine KUHMILCHALLERGIE?

Die häufigste Nahrungsmittelallergie im Säuglings- und Kleinkindalter ist die Kuhmilchallergie (KMA).

Bis zu 3% der Säuglinge sind im ersten Lebensjahr von einer KMA betroffen. Glücklicherweise verschwindet sie bei gut der Hälfte der erkrankten Kinder Ende des ersten Lebensjahres und bei zwei Dritteln im Alter von zwei Jahren. Dennoch ist die Anfangsphase für viele Eltern eine schwierige und sorgenvolle Zeit.

Kinder, deren Eltern unter Allergien leiden, tragen ein höheres Risiko.

Eine KMA tritt auf, wenn das Immunsystem des Babys überschießend auf das Eiweiß in der Kuhmilch reagiert. Beim Stillen kann diese Reaktion dann auftreten, wenn die Mutter über die normale Ernährung Kuhmilcheiweiß verzehrt und dies über die Muttermilch weitergegeben wird. Bei Säuglingsmilchnahrung ist es das Eiweiß im Milchpulver.

In beiden Fällen bewertet das körpereigene Immunsystem das Eiweiß als fremdartig. Um sich selbst zu schützen, setzt der Körper des Babys natürliche Substanzen wie z.B. Histamin frei, die eine allergische Reaktion hervorrufen. Diese Symptome können wenige Minuten nach der Einnahme von Kuhmilch auftreten oder aber erst nach mehreren Stunden oder Tagen.



Symptome einer Kuhmikhallergie: AUF DIESE ANZEICHEN SOLLTEN SIE ACHTEN

Als Eltern wissen Sie, ob Ihr Baby unglücklich ist oder unter Schmerzen leidet. Dennoch kann es sehr schwierig sein, die Ursache für dieses Unwohlsein herauszufinden, da die Symptome, die bei einer Kuhmilchallergie auftreten können, vielfältig sind. Darüber hinaus gestaltet sich jeder einzelne Fall einer Kuhmilchallergie unterschiedlich. Es ist daher hilfreich, auf alle möglichen Symptome zu achten:

Die Anzeichen und Symptome einer Kuhmilchallergie untergliedern sich in folgende vier Hauptkategorien*:

ALLGEMEINE SYMPTOME

- Untröstliches Schreien**
- Müdigkeit
- Abgeschlagenheit
- Unruhe
- Ängstlichkeit
- Schlafstörungen
- Anaphylaxie/Akute allergische Sofortreaktion (in schweren Fällen; eine akute Reaktion, die Schwellungen und juckenden Ausschlag verursacht)

MAGEN-DARM-TRAKT

- Erbrechen
- Häufiges Aufstoßen (Reflux)
- Sodbrennen
- Nahrungsverweigerung
- Koliken (in Zusammenhang mit untröstlichem Weinen**)
- Durchfall (blutig oder unblutig)
- Verstopfung
- Schluckstörungen (Dysphagie)
- Bauchschmerzen

ATEMWEGE

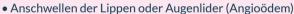
- Pfeifende oder schwere Atmung
- Laufende Nase
- Chronischer Husten (anhaltend)





HAUT

 Nesselsucht, Hautausschlag mit rötlicher Blasenbildung (Urtikaria)









^{*}Adaptiert von den European Society of Paediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition (ESPGHAN) Guidelines 2012.

^{**}Säuglingskoliken werden assoziiert mit starkem, übermäßigem Weinen, das in den ersten Lebensmonaten über regelmäßige Zeiträume während des Tages auftritt.

Diagnose - wie wird eine KUHMILCHALLERGIE FESTGESTELLT?

Abgesicherte Diagnose für optimale Behandlung

Damit Ihr Kind optimal behandelt werden kann, muss die Diagnose abgesichert sein.

ANAMNESE

Um eine KMA zu diagnostizieren, stellt Ihre Ärztin/Ihr Arzt zunächst ausführliche Fragen zur Krankheitsgeschichte, z.B.:

- Wann sind die Beschwerden aufgetreten?
- Leidet Ihr Kind an Durchfall, Atemnot, Hautrötungen oder Übelkeit?
- Stillen Sie Ihr Kind?
- Füttern Sie Säuglingsnahrung zu?
- Sind in Ihrer Familie Allergien bekannt?

