

Empfehlungen zur Beikosteinführung unter dem Schutz des Stillens gelten weiter

Die Gesellschaft Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin (GPA) begrüßt, wenn Säuglinge häufiger und länger gestillt werden. Stillen hat in vielen Bereichen positive Auswirkungen für Mutter und Kind, u.a. auch für die Allergieprävention.

Da allergische Erkrankungen weiter zunehmen, bleibt die Beratung zur Allergieprävention unverändert eine wichtige Aufgabe für die Gesellschaft, nicht nur für Kinderärztinnen, Kinderärzte und Hebammen.

Die neue veröffentlichte Leitlinie „Stilldauer - Interventionen zur Stillförderung“ vom Februar 2026 empfiehlt, dass reifgeborene Kinder bis zum vollendeten 6. Lebensmonat ausschließlich oder überwiegend gestillt werden sollten.

Die von der GPA zusammen mit der DGAKI (Deutsche Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie) federführend herausgegebene Leitlinie „Allergieprävention“ empfiehlt zur Stilldauer: „Für den Zeitraum der ersten 4-6 Monate soll nach Möglichkeit ausschließlich gestillt werden, in Abhängigkeit von der Bereitschaft des Säuglings sollte mit der Fütterung von Beikost frühestens ab dem Beginn des 5., spätestens ab Beginn des 7. Monats begonnen werden.“

Der geschäftsführende Vorstand der GPA und die Sprecher der wissenschaftlichen Arbeitsgruppen Allergieprävention und Nahrungsmittelallergie der GPA betonen gemeinsam, dass sich an dieser Handlungsempfehlung zur Allergieprävention und damit auch an den Empfehlungen zur Beratung der Familien nichts geändert hat.

Je nach Bereitschaft des Säuglings soll ab Beginn des 5. Monats Beikost zugefüttert werden, um eine Toleranz gegenüber Nahrungsmitteln zu erhalten bzw. zu induzieren und dabei überwiegend weiter gestillt werden. Dabei soll sich die stillende Mutter normal ernähren.

Stillen hat ebenso wie eine rechtzeitige Einführung von Beikost positive Effekte auf die Allergieprävention. Beides soll genutzt werden, um möglichst viele Kinder gesund, allergiefrei erwachsen werden zu lassen.