

Stellungnahme
der Deutschen Gesellschaft für Hebammenwissenschaft e.V.
zum
Entwurf der Gesundheitsinformation
Mehr Wissen
Im Alltag genug trinken: Tipps und Hilfen
des IQWiG Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen

Autorin: Franziska Dresen (Dipl.) für die Deutsche Gesellschaft für Hebammenwissenschaft e.V.

Datum: 14.09.2023

Die DGHWi nimmt Stellung zum Entwurf der Gesundheitsinformation „Mehr Wissen – Im Alltag genug trinken: Tipps und Hilfen“ des IQWiG - Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen.

1. Allgemeines

Die DGHWi befürwortet grundsätzlich die Gesundheitsinformationen des IQWiG zu den zunehmenden gesundheitlichen Risiken durch die Klimakrise. Die besonders vulnerablen Personengruppen der Schwangeren/ Mütter, Feten und Neugeborenen werden in den gängigen Informationsmedien zu dieser Thematik häufig nicht oder nur am Rande erwähnt. So auch im vorliegend Entwurf der Gesundheitsinformation „Mehr Wissen – Im Alltag genug trinken: Tipps und Hilfen“ des IQWiG. Die DGHWi empfiehlt, die Folgen der Klima- und Umweltkrise für die maternale, prä- und neonatale Gesundheit und die entsprechenden Personengruppen als besonders Betroffene insgesamt exponierter zu benennen. Dies wird wie folgt begründet:

- Es handelt sich hierbei immer gleich um mind. zwei gefährdete Personen (Mutter und Kind(er)).
- Sie sind durch ihre biologischen Merkmale und ihrer sozioökonomischen Stellung von der Klimakrise besonders betroffen
- Sie haben u. a. aufgrund eingeschränkter Anpassungsmöglichkeiten eine erhöhte Vulnerabilität hinsichtlich der Auswirkungen durch die Klima- und Umweltkrise
- Gleichzeitig tragen sie selbst meist wenig zur Klima- und Umweltkrise bei
- Die Stärkung von Frauen (auch indirekt durch die Stärkung ihrer Gesundheit) ist wesentlich für den Klima- und Umweltschutz wie auch die geforderte Transformation (vgl. u.a. UN Agenda 2023 und Earth4All-Initiative des Club of Rome)
- Neugeborene bzw. Kinder sind in besonderem Maße auf eine nachhaltige Zukunft angewiesen

2. Anmerkungen und Ergänzungen zu Formulierungen verschiedener Textstellen

Wie viel Flüssigkeit brauche ich täglich?

Bei der Beantwortung der Frage „Wie viel Flüssigkeit brauche ich täglich?“ (S. 1) wird der Bedarf von Schwangeren, Stillenden und Neugeborenen nicht erwähnt. Da Dehydration ein

Gesundheitsrisiko für diese Personengruppen darstellt, rät die DGHWi dazu diese auch zu benennen. Dies kann wie folgt formuliert werden (2. Absatz der Beantwortung, S. 1):

Wer beim Sport, bei körperlicher Arbeit oder an heißen Tagen viel schwitzt, kann einen höheren Bedarf haben. Dies gilt auch für Stillende, für die in der Regel eine Trinkmenge von 1,7-2 Liter pro Tag empfohlen ist. Ebenso haben Säuglinge bezogen auf ihr Körpergewicht einen höheren Flüssigkeitsbedarf als Erwachsene. Schwangere haben hingegen in der Regel einen normalen Flüssigkeitsbedarf. Jedoch ist Flüssigkeit in der Schwangerschaft unter anderem durch das gesteigerte Blutvolumen der Mutter wie auch der ständigen Fruchtwasserbildung von großer Bedeutung. Ein Flüssigkeitsmangel kann sich demnach schnell negativ auf die Schwangerschaft auswirken. Manche Menschen benötigen auch weniger Flüssigkeit, beispielsweise ältere Kinder oder Personen, die sich wenig bewegen. In der Regel kann man dem eigenen Durstgefühl vertrauen. Manche Menschen verspüren aber kaum Durst oder können ihren Durst nicht selbstständig stillen und ihn auch nur eingeschränkt mitteilen. Dies betrifft oft ältere Menschen wie auch Säuglinge.