ALLERGIETEST UND ANTIKÖRPERBESTIMMUNG

Je nach Sachlage wird Ihre Ärztin/Ihr Arzt einen Haut- und/ oder Bluttest durchführen, um zu prüfen, ob eine Sensibilisierung gegen Nahrungsmittel vorliegt. Diese Tests reichen als zuverlässige Entscheidungsgrundlage aber noch nicht aus, da nur knapp die Hälfte der Kinder mit KMA dabei Auffälligkeiten zeigen.

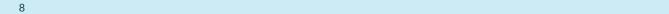


Zur Absicherung der Diagnose wird meist eine Eliminationsbzw. Ausschlussdiät empfohlen. Über einen Zeitraum von sieben Tagen bis zu vier Wochen wird das Kind konsequent milchfrei ernährt, um zu sehen, ob die Beschwerden nachlassen. Weil herkömmliche Säuglingsnahrungen auf Milcheiweiß basieren, hat Ihnen Ihre Ärztin/Ihr Arzt die kuhmilchfreie Spezialnahrung Althéra® bzw. Alfamino® empfohlen.

Im zweiten Teil dieser Broschüre haben wir ein praktisches Symptomtagebuch für Sie vorbereitet. Es soll Sie und Ihre Ärztin/Ihren Arzt bei der Diagnose und bei der Behandlung Ihres Kindes unterstützen.

PROVOKATIONSTEST

Auch ein sogenannter Provokationstest kann die Diagnose der KMA absichern. Dem Kind wird dabei unter ärztlicher Aufsicht Kuhmilch oder Säuglingsmilch verabreicht, um zu prüfen, ob Beschwerden auftreten und ob wirklich die Milch der Auslöser ist.





Ernährungstherapien BEI KUHMILCHALLERGIE

Die gute Nachricht ist, dass eine KMA gut zu behandeln ist, nachdem sie diagnostiziert wurde. Entscheidend ist, so früh wie möglich eine professionelle Diagnose zu bekommen. Nur so kann Ihrem Kind frühzeitig die richtige Behandlung empfohlen werden und Sie können sicher sein, dass Ihr Kind die Nährstoffe erhält, die es benötigt, um gesund zu bleiben.

Zur Behandlung einer KMA können Sie mit der Ärztin/dem Arzt mehrere Alternativen besprechen:

Stillen

Auch wenn bei Ihrem Baby eine KMA vorliegt, ist es möglich, weiter zu stillen. Allerdings ist dann jegliche Zufuhr von Kuhmilcheiweiß, auch jegliche versteckte Quelle, zu vermeiden. Denn das Kuhmilcheiweiß wird über die Muttermilch an das Baby weitergegeben. Hierzu empfiehlt sich eine ausführliche Ernährungsberatung. Lassen Sie sich auch beraten, wie Sie die in der Kuhmilch enthaltenen Nährstoffe wie Calcium und Eiweiß ersetzen können.

Einsatz von Spezialnahrungen

Wenn Sie Ihr Kind nicht mehr stillen oder auf ärztlichen Rat hin das Stillen einstellen, wird Ihre behandelnde Ärztin/Ihr behandelnder Arzt dem Baby eine Spezialnahrung – ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) – empfehlen. Die Zusammensetzung dieser Nahrungen wurde speziell entwickelt, um Ihrem Baby alle Nährstoffe zu geben, die es für sein Wachstum benötigt.

Es gibt zwei Arten von speziellen, hypoallergenen Spezialnahrungen, die bei einer KMA bei Säuglingen geeignet sind:

Standardsäuglingsnahrung mit Kuhmilcheiweiß



Extensiv hydrolysierte Spezialnahrung (eHF)¹:



Das in eHF-Nahrung enthaltene Kuhmilcheiweiß wird durch extensive Hydrolyse in kleine Partikel aufgespalten, die eine geringere Allergenität als ganze Kuhmilchproteine aufweisen. Diese Nahrung ist effektiv bei den meisten Säuglingen und Kleinkindern und wird gut vertragen.

Aminosäure-basierte Spezialnahrung (AAF)²:



Eine AAF-Nahrung enthält freie Aminosäuren, also Eiweißbausteine. Nonallergene Aminosäuren werden bei einer schweren Kuhmilchallergie empfohlen oder wenn sich die Symptome nach einer Therapie mit einer eHF-Nahrung nicht verbessern.

