

Honig für Säuglinge? Pflanzensirup sicherer Ersatz? - BEIDES NEIN!!!

Post by "Angelika" of Dec 8th 2015, 9:02 pm

Grüß euch,

kürzlich geriet wieder einmal der Hinweis auf manchen Honigverpackungen, nämlich dass der "Honig Rohkost sei und deswegen nicht für Babys/Säuglinge unter 12 Monaten geeignet sei" in Verriss. Weil Muttermilch ja auch Rohkost ist und sehr wohl für Säuglinge.

Bei der Gelegenheit - und da es für viele nicht ganz verständlich ist, wo eigentlich das Problem liegt - möchte ich es hier mal in der Rubrik hereinschreiben. Offensichtlich ist der Hinweis nicht einheitlich und auch keine Pflicht, weil er mal geschrieben wird und mal nicht.

Der Hintergrund liegt an der anaerobe Verhältnisse schaffenden Verpackung und der meist auch längeren Regalstandzeit oder auch Aufbewahrung bei normalen Raumtemperaturen - und zwar nicht nur bei Honig sondern auch bei Pflanzensirup!

Während Muttermilch direkt von der Produktion in den Mund fließt, ist dem nicht so von der Bienenwabe bis zum Geschäft, dann im Geschäft. Durchaus auch dann auch noch länger zu Hause.

Ja, die Problematik die ich unten näher ausführe, trifft auch für rohe Pflanzensirupe zu!

Ohne all zu lange zu schreiben: Ein Nährmedium das Honig nun einmal ist, bietet einen idealen Nährboden auch für Mikroorganismen. Und wie schon in manch anderem Beitrag hier zu

Mikroorganismen erwähnt, sind die aeroben eher unsere Freunde, die anaeroben eher gar nicht.

Hier steht nun einiges zum Clostridium Botulinum:
https://de.wikipedia.org/wiki/Clostridium_botulinum

Frische Rohkost ist natürlich immer auch etwas anderes. Aber nicht viele haben den Bienenstock gleich daneben stehen oder einen Imker in der Verwandtschaft. Oder das Agavenfeld im Hinterhof.

Abgesehen davon, sehe ich Honig als Ernährung bei Babys unter 12 Jahren als mehr als entbehrlich. Erstens wegen dem vielen Zucker, den bald schon hervortretenden Zähnchen und natürlich insbesondere wegen der Prägung auf Süß, die man eher vermeiden sollte.

Ich hatte meinem Sohn wohl um die 12 Monate Wabenhonig zu testen gegeben, aber ihm war er wohl zu süß. Meine Muttermilch an sich war jedenfalls süß genug, wohl auch wegen getrockneter Feigen, die damals eine meiner Kohlenhydratquellen waren.

Problematisch kann das mit den Mikroorganismen allerdings natürlich sein, wenn man etwas damit süßen will, also verdünnt anwenden.

Das war bei uns kein Thema. Zwar hatte ich sogar einmal Mandelmilch gemacht (natürlich auch durch ein Tuch filtriert), doch er lehnte alle drei Varianten ab, die ich ihm anbot. Muttermilch war für ihn das A und O.

Hier möchte ich allerdings spezifisch darauf hinweisen, dass es eben um die Mikroorganismen fördernde Verpackung geht, ähnlich wie damals bei Ehec (Da geht es auch darum, dass gewisse uns nachteilige Mikroorganismen bei beliebten Nährböden, in dem Fall auch schwefelhaltige Aminosäuren und "zu" warmer Lagerung schätzen und sich teilweise zu sehr vermehren).

Und die Problematik kann - auch für Pflanzensirupe zutreffen.

Von obigem Linktipp: https://de.wikipedia.org/wiki/Clostridium_botulinum
ein Zitat:

Quote

In luftdicht abgeschlossenen Konserven mit Fleisch, insbesondere Würstchen, Fisch, Gemüse, Früchte und Gewürze können die Sporen auskeimen und Toxin produzieren. Insbesondere unzureichend erhitzte selbst eingemachte Konserven sind betroffen.