Welche Getränke versorgen mich am besten mit Flüssigkeit?

Auch bei der Beantwortung dieser Frage (S. 1-2) empfiehlt der DGHWi zusätzlich auf Säuglinge und Kleinkinder einzugehen. Dies kann wie folgt formuliert werden:

Säuglingen sind in den ersten 4-6 Lebensmonaten neben der Muttermilch bzw. (wenn nicht gestillt wird) Säuglingsmilchnahrung keine zusätzlichen Getränke zu geben. Denn ein gesunder Säugling erhält hierüber ausreichend Flüssigkeit. Erst allmählich mit der Einführung von Beikost benötigt das gesunde Baby zusätzliche Flüssigkeit. Am besten Wasser aus einem Becher oder Glas.

Wie kann man andere dabei unterstützen, genug zu trinken?

Bei der Beantwortung dieser Frage (S. 3-4) rät die DGHWi auch hier dazu auf die Personengruppen der Schwangeren, Stillenden und Neugeborenen einzugehen. Dies kann wie folgt formuliert werden:

Besonders an heißen Tagen und bei akuten Erkrankungen mit Fieber oder Durchfall ist es Angehörigen oder Pflegenden oft ein Anliegen, beim zusätzlichen Trinken zu helfen. Aber auch im Alltag benötigen manche Menschen Unterstützung, um genug zu trinken. Ältere Menschen wollen manchmal kaum etwas trinken - etwa, weil sie keinen Durst verspüren, sich wegen einer Harninkontinenz sorgen oder Toilettengänge vermeiden wollen, wenn sie nicht mehr so gut zu Fuß sind. Wöchnerinnen befinden sich in einer Situation der physischen und psychischen

Umstellung wie auch Erholung von der Geburt. Zeitgleich kümmern sie sich nun auch um ihr Neugeborenes und um eventuelle Geschwisterkinder. In dieser Lebenssituation kann schnell untergehen, auf das ausreichende Trinken zu achten. Vielen Menschen fällt auch eine Änderung ihrer Gewohnheiten schwer.

Ferner empfiehlt die DGHWi bei der Beantwortung dieser Frage auch dringend folgende Hinweise zur Kontrolle des Flüssigkeitshaushaltes von Säuglingen und entsprechende Handlungsempfehlungen zu benennen.

Für die Bildung von Muttermilch ist ein ausreichender Flüssigkeitshaushalt der stillenden Mutter bedeutsam. Besonders an heißen Tagen sollten Stillende reichlich trinken und ihren Säugling häufig anlegen. Einen Flüssigkeitsmangel beim Säugling kann an folgenden Symptomen erkannt werden:

- *trockener Mund*
- *trockene Haut*
- *wenig Urinausscheidung (In den ersten Tagen nach der Geburt ist es bei gestillten Neugeborenen normal, wenn die Windeln nur wenig feucht sind. Spätestens ab dem 3.-4. Lebenstag sollten es mit dem Milcheinschuss 6-8 nasse Windeln pro Tag sein)*
- *ingesunkene Fontanelle (weiche Stelle zwischen den Schädelknochen)*
- *ingesunkene Augen und keine Tränen beim Weinen*
- *Säugling bewegt sich wenig und wirkt apathisch und schläfrig*
- *Säugling trinkt nicht oder wenig an der Brust oder aus der Flasche*
- *Durstfieber (ab einer Körpertemperatur von 38 Grad)*

Sollten diese Symptome einer Dehydrierung beim Säugling beobachtet werden, benötigt es schnellstmöglich Flüssigkeit. Es ist unverzügliche ärztliche Hilfe nötig.

Literatur:

American Academy of Pediatrics (2022): Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk, *Pediatrics* (2022) 150 (1): e2022057988. <https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988>

Böse-O'Reilly, S., O'Reilly, F. & Roeßler, C. Hitzebelastung bei Kindern. *Monatsschrift Kinderheilkunde* 171, 124–129 (2023). <https://doi.org/10.1007/s00112-022-01682-7>

Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) (2021): Nationale Strategie zur Stillförderung, https://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/DE/Broschueren/nationale-stillstrategie.pdf?__blob=publicationFile&v=9, abgerufen am 18.19.2023

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), Handlungsempfