

Weshalb Sterilisation notwendig ist

Auch wenn Sie als frisch gebackene Eltern bereits enorm viel zu tun haben, so gehört das Sterilisieren der Babynahrungsprodukte (z.B. Flachsen, Brustpumpen) zu den kleinen Aufgaben, die unbedingt erledigt werden müssen. Wenn Sie vergessen, die Fütterutensilien zu reinigen und zu sterilisieren, kann dies bei Ihrem Baby zu Bauchschmerzen und Durchfall führen, sodass nicht nur Ihr Baby sondern auch Sie leiden.

Wir erhalten sehr viele Fragen von Eltern zum Immunsystem ihres Babys und zur Sterilisation. Dr. Gray liefert die Antworten dazu:

Ist es für Babys nicht wichtig, dass sie bereits früh in Kontakt mit Bakterien kommen? Ich habe gehört, dass sie leichter krank werden, wenn man versucht, sie zu sehr dagegen abzuschirmen.

“Babys sollten in der Tat früh damit beginnen, ihr Immunsystem aufzubauen. Die Sterilisation der Fütterutensilien hindert sie dabei jedoch keinesfalls daran. Sie kommen nach und nach mit den Bakterien im Haushalt in Kontakt, und ihr Immunsystem lernt, mit diesen Bakterien umzugehen. Dies ist gewiss viel gesünder für Ihr Baby, als große Mengen an Bakterien in sich aufzunehmen, die sich u. U. in unsauberen Fütterutensilien angesammelt haben. Durch Sterilisieren der Fütterutensilien wird Ihr Baby außerdem vor besonders schädlichen Bakterien und anderen Keimen geschützt, die im Leitungswasser, in der Milch oder manchmal sogar auch an den Händen vorkommen können. Selbst sehr geringe Mengen dieser Keime können Ihr Baby krank machen. Deshalb ist es sinnvoll, Ihr Baby in diesem jungen Alter davor zu schützen.”

Wenn ich meine Fütterutensilien sterilisiere, beseitige ich damit auch die gesunden Bakterien?

“Es ist von Vorteil, wenn in den Fütterutensilien für Ihr Baby nach dem Sterilisieren keine Bakterien mehr vorhanden sind. Ihr Baby nimmt ausreichend gesunde Bakterien über die Nahrung auf.”

Ist Sterilisation in Regionen mit trinkbarem Leitungswasser wirklich notwendig?

“In Regionen mit trinkbarem Leitungswasser ist das Risiko für Ihr Baby geringer als in Regionen mit nicht trinkbarem Leitungswasser. Nichtsdestotrotz ist das Immunsystem Ihres Babys im ersten Lebensjahr noch sehr anfällig, und Leitungswasser, das für Erwachsene unschädlich ist, kann für ein junges Baby manchmal nicht ganz so unschädlich sein. In den meisten Industrieländern reguliert die Regierung bzw. die Gemeinde das Trinkwasser. Das Ziel dabei ist, ein “akzeptables Gesundheitsrisiko” für die Bevölkerung zu schaffen. Das heißt, der durchschnittliche Erwachsene wird davon nicht krank. Das Immunsystem von Kleinkindern ist jedoch schwächer als das von Erwachsenen, sodass die Verwendung von Leitungswasser stets sorgfältig geprüft werden sollte. Bedenken Sie ebenfalls, dass schädliche Bakterien auch von Ihren Händen oder von Milchresten in der Flasche übertragen werden können. Sorgfältiges Händewaschen und die gründliche Reinigung von Fütterutensilien sorgen für eine Senkung dieses



Dr. Jim Gray von der Kinderklinik im britischen Birmingham erläutert, weshalb die Sterilisation der Fütterutensilien so wichtig ist.

“Trotz der weltweiten Verbesserung der Lebensbedingungen treten immer noch zu viele Infektionen bei Kleinkindern auf – nicht nur in Entwicklungsländern, sondern auch in der westlichen Welt. Diese Infektionen können zu akuter Erkrankung und Durchfall führen, wobei die Kinder teilweise sogar stationär behandelt werden müssen. Es ist wichtig zu wissen, dass die Bakterien, die diese Erkrankungen verursachen, über Leitungswasser, Milchrückstände in der Flasche oder ungewaschene Hände, die mit Nahrungsmitteln oder den Fütterutensilien in Berührung kommen, übertragen werden. Erwachsene können derartige Infektionen meist einfach abwehren, das Immunsystem eines Babys ist jedoch im ersten Lebensjahr noch sehr anfällig. Durch Sterilisieren der Fütterutensilien und sorgfältiges Händewaschen vor der Zubereitung der Babynahrung wird Ihr Baby geschützt und eine Infektion verhindert. Mit dem ersten Geburtstag Ihres Babys ist sein Immunsystem stark genug, um sich vor schädlichen Bakterien zu schützen, und eine Sterilisation ist nicht mehr notwendig.”



Risikos; durch Sterilisation wird jedoch sichergestellt, dass sämtliche Restbakterien abgetötet werden.”

Ist es nun, da mein Baby krabbelt und selbstständig sitzen kann, nicht sinnlos, Fläschchen, Flaschen- und Beruhigungssauger sowie die Milchpumpe zu sterilisieren, insbesondere da mein Baby häufig auf dem Boden liegende Gegenstände in den Mund nimmt?

“Nein. Wir empfehlen, dass Sie auch weiterhin sterilisieren, selbst wenn Ihr Baby zu Krabbeln beginnt und Gegenstände vom Boden aufammelt. Sehr wahrscheinlich schluckt Ihr Baby weitaus mehr Bakterien von unsauberen Fütterutensilien, als es beim Krabbeln aufnimmt. Des Weiteren sind einige Bakterien, die möglicherweise in Fütterutensilien vorkommen, potenziell schädlicher als Bakterien, mit denen Ihr Baby auf dem Boden in Kontakt kommt.”

Kann ich zum Sterilisieren der Flaschen meines Babys die Geschirrspülmaschine verwenden?

“Die meisten Geschirrspülmaschinen reinigen nicht heiß genug, um die Flaschen Ihres Babys zu sterilisieren. Untersuchungen haben gezeigt, dass Temperaturen von mindestens 90 Grad Celsius in

allen Bereichen des Geräts notwendig sind, um alle, für Babys meist schädlichen Bakterien schnell und zuverlässig abzutöten. Durch die Verwendung eines Babyfläschchensterilisators wird sichergestellt, dass die notwendigen Temperaturen erreicht werden.”

Welche Artikel sollte ich sterilisieren?

“Achten Sie zum Schutz Ihres Babys vor Krankheiten darauf, in den ersten 6 Monaten alle Fütterutensilien zu sterilisieren. Wenn Sie in den ersten 6 Monaten bereits feste Nahrungsmittel füttern, sollten die Teller und Löffel sterilisiert werden. Nach diesem Zeitraum reicht es aus, nur die Fütterutensilien für Milch, wie Flaschen und Milchpumpe, zu sterilisieren, bis Ihr Kind ein Jahr alt ist.”

Wann kann ich mit dem Sterilisieren aufhören?

“Wir empfehlen, bis zum ersten Geburtstag Ihres Kindes zu sterilisieren.”