Unsere Produktfamilie:

INSPIRIERT VON MUTTERMILCH, DEM GOLD-STANDARD IN DER SÄUGLINGSERNÄHRUNG

Säuglinge mit KMA haben ein unreifes Immunsystem. Das erhöht ihr Risiko für Infektionen. Muttermilch ist für sie – wie für alle Babys – der Goldstandard, denn sie enthält viele Komponenten, die die Entwicklung des Immunsystems unterstützen.

Dazu zählen u.a. Lactose und Humane Milch-Oligosaccharide* (HMO), die nachweislich

- das Wachstum guter Bakterien im Darm fördern,
- Pathogene im Darm reduzieren, 🎇
- die Darmbarriere stärken und
- die Reifung des Immunsystems unterstützen.

Was sind HMO?

- HMO sind der dritthäufigste feste Bestandteil in Muttermilch.¹
- 10% der Energie der Muttermilchsynthese werden von der Mutter für den Aufbau der HMO verwendet.¹
- 2'FL und LNnT sind zwei der häufigsten HMO in Muttermilch.¹
- 2'FL macht rund 30% der gesamten HMO bei ca. 80% aller Frauen aus.¹⁻²



Extensiv hydrolysierte Spezialnahrung bei KMA

- Schnelle und effektive Symptomlinderung dank des höchsten Hydrolysegrads aller extensiven Hydrolysatformula
- Mit HMO
- Mit höchstem Lactosegehalt unter allen eHFs für einen angenehmen Geschmack
- Halal





100% kuhmilchfrei, auf Basis von Aminosäuren, bei schwerer KMA und/oder multiplen Nahrungsmittelallergien

- Sichere und effektive Symptomlinderung dank 100% non-allergener Aminosäuren
- Mit HMO
- Geschmackssieger unter den Aminosäurenformula von Eltern und Ärztinnen/Ärzten bestätigt!
- Halal

12

^{*}Die in Althéra® und Alfamino® enthaltenen strukturidentischen Humanen Milch-Oligosaccharide (2'FL und LNnT) sind nicht aus Muttermilch gewonnen.

¹ Hegar B et al. Pediatr Gastroenterol Hepatol Nutr 2019;22(4):330-340. 2 Kunz C et al. J Pediatr Gastroenterol Nutr 2017:64(5):789-798.

Wie geht es weiter?

UNBESCHWERT AUFWACHSEN MIT KMA

Zwei bis vier Wochen nach Beginn der Therapie mit einer Spezialnahrung werden die Symptome bei Ihrem Baby abklingen. Stress und Sorgen werden dann bald von Ihnen abfallen und Sie können wieder jeden Moment Ihres Familienlebens genießen.

Einführung fester Nahrung

Im Alter von ungefähr vier bis fünf Monaten ist es bei gesunden Säuglingen Zeit, Beikost einzuführen. Bei Säuglingen mit KMA muss ab dem siebten Monat die Einführung von Beikost mit der Ärztin/dem Arzt abgesprochen werden. Die Einführung von Beikost ist eine aufregende Phase für die ganze Familie. Aber kein Grund zur Sorge, Sie können die Beikost ganz normal einführen – allerdings ohne Kuhmilch.

Wichtig ist, dass Sie jedes neue Nahrungsmittel einzeln, langsam und schrittweise in den Ernährungsplan integrieren. Dann wissen Sie im Falle einer allergischen Reaktion bei Ihrem Baby, was der Auslöser dafür sein kann. Konsultieren Sie in jedem Fall erst Ihre Ärztin/Ihren Arzt, bevor Sie mit dem Füttern fester Nahrung beginnen.

Weitere Informationen zum Thema Beikost erhalten Sie auf unserer Website unter **www.kuhmilchallergie.info**



Informationen auf der Verpackung stets sorgfältig lesen

Je mehr Ihr Kind zur Familienkost wechselt, umso größer ist die Herausforderung einer milchfreien Ernährung. Denn viele tägliche Nahrungsmittel wie z.B. Brot, Saft und Wurst enthalten Spuren von Milch. Beachten Sie beim Lebensmitteleinkauf das Zutatenverzeichnis. Allergene müssen dort extra hervorgehoben sein. Hinweise auf Milchbestandteile liefern auch Bezeichnungen wie Lactose, Kasein, Laktoglobulin, Laktalbumin und Molke. Bei Frischwaren sollten Sie genau nachfragen. Lassen Sie sich außerdem von Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt oder einem Ernährungsexperten umfassend beraten.

