



Wie viele Enzyme?

Hallo,
Ich schreibe Ihnen aus dem Libanon und seit meiner sehr späten Diagnose, mit 18 Jahren, habe ich ziemlich mit CF zu kämpfen. Meine Frage ist, wie viele Enzyme ich pro Mahlzeit einnehmen sollte, da meine Stuhlprobe trotz meiner Unterernährung negativ ist. Ich bin 21 Jahre alt, 156 cm groß und wiege nur 43 kg. Aufgrund mangelnder Erfahrung mit der Krankheit und falscher, negativer Schweiß-Chlorid-Tests, konnten die Ärzte die Diagnose nicht früher stellen. Das einzige, hier erhältliche Enzym ist Kreon 10000. Bitte helfen Sie mir.

eingegangen – 8. Apr 2004: 06:32:22

Lieber Freund/Liebe Freundin aus dem Libanon,
Vielen Dank für Ihre Frage. Sie ist ziemlich schwer zu beantworten, da jeder Einzelne einen anderen Enzym-Bedarf hat. Ihr individueller Tagesbedarf kann jedoch aufgrund Ihrer Symptome berechnet werden. Ergänzende Enzyme für die Bauchspeicheldrüse werden bei zystischer Fibrose hauptsächlich wegen ihres Lipase-Gehalts (dem fettverarbeitendem Enzym) benötigt. Deshalb müssen Sie Kreon mit allen Mahlzeiten, Snacks und Getränken einnehmen, die Fett enthalten. Je mehr Fett das Essen oder Trinken enthält, desto höher ist die benötigte Kreon-Dosis. Bei gebackenem Fisch und Pommes wäre die Dosis z.B. höher als bei gebratenem Hähnchen und Gemüse. Leider ist es mir unmöglich, Ihre genauen Dosen zu bestimmen, da jeder Mensch unterschiedlich ist. Das Beste ist, mit einer geringen Dosis zu beginnen und diese, entsprechend dem Fettgehalt Ihrer Nahrung und der Kontrolle der Symptome, die auf schlechte Fettverwertung hindeuten, allmählich zu erhöhen. Sie sollten darauf hinarbeiten, Ihren Darm nur 1-2-mal täglich zu entleeren, und der Stuhl sollte eine normale, dunkle Farbe haben und nicht blass, ölig oder fettig aussehen. Wenn Sie Ihre Kreon-Dosis vorsichtig erhöhen, dürfte es nicht passieren, dass Sie zu viel davon einnehmen. Die am weitesten verbreiteten Symptome von Überdosierung sind Verstopfung und Bauchschmerzen. Im Vereinigten Königreich empfehlen wir, dass die Einnahme von Kreon eine Kapsel pro Kilogramm Körpergewicht nicht überschreiten sollte. Dies würde für Sie ein Maximum von 43 Kreon pro Tag bedeuten. Viele Patienten benötigen jedoch weniger und Sie sollten Ihre individuelle Dosis, wie oben beschrieben, errechnen.

Ich hoffe, Ihre Frage damit beantwortet zu haben
Viele Grüße,
Sue Wolfe, Ernährungswissenschaftlerin

Womit füttere ich mein Baby?

Lieber Doktor,

Mein Baby ist 7 Monate und 2 Wochen alt, sie wiegt 7.300 kg (16,09 Pfund) und ist 70,5 cm groß (27,7 in). Sie wog 6.200 kg (13,66 Pfund), als sie 4 Monate alt war, 6.500 kg (14,32 Pfund), als sie 5 Monate alt war, 6.800 kg (15 Pfund), als sie 6 Monate alt war, und in ihrem 7. Monat wog sie 7.300 kg (16,09 Pfund) und ihr Kopfumfang betrug 43 cm (17 in). Ich mache mir Sorgen um ihre Fütterung. Was ist ratsam? Im Moment gebe ich ihr Folgendes:

Milch + Getreide. Zwischen 592 und 739 cc (4,16 – 5,20 Gills) pro Tag.

Ergänzung: 44 cc (0,31 Gills) Brei aus Kartoffeln und Gemüse, Milch und Butter, 44 cc Pfirsichkompott.

Können Sie mir sagen, was ich ihr geben kann, damit sie zunimmt? Wie viel Milch sollte ich ihr durchschnittlich pro Monat geben? Wie viel cc's Ergänzungsmittel? Falls ich Olivenöl verwenden möchte, wie viel kann ich ihrem Futter zusetzen?

Vielen Dank,

Milagros Cardenas

Lima, Peru

eingegangen – 16. Juli 2004: 20:20:03

Hallo Milagros Cardenas,

Vielen Dank für Ihre Frage das Wachstum Ihres Babies und die Menge der Nahrung, die sie zu sich nehmen sollte, betreffend. Ich habe die von Ihnen gemachten Wachstumsangaben auf einer englischen Wachstumstabelle graphisch dargestellt. Daraus kann ich ersehen, dass sie ein langes Baby ist und ihre Gewichtszunahme über die letzten zwei Monate normal war. Dies deutet alles darauf hin, dass sie momentan genügend Nahrung für ihr Wachstum bekommt, was sehr gut ist. Bei ihrem Alter würde ich erwarten, dass sie mindestens 600 ml Säuglingsmilchgemisch pro Tag trinkt, was sie Ihren Angabe zufolge auch tut. Ich würde auch davon ausgehen, dass sie dreimal täglich Nahrung der Art, die Sie beschreiben, zu sich nimmt. Mit zunehmendem Alter sollte sich ihre Nahrungsaufnahme, nicht jedoch ihr Milchkonsum steigern, damit sie sich nach und nach auf die Ernährung eines Kleinkindes umstellt. Falls sich ihre Gewichtszunahme verlangsamt, wäre es das Wichtigste sicherzustellen, dass sie das Fett in der Nahrung angemessen verwertet. Sie erwähnen nicht, ob sie ergänzende Enzyme für die Bauchspeicheldrüse einnimmt. Ich gehe jedoch davon aus und empfehle daher, dass die Dosis derart angeglichen werden sollte, dass ihr Stuhl normal geformt und weder ölig noch fettig ist. Falls ihre Gewichtszunahme weiterhin unzureichend ist (was im Moment nicht der Fall ist), könnten Sie es mit dem Zusatz von Olivenöl zu ihrer Nahrung versuchen, wie Sie bereits erwähnt hatten. Ein Teelöffel (5cc) pro Portion ist genug. Bedenken Sie, dass dies zu 100% aus Fett besteht und falls Ihr kleines Mädchen Enzyme einnimmt, muss die Dosis bei Zugabe von Olivenöl erhöht werden.

Ich hoffe, dass meine Antwort Sie beruhigt und Ihre Frage beantwortet.

Viele Grüße,

Sue Wolfe, Ernährungswissenschaftlerin