



Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und  
Verbraucherschutz Baden-Württemberg

📅 20.06.2020

ERNÄHRUNG

## Lebensmittelallergie-Tag am 21. Juni 2020



📷 Elke Lehnert

### **Staatssekretärin Friedlinde Gurr-Hirsch MdL: „Stillen und vielseitige Beikost senkt das Allergierisiko bei Kindern“**

„Nicht nur Erwachsene, auch immer mehr Kinder leiden an den Folgen einer Lebensmittelallergie. Dies stellt die Betroffenen manchmal vor große Herausforderungen. Eltern können aber mit einfachen Maßnahmen das Risiko für eine Erkrankung Ihres Kindes verringern. Stillen ist der beste Schutz. Mit der Muttermilch erhält das Baby nicht nur eine optimal zusammengesetzte und an das Alter des Kindes angepasste Nahrung. Die Milch enthält darüber hinaus auch wichtige Stoffe, die die Immunabwehr unterstützen. Das Netzwerk ‚Gesund ins Leben‘ gibt Eltern wertvolle Hinweise für einen gesunden Start“, sagte die Staatssekretärin im Ministerium für Ländlichen Raum und Verbraucherschutz, Friedlinde Gurr-Hirsch MdL, am Samstag (20. Juni) in Stuttgart mit Blick auf den Lebensmittelallergie-Tag, der

Neben einer rauch- und schadstofffreien Umgebung und einer ausgewogenen und genussvollen Ernährung der Mutter während Schwangerschaft und Stillzeit sollte auf eine abwechslungsreiche Beikost geachtet werden. „Wir wissen heute, dass eine vielseitige Beikost wie ein Training für das kindliche Immunsystem wirkt. Eine schrittweise Gewöhnung des Kindes an verschiedene Lebensmittel kann nicht nur ein Allergierisiko verringern, sondern ermöglicht dem Kind auch viele neue Geschmacks- und Genusserlebnisse“, betonte Gurr-Hirsch. Die Empfehlung, Kindern im ersten Lebensjahr weder Kuhmilch noch Fisch oder Weizenprodukte zu geben, sei veraltet. Diese Lebensmittel wirken in dieser Zeit nicht allergieauslösend. „Mit unserer Landesinitiative ‚Bewusste Kinderernährung – BeKi‘ unterstützen wir seit vier Jahrzehnten junge Eltern von Anfang an bei allen Fragen zum Essen und Trinken der Kinder“, sagte die Staatssekretärin. Bis heute sei noch nicht eindeutig geklärt, warum Lebensmittelallergien entstehen. Sicher ist nur, dass immer mehr Menschen auf verschiedene Lebensmittel allergisch reagieren. Bei Kindern verschwindet die Allergie gegen bestimmte Lebensmittel, z. B. Milch, oft bis zum Schulalter. Diejenigen, die im Erwachsenenalter eine Allergie entwickeln, behalten diese meist auch bei.

## Hintergrundinformationen:

Die Landesinitiative ‚Bewusste Kinderernährung – BeKi‘ informiert Eltern, pädagogische und hauswirtschaftliche Fachkräfte in Kita und Schule (bis einschließlich 6. Klasse) sowie Tagespflegepersonen über ausgewogenes Essen und Trinken im Kindesalter. Mehr Informationen zu BeKi finden Sie im Internet unter [www.beki-bw.de](http://www.beki-bw.de).

Informationen zum Netzwerk ‚Gesund ins Leben‘ finden Sie im Internet unter [www.gesund-ins-leben.de](http://www.gesund-ins-leben.de).