

Mangelgeburten

«Jede Diät ist ein Risiko»

Immer mehr Babys kommen in der Schweiz unterernährt zur Welt. Wachstumsspezialist Urs Eiholzer erklärt, warum das so ist und welche Folgen das für die Kinder hat.

INTERVIEW: ANDREA HAEFELY

Beobachter: Unterernährte Neugeborene – da denkt man automatisch an Hungersnöte in fernen Ländern. In der Schweiz muss aber niemand hungern. Wieso nehmen Mangelgeburten hierzulande trotzdem zu?

Urs Eiholzer: Der Hauptgrund ist, dass immer mehr ältere Frauen schwanger werden.

Das Risiko steigt also mit dem Alter der Mutter?

Ja. Das optimale Alter, um ein Kind zu bekommen, liegt zwischen 25 und 34 Jahren. Nicht nur, weil die Eizellen dann noch frisch und in grosser Zahl vorhanden sind, sondern auch, weil die Versorgung über die Plazenta dann am besten gewährleistet ist. Wenn ein Kind im Uterus unterversorgt wird, liegt das meist daran, dass die Plazenta – aus welchen Gründen auch immer – nicht genügend gut arbeitet.

Wie hoch ist das Risiko für eine Mangelgeburt bei einer älteren Frau?

Bei den 25- bis 34-Jährigen liegt das Risiko bei 6,8 Prozent, ab 40 steigt es auf das Doppelte. Hier spielt übrigens auch die moderne Fortpflanzungsmedizin hinein.

Inwiefern?

Einerseits sind solche Mütter meistens deutlich älter als 35. Andererseits birgt die medizinisch assistierte Reproduktion, also die künstliche Befruchtung, immer ein Mangelgeburt-Risiko, da oft zwei oder drei Eizellen eingesetzt werden, um die Chance auf eine Schwangerschaft zu erhöhen. Das führt immer wieder zu Mehrlingsgeburten. Und wenn sich mehrere Föten eine Plazenta teilen müssen, steigt die Gefahr einer Unterversorgung. Der Karriere zuliebe Eizellen für später einzufrieren, ist also eine mässig gute Idee.

Welche weiteren Risiken gibt es?

Klassische Faktoren sind Drogen-, Alkohol- und Zigarettenkonsum. Ich



«Eine Mangelgeburt kann dazu führen, dass das Kind im Wachstum gehemmt und anfällig für Diabetes Typ 2 ist.»

Urs Eiholzer, 66, ist Wachstumsspezialist und Leiter des Pädiatrisch-Endokrinologischen Zentrums Zürich (Pezz). Er ist Autor von «SGA – Mangelgeburt. Ein Ratgeber für Eltern».

möchte aber auf keinen Fall Müttern mit einer Mangelgeburt ein schlechtes Gewissen machen, nur weil sie in der Schwangerschaft ein, zwei Zigaretten geraucht oder ein halbes Glas Wein getrunken haben. Es braucht schon ein bisschen mehr.

Was ist mit Diäten?

Diäten können sehr schnell zu einer Mangelversorgung führen. Frauen, die darauf bedacht sind, während der Schwangerschaft so wenig wie mög-

lich zuzunehmen, oder die sich einseitig, zum Beispiel vegan ernähren, riskieren, dass ihr Baby Mangel leidet.

Wie schnell kann das passieren?

Das ist unklar. Aber eine Studie zum Fasten von Schwangeren während des Ramadan zeigt, dass es relativ wenig braucht, damit das Kind zu kurz kommt. Untersucht wurden Schwangere, die während des Ramadans nur vom Ein-dunkeln bis Sonnenaufgang assen. Ihre Kinder waren kleiner und dünner als die Kinder jener Frauen, die trotz Ramadan normal assen.

Hat auch Umweltverschmutzung einen Einfluss?

