

Stillen:**Wie lange?**

Babys sollen in den ersten Lebensmonaten möglichst voll gestillt werden. Die Nationale Stillkommission (NSK) empfiehlt seit vielen Jahren einen Zeitraum von vier bis sechs Monaten. Erst danach – also frühestens zu Beginn des 5. und nach Ablauf des 6. Monats – sollten Eltern damit anfangen, ihr Kind an Beikost zu gewöhnen. Wie der Name Beikost schon sagt, kann das Baby aber durchaus noch länger Muttermilch trinken – wie lange bestimmen Mutter und Kind. Das ist seit Langem die Position der Stillkommission, die ihre Ansicht in einer Stellungnahme jetzt sehr nachdrücklich vertreten hat.¹ Der Grund: Eine Leitlinie zur Vorbeugung von Allergien, die Ende 2014 in überarbeiteter Form veröffentlicht wurde, weicht von dieser Position ab. Sie legt zudem nahe, dass allseits empfohlen wird, nicht mehr als vier Monate ausschließlich zu stillen, und begründet das unter anderem mit einem steigenden Nährstoffbedarf. Aber dafür gebe es keine wissenschaftlichen Belege, kritisiert die Stillkommission und fordert eine Korrektur. In der Tat sorgt die Leitlinie zur Allergieprävention für Verwirrung und bläst in das Horn der schlauen Freunde und Verwandten, die Mütter verunsichern, indem sie schon nach 7 oder 8 Wochen fragen: Reicht denn die Milch?

**Berufskrankheit:
Weißer Hautkrebs**

In der so genannten Berufskrankheitenliste stehen mittlerweile 77 Erkrankungen. Seit

Beginn des Jahres 2015 gehört auch der weiße Hautkrebs dazu. Konkret handelt es sich um das Plattenepithelzellkarzinom und sich ausbreitende Vorstufen, so genannte multiple aktinische Keratosen.² Diese Zellentartungen früh zu erkennen und zu behandeln, ist wichtig – ebenso eine konsequente Vorbeugung, die vor allem verhindert, dass zu viel UV-reiches Sonnenlicht auf die Haut trifft. Dieses Risiko besteht insbesondere bei Berufstätigen, die in der Regel draußen arbeiten wie etwa Bademeister, Bau- und Landarbeiter oder Gärtner. Aber auch für Menschen, die nur teilweise ihren Beruf im Freien ausüben, ist das Risiko erhöht. Dazu gehören etwa Sportlehrer, Erzieherinnen, Fensterputzer und ihre Kolleginnen. Nicht nur Risikopersonen, jeder sollte bei

auffälligen Hautveränderungen einen Arzttermin vereinbaren. Wenn Arzt oder Ärztin weißen Hautkrebs oder dessen Vorstufen diagnostiziert und wenn der Verdacht besteht, dass die Erkrankung arbeitsbedingt ist, melden sie dies an die zuständige Unfallversicherung.³ Ist eine Anerkennung als Berufskrankheit möglich, übernimmt und koordiniert sie die Leistungen. Das Anerkennungsverfahren im Einzelfall kann allerdings schwierig sein, da immer noch viele im Urlaub in der Sonne brutzeln und damit außerhalb des Berufslebens Zellschäden entstehen, die Hauttumoren nach sich ziehen können.

Homöopathie:**Nicht besser als Placebo**

In Australien hat die staatliche Organisation NHMRC, die



+++ KURZ UND KNAPP +++ KURZ UND KNAPP +++ KURZ UND KNAPP

medizinische Forschung fördert und Therapieempfehlungen formuliert, die Wirksamkeit der Homöopathie bewertet. Dazu wurden 57 systematische Übersichtsarbeiten zu 68 verschiedenen Krankheitssymptomen herangezogen. Die 176 Einzelstudien, die für diese Bewertung die Grundlage bildeten, waren zwischen 1997 und 2013 publiziert worden. Und was ist das Ergebnis?

„Für keine Krankheit fand sich verlässliche Evidenz, dass homöopathische Präparate einem Placebo überlegen sind, oder wie andere Behandlungen zu Verbesserungen der Gesundheit führen“, berichtet DER ARZNEIMITTELBRIEF,⁴ eine der Mutterzeitschriften von GPSP. Die australischen Wissenschaft-

ler warnen zudem ausdrücklich davor, Homöopathie bei schweren oder chronischen Krankheiten anzuwenden, schon gar nicht anstelle einer Therapie, deren Wirksamkeit belegt ist. Das vermeidet übrigens auch sinnlose Geldausgaben: 2013 wurden in Deutschland Homöopathika für fast eine halbe Milliarde Euro umgesetzt. Vier von fünf der Mittel kauften die Patienten und Patientinnen übrigens auf eigene Faust.

Zecken: Wie einfangen?

Über Zecken, die sowohl FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis) als auch eine Borreliose verursachen können, haben wir mehrfach berichtet (GPSP 2/2007, S. 1; 4/2010, S. 6; 3/2014, S. 4). Wir möchten zur Zeckensaison daran erinnern, dass Zecken nicht

herausgedreht und keinesfalls mit Klebstoff oder Ähnlichem traktiert werden sollten. Das Tierchen wird am besten mit einer feinen, spitz zulaufenden „L-Pinzette“ herausgezogen. Dabei fasst man die Zecke möglichst hautnah, um nicht ihren Speichel samt Erreger oder bereits eingesogenes Blut aus der Zecke heraus und in die Haut zu drücken.

Nach der Aktion die Stichstelle und Utensilien desinfizieren! Falls Zeckenbestandteile in der Haut bleiben und man sie nicht herausbekommt, ist es besser, gleich zum Arzt zu gehen. Wichtig ist außerdem, Kinder nach Zecken abzusuchen, wenn sie im Grünen unterwegs waren – am besten gleich nach ihrer Rückkehr und vor allem am Kopf. Übrigens: Wer eine agile Zecke auf der Haut herumlaufen sieht, kann sie am ehesten mit einem Klebeband einfangen, raten Kinderärzte.⁵



- 1 BfR (2015) Update der S3-Leitlinie Allergieprävention weicht von Stillempfehlung der Nationalen Stillkommission ab www.bfr.bund.de/cm/343/update-der-s3-leitlinie-allergiepraevention-weicht-von-stillempfehlung-der-nationalen-stillkommission-ab.pdf
- 2 BAUA (2014) Liste der Berufskrankheiten www.baua.de/de/Themen-von-A-Z/Berufskrankheiten/Rechtsgrundlagen/Anlage-BKV.html
- 3 www.dguv.de/de/Versicherung/Berufskrankheiten/Hauterkrankungen/Hautkrebs-durch-UV-Strahlung/index.jsp (Abruf 3.6.2015)
- 4 DER ARZNEIMITTELBRIEF (2015) Nr. 4, S 32
- 5 BVKJ (2015) Nach Ausflügen ins Grüne Kinder nach Zecken absuchen www.kinderaerzte-im-netz.de/news-archiv/meldung/article/nach-ausfluegen-ins-gruene-kinder-nach-zecken-absuchen/