Rückführung Kuhmilcheiweiß

In einer späteren Behandlungsphase wird Ihre Ärztin/ Ihr Arzt Sie ermutigen, Produkte mit Kuhmilcheiweiß zu füttern, um bei Ihrem Kind die Toleranz zu testen. Bitte nehmen Sie selbst keine Änderungen an der Ernährung Ihres Kindes ohne vorherige Rücksprache mit der Ärztin/dem Arzt vor!



SÄUGLINGE UND KLEINKINDER können auch an multiplen Nahrungsmittelallergien leiden, also nicht nur an Kuhmilchallergie. Für eine richtige Diagnose und zur Empfehlung der geeigneten Spezialnahrung sprechen Sie bitte immer mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt

14

Häufig GESTELLTE FRAGEN

Warum enthält Althéra® Lactose?

Lactose (Milchzucker) ist das wichtigste Kohlenhydrat der Muttermilch und hat viele positive Eigenschaften für die Ernährung eines Säuglings. Die Lactose in Althéra® ist hoch gereinigt, daher frei von Kuhmilcheiweiß und verbessert den Geschmack. Nicht alle lactosehaltigen Produkte sind kuhmilcheiweißfrei und sind daher zu meiden.

Wie schmecken Althéra® und Alfamino®?

Der sonst für stark gespaltene Eiweiße typische bittere Geschmack konnte bei Althéra® durch das spezielle Herstellungsverfahren gemildert werden. Auch Alfamino® hat einen angenehm neutralen Geschmack.

Warum sind Soja-Nahrungen für Säuglinge mit KMA nicht geeignet?

Sojaeiweiß kann ebenfalls Allergien auslösen. Etwa ein Drittel der Säuglinge mit KMA, die sojabasierte Nahrung bekommen, entwickeln eine Sojaeiweißallergie. Auch das Füttern anderer Milchsorten (z.B. von Ziege oder Schaf) wird nicht empfohlen.

Wie bereite ich Althéra® und Alfamino® richtig zu?

Fläschchen und Sauger mindestens fünf Minuten abkochen. Benötigte Wassermenge zum Kochen bringen, auf ca. 37 °C abkühlen lassen und ins Fläschchen geben. Pulver zufügen und durch kräftiges Schütteln des Fläschchens auflösen. Angaben zur Zubereitung und Dosierung befinden sich auf der Dose. Nur die verordnete Dosierung verwenden und alle Anwendungsempfehlungen strikt befolgen. Falsche Lagerung, Zubereitung oder Fütterung können die Gesundheit des Babys beeinträchtigen.





17

16

Unser Service WIR SIND FÜR IHRE FAMILIE DA

VERGESSEN SIE NICHT, BEI EINER KUHMILCHEIWEISSALLERGIE IHREN ARZT ZU KONTAKTIEREN.



Für mehr Informationen besuchen Sie auch unsere Website www.nestlehealthscience.at/kuhmilchallergie

Wichtiger Hinweis:

Mütter sollen ermutigt werden ihr Baby zu stillen, auch wenn eine Kuhmilchallergie vorliegt. Dies erfordert eine qualifizierte Ernährungsberatung, um jegliche Quelle von Kuhmilcheiweiß in der Ernährung der Mutter auszuschließen.

Bei einer Entscheidung für eine Spezialnahrung ist die auf dem Etikett befindliche Gebrauchsanweisung zu beachten. Nicht abgekochtes Wasser, nicht sterilisierte Flasche, falsche Verdünnung, unsachepemäße Lagerung, Zubereitung und Nahrungsgabe können zu Erkrankungen des Kindes führen.

Althéra® und Alfamino® sind Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diäten), die unter ärztlicher Aufsicht angewendet werden müssen.

Nestlé Health Science Nestlé Österreich GmbH Wiedner Gürtel 9, A-1100 Wien