Kinder unter 1 Jahr sollten keinen Honig verzehren, da Sporen enthalten sein können, die Säuglingsbotulismus auslösen können. Weitere Eintragsquellen sind Staub und Erde.[6]Widersprüchlich sind Studien, bezüglich der Verunreinigung von Mais(stärke)sirup mit Clostridium botulinum-Sporen.

Bei einer Untersuchung aus 1982 wurde in 1,3 % der getesteten **Maisstärkesirupe** ein Kontaminationsgrad von 50 Sporen je Gramm gefunden, bei einer späteren Untersuchung (1988) fanden sich keinerlei Sporen in 43 Proben von Sirupen unterschiedlicher Herkunft, 1991 keine Sporen bei 738 Proben von Maisstärkesirup oder Produkten, die diesen enthalten.[10]

Ahornsirup kann aufgrund der Staubbelastung bei der Gewinnung und im Zuge der Weiterverarbeitung weitervermehrte Mikroorganismen enthalten,[11] auch Clostridium botulinum.[12]

Dieser Hinweis ist auch interessant, nämlich dass es auf den pH-Wert ankommt. Säuerliche Honige sind also weniger betroffen, da die Problematik erst bei >4,6 verschärft wird: <http://www.hauswirtschaft.info/hygiene/botulismus.php>

Honige können auch einen pH Wert von 5,5 aufweisen, je mehr Mineralstoffe, desto höher (auch eher die Waldhonige mehr).

Leider auch die Pflanzensirupe - darüber.

Hier gibt es auch eine von vielen Studien dazu, in dem Fall betreffend Honig. Der Text ist dort kostenlos herunterladbar und zeigt eine Tabelle mit einer Liste, in welchen Proben eine Kontamination gefunden wurde: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10397326>

Es gibt allerdings noch viele weitere Studien im Web. <https://www.google.at/search?c...d=opera&ie=UTF-8&oe=UTF-8>

Fazit:

Honig nicht aus Behältnissen aus dem Handel Babys unter 12 Monaten verabreichen.

Warum nochmal genau, aus obigem Zitat: https://de.wikipedia.org/wiki/Clostridium_botulinum

Quote

Beim Säuglingsbotulismus werden die Sporen aufgenommen und keimen im Darmtrakt aus, wo es zur Toxinproduktion kommt. Zunächst sind die kranialen Nerven betroffen, wodurch Sehen, Hören und Sprechen beeinträchtigt sind. Typisch ist Doppel- und verschwommene Sicht, geweitete Pupillen sowie undeutliche Aussprache. Eine verringerte Speichelproduktion sorgt für einen trockenen Mund und macht das Schlucken schmerzhaft. Später werden die motorischen Nerven gelähmt, was sich in einem allgemeinen Schwächegefühl ausdrückt. Der Tod erfolgt durch Lähmung der Atemmuskulatur oder Herzstillstand.[6]

Der Verdauungstrakt der Säuglinge ist leider noch nicht mit einem starken Immunsystem, d.h. entsprechender stärker Dominanter Darmflora ausgestattet.

Hier steht das auch sehr schön: <http://www.onmeda.de/g-kinder/saeuglingsbotulismus-3359.html>

Quote

[...]Erst mit der Zeit baut sich dort eine Bakterienflora auf, die Clostridien abwehren kann. Erkranken Babys an Säuglingsbotulismus, sind sie meistens um die drei, vier Monate alt, wie die Wissenschaftlerin berichtet. Um jedes Risiko auszuschließen, gilt die Empfehlung, auf Honig zu verzichten, fürs gesamte erste Lebensjahr. Älteren Kindern und Erwachsenen können die Sporen nichts mehr anhaben - höchstens chronisch kranken Menschen, etwa Morbus-Crohn-Patienten, deren Darmflora stark gestört ist.[...]

Und, hier steht auch die Sache die Pflanzensirupe betrifft. Und wie hier steht, werden in Europa Pflanzensirupe nicht soviel verwendet wie in Nordamerika. Jedoch ... in der Rohkostszene durchaus. Deshalb zitiere ich auch dies:

Quote

[...]Nicht nur Honig, sondern auch Ahornsirup könnte nach BfR-Angaben durch Sporen verunreinigt sein. "Deshalb sollte man Säuglingen im ersten Lebensjahr auch vorsichtshalber keinen Ahornsirup geben", rät Bräunig. Anders als in Nordamerika spielt derlei Sirup in Deutschland aber für Säuglingsbotulismus keine große Rolle. Die Sporen von Clostridium botulinum sind sehr hitzebeständig und können den normalen Kochvorgang überstehen. [...]

Sodala, und während wir uns über kurzgefasste Formulierungen auf Honigverpackungen amüsieren, sollte auch diese Information unter Rohkostkreisen bekannt sein.

Egal was es ist: Ein Nährmedium, das also auch nicht absolut trocken ist und das unter eher oder ganz anaeroben Verhältnissen abgepackt ist und unter normalen Temperaturen gelagert wird ist hier kritisch zu betrachten.

Hier zuletzt noch ein Link zum Robert Koch Institut: <http://www.maja-langsdorff.de/medhonig.htm>

Der ganze Text ist sehr gut und nicht zu lange, ich zitiere hier die zuletzt angesprochenen Thematik Pflanzensirup - auch hier zu lesen:

Quote

Anders als Säuglinge sind ältere Kinder und Erwachsene aber durch ihre stabile Darmflora davor geschützt, dass sich Sporen bildende Clostridien in ihrem Darm ansiedeln. Gefährlich können ihnen nur die Gifte werden, die die Clostridien beim Auskeimen im Lebensmittel erzeugt haben. Bei Kindern im ersten Lebensjahr dagegen reicht für eine Gefährdung schon eine geringe Aufnahme der Erreger selbst aus, da diese in ihrem Darm zu keimen beginnen können. Säuglingsbotulismus ist in Deutschland sehr selten - in den letzten drei Jahren wurden nur drei Fälle bekannt. Der

klassische Botulismus tritt ist häufiger auf, ist aber dennoch eine seltene Erkrankung. 1997 wurden in Deutschland neun Fälle registriert, bis Mitte August 1998 wurden bereits 18 Fälle gemeldet. Diesen Anstieg führt Muschketat auf den Trend zurück, dass die Ärzte bei Magen-Darmerkrankungen häufiger Stuhlproben untersuchen lassen und deshalb Botulismus häufiger aktenkundig wird.

In den USA gilt Säuglingsbotulismus als häufigste Form des Botulismus - er ist dort **zehnfach häufiger** als in Mitteleuropa. Die Wissenschaft hat dafür noch keine Erklärung. Ein Auslöser der Erkrankung ist auf jeden Fall Honig; **auch Ahornsirup gefährdet Babys, da erst ein Abkochen die widerstandsfähigen Botulismuserreger abtöten kann.**

Eltern, die glauben, sie müssten ihren Kleinkindern mit Honig Gutes tun, gehen ein unnötiges Risiko ein. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung weist darauf hin, dass Säuglinge Zucker in jeder Form, auch in Form von Honig, nicht als Brennstoff benötigen. Die Liebe zum süßen Geschmack wird ihnen von den wohlmeinenden Eltern geradezu anerzogen. Süßes schmeckt ihnen erst, wenn sie es kennen gelernt haben. Das aber sollte auch im Interesse gesunder Zähne möglichst spät sein.

Edgar Muschketat stellt klar, dass die **Gefahr nur vom »reinen« Honig oder Ahornsirup droht**, nicht von Kinderbreis und Kindersäften, die im Supermarkt angeboten werden. Diese Nahrungsmittel werden ausreichend erhitzt. »Es ist immer Bienenhonig im Spiel gewesen bei den wenigen bekannt gewordenen Fällen«, sagt Muschketat und appelliert eindringlich an die Mütter, ihren Kindern im ersten Lebensjahr keinen Honig zu geben.

Display More

Und nochmal zur Erinnerung .. das höhere Auftreten in den USA liegt wie bei oberem Link zu erkennen ist - und was viele Rohis auch wissen - daran, dort werden Pflanzensirupe gerne und viel verwendet. Und unvoreingenommen selbst trotz hohem Fruchtzuckergehaltes, der auch für Erwachsene nicht gut ist für die Organe, empfohlen.