

# Allergenfrei und bedarfsgerecht – Wie können Kinder mit Nahrungsmittelallergie(n) und deren Eltern bestmöglich beraten werden?

Ruch Linda

Studiengang Ernährung und Diätetik (BSc), ERB14

## Einleitung & Fragestellung

In Europa sind schätzungsweise 6-8% der Kinder von Nahrungsmittelallergie(n) betroffen [1]. Als die beste Therapieoption zur Vermeidung von allergischen Reaktionen gilt die Eliminationsdiät [2,3], welche jedoch mit einer mangelhaften Versorgung von Nährstoffen und einer verminderten Lebensqualität der ganzen Familie einhergehen kann [4,5]. Zur Vermeidung solcher Mangelzustände und zur Förderung der Lebensqualität ist daher eine ernährungstherapeutische Betreuung wichtig [2,6]. In der Literatur sind jedoch nur wenige Aufgaben der Ernährungsberatung in der Betreuung dieser Patientinnen und Patienten beschrieben und für die Schweiz existiert keine Leitlinie.

Aufgrund des geschilderten Hintergrundes wurde in dieser Arbeit der Frage nachgegangen, mit welchen Beratungsinhalten allergologisch erfahrene Dipl. Ernährungsberater/innen FH/HF in der Schweiz Kinder mit Nahrungsmittelallergie(n) und deren Eltern betreuen und wie sie diese Beratungsinhalte vermitteln.

## Methodik

Zur Beantwortung der Fragestellung wurden qualitative, leitfadengestützte, explorative Experten-/Expertinnen-Interviews mit fünf in der Schweiz tätigen, allergologisch erfahrenen Ernährungsberater/innen durchgeführt. Die erhobenen Daten wurden anschliessend mit *f4transkript* transkribiert und angelehnt an die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring [7] ausgewertet.



## Ergebnisse

Die Resultate ergaben, dass nach der Beratungsvorbereitung durch den/die Ernährungsberater/in die Diagnostik folgt. In der Diagnostik werden gemeinsam mit Allergologen, Allergologinnen die Auslöser der Nahrungsmittelallergie ermittelt und die Resultate mit den Eltern besprochen. Weiter folgt das ernährungstherapeutische Assessment, bei welchem der/die Ernährungsberater/in das Krankheitsbild, die Sozial- und Ernährungsanamnese aufnimmt und das Vorwissen der Eltern abholt. Die als Teil der Ernährungsberatung genannten Beratungsinhalte sind in der Abb.1 ersichtlich.

## Diskussion

Die Ergebnisse der Arbeit zeigen, dass die ernährungstherapeutische Betreuung von Kindern mit Nahrungsmittelallergie(n) mehr beinhaltet, als in der Literatur [1-3,6,8-10] beschrieben wird. Die Ergebnisse zeigen weiter, dass sich Ernährungsberater/innen selbst mehr Aufgaben zuschreiben, als in der Literatur [2,3,8,11-14]) aufgeführt wird. Insbesondere die Aufgaben in der Diagnostik werden im Gegensatz zu den Ergebnissen der Arbeit nur in wenigen Leitlinien erwähnt [1,9]. Weiter sind die Sozialanamnese, der Einsatz von Supplementen, das Erklären des Krankheitsbildes und die Kontaminationsvermeidung bei der Lebensmittelzubereitung, Themen, welche in der Arbeit beschrieben wurden, aber in der Literatur [1-3,6,8-10] kaum zu finden sind.

Mit der ernährungstherapeutischen Betreuung, wie sie in dieser Arbeit beschrieben wird, können die in der Studie von McKenzie et al. (2015) erhobenen Erwartungen an die Ernährungsberatung der Mütter von Kindern mit Nahrungsmittelallergie(n), erfüllt werden.

Massnahmen zur Sicherstellung einer bedarfsgerechten Ernährung	Massnahmen zur Allergenvermeidung	Weitere Massnahmen
<ul style="list-style-type: none"><li>• Einsatz von Supplementen</li><li>• Alternativen zu den allergenhaltigen Lebensmitteln</li><li>• Alternative Koch- und Backrezepte</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Allergen-Quellen</li><li>• Zutatenliste lesen</li><li>• Ausser-Haus-Verpflegung</li><li>• Zubereitung und Hygiene-Massnahmen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Erstellung und Instruktion des Notfallplans</li><li>• Krankheitsbild erklären</li></ul>

Abb.1: Beratungsinhalte einer Ernährungsberatung bei Kindern mit Nahrungsmittelallergie(n).

## Schlussfolgerung

Aufgrund der Komplexität der Ernährungsberatung bei Kinder(n) mit Nahrungsmittelallergie(n) und deren Eltern, ist es sinnvoll, dass der/die betreuende Ernährungsberater/in allergologisch erfahren ist. Zudem ist während der ganzen Betreuung und insbesondere bei der Diagnostik eine Zusammenarbeit mit den Allergologen/Allergologinnen wichtig. In der Ernährungsberatung sind die Massnahmen zur Allergenvermeidung im Vergleich zur Sicherstellung einer bedarfsgerechten Ernährung zentraler, wobei Letzterem bei Kindern mit Kuhmilch- und/oder Weizenallergie besonders Beachtung geschenkt werden sollte. Es bedarf weiterer Studien, damit ein schweizweit gültiger Standard zur Betreuung von Patientinnen und Patienten mit Nahrungsmittelallergie(n) erstellt werden kann.

### Literaturverzeichnis:

<sup>1</sup>Walsh & O'Flynn (2011), <sup>2</sup>Groetch & Nowak-Wegrzyn (2013), <sup>3</sup>Boyce et al. (2010), <sup>4</sup>Henriksen, Eggesbo & Halvorsen (2000), <sup>5</sup>Cummings, Knibb & King (2010), <sup>6</sup>Collins (2016), <sup>7</sup>Mayring, (2010), <sup>8</sup>Muraro et al. (2014), <sup>9</sup>Worm et al. (2015), <sup>10</sup>Venter et al. (2012), <sup>11</sup>Eigenmann & Zamora (2002), <sup>12</sup>Lepp et al. (2009), <sup>13</sup>Szépfalusi, Spiesz & Huttegger (2015), <sup>14</sup>Fiocchi et al. (2010), <sup>15</sup>McKenzie et al. (2015). Vollständige Literaturangaben bei der Autorin erhältlich. Bildquelle: <http://hoffmann dental.de/fuer-patienten/beratungsgespraech/>, Rechte erhalten von B. Hoffmann Dentallabor GmbH