Ja. Denn auch zu wenig Sauerstoff kann eine Mangelgeburt zur Folge haben. Das hat sich eindrücklich in Peking gezeigt: Kurz vor und während der Olympischen Spiele 2008 unternahm die Regierung alles Mögliche, um die Luft sauberer zu kriegen. Fabriken wurden kurzfristig stillgelegt, mit künstlich herbeigeführtem Regen wurde die Luft gereinigt. Kinder, die in dieser Zeit empfangen und ausgetragen wurden, waren deutlich grösser und schwerer als die vor oder nach Olympia Geborenen.

Ab wann spricht man von einer Mangelgeburt?

Mangelgeburten werden nach der englischen Bezeichnung «Small for Gestational Age» auch SGA-Kinder genannt. Konkret heisst das nichts anderes, als dass sie – bezogen auf die Schwangerschaftsdauer – deutlich kleiner und leichter sind, als sie sein sollten. Grundsätzlich sagt das noch nichts über den Gesundheitszustand des Babys aus. Eine Frühgeburt kann, entsprechend der Schwangerschaftsdauer, normal gross und schwer sein, ein voll ausgetragenes Kind hingegen eine Mangelgeburt. Rund 5 Prozent der Kinder kommen zu klein und zu leicht auf die Welt.

Wie wirkt sich eine Mangelgeburt später auf das Kind aus?

Solche Kinder können im Wachstum gehemmt sein. Zudem bringt eine pränatale Unterversorgung

gewisse Veranlagungen mit sich, zum Beispiel eine grössere Anfälligkeit für Diabetes Typ 2 und für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Ausserdem werden sie möglicherweise früher geschlechtsreif als andere Kinder und neigen dazu, dick zu werden.

Wie kommt das?

Es handelt sich um einen Überlebensmechanismus. Trägt eine Frau während einer Hungersnot ein Kind aus, stehen die Chancen gut, dass das Kind in diese Hungersnot hineingeboren wird. Der Fötus schaltet deshalb den Stoffwechsel um, und zwar für immer. Man spricht auch von der «Hypothese des besonders sparsamen Individuums». Deshalb sind Mangelgeburten bessere Futterverwerter.

Ist das nicht gut?

Nur, wenn tatsächlich gerade Hungersnot herrscht. Wenn so ein Kind aber in ein üppig versorgtes Umfeld wie das unsere kommt, wird sein auf Sparflamme getrimmter Körper die normale Menge an Essen zu gut aufnehmen. Mit den oben erwähnten möglichen Folgen für seine Gesundheit.

Wirkt sich die Unterversorgung auch auf die Intelligenz aus?

Ja. Verschiedene Grossstudien, etwa in Schweden mit 350 000 Untersuchten, zeigen einen Zusammenhang zwischen Mangelgeburt und verminderter Intelligenz sowie weniger guter Sozialkompetenz. Er ist aber nicht gravierend.

Gibt es Therapien für SGA-Kinder?

Nur zehn Prozent der Betroffenen holen ihren Wachstumsrückstand nicht auf. Ihnen kann eine Wachstumshormontherapie helfen. Was den angeborenen «Sparmodus» und die Veranlagung zu Typ-2-Diabetes angeht, gibt es Hinweise, dass das Medikament Metformin die Fehlprogrammierung sogar rückgängig machen kann.

Tipp: Mit der App «Child-Growth» können Eltern Wachstum, Gewicht und BMI des Kindes erfassen und überwachen. Sie stammt vom Pezz (pezz.ch) und ist kostenlos im App Store und im Google Play Store erhältlich.



BONAPARTE finden Sie in jeder guten Käsetheke.



Die rahmige Käse-Spezialität aus bester Thurgauer Kuhmilch wird mit viel Sorgfalt im Familienbetrieb der Strahl Käse AG in Siegershausen hergestellt. Falls Sie den BONAPARTE in Ihrem Käsefachgeschäft nicht auf Anhieb entdecken, so fragen Sie ganz einfach nach dem Genuss, der uns alle erobern wird!