



SÜSSSTOFFE IN DER SCHWANGERSCHAFT MACHEN KINDER DICKER

Kinder von Frauen, die während der Schwangerschaft künstliche Süßstoffe konsumierten, waren im Alter von einem Jahr doppelt so häufig übergewichtig wie Kinder, deren Mütter keine künstlichen Süßstoffe verwendeten.

Viele Erwachsene meinen, künstliche Süßstoffe würden bei der Gewichtsabnahme helfen. Epidemiologische Studien ergaben jedoch, dass vermehrter Verzehr von künstlichen Süßstoffen das Risiko auf Adipositas und Typ 2-Diabetes sogar erhöht.

Prof. Meghan Azad von der Universität von Manitoba/Winnipeg hat erstmalig untersucht, wie sich der Verzehr von künstlichen Süßstoffen in der Schwangerschaft auf das Gewicht der Säuglinge auswirkt, da in vielen Ländern jedes fünfte Kind bereits im Vorschulalter übergewichtig ist.

Ausgewertet hierzu wurden die Daten der CHILD-Studie (Canadian Healthy Infant Longitudinal Development). Sie fand heraus, dass Kinder von Müttern, die täglich künstliche Süßstoffe verwendeten, im Alter von einem Jahr mehr als doppelt so häufig übergewichtig waren.

Hierbei wurde berücksichtigt, dass Schwangere, die Süßstoffe konsumieren, häufiger selbst übergewichtig sind.

Schwangere, die täglich Süßstoffe verzehrten, stillten ihre Kinder auch nicht lange und gaben ihren Säuglingen häufiger bereits in den ersten vier Monaten feste Nahrungsmittel, wovon Kinderärzte abraten.

Der Verzehr von Süßstoffen hat offensichtlich einen negativen Einfluss. Eine eindeutige Kausalität belegt die Studie jedoch noch nicht.

Andererseits ist der Konsum von zuckerhaltigen Süßgetränken jedoch nicht mit einem Übergewicht der Säuglinge im Alter von einem Jahr assoziiert.

Auch in Tierexperimenten zeigte sich, dass Nager, bei denen der Nachwuchs ein vermehrtes Interesse an gesüßtem Futter zeigte, schneller an Gewicht zulegten und als ausgewachsene Tiere häufiger Fettstoffwechselstörungen und eine Insulinresistenz entwickelten, wenn das Muttertier mit Süßstoffen gefüttert worden war.

Vorbeugend wird Schwangeren geraten, viel zu trinken – weil das

Blutvolumen steigt und auch die Fruchtblase letztlich durch die Flüssigkeitszufuhr der Schwangeren gefüllt werden muss.

Dies kann allerdings auch mit nicht gesüßten Getränken erreicht werden, zumal eine allzu rasche Gewichtszunahme in der Schwangerschaft das Risiko von Gestationsdiabetes erhöht und sich möglicherweise auch auf die Gewichtsentwicklung des Säuglings auswirkt.



Quelle:

AZAD, M.H. et al.: Association Between Artificially Sweetened Beverage Consumption During Pregnancy and Infant Body Mass Index. JAMA Pediatr. Published online May 09, 2016. doi:10.1001/jamapediatrics.2016.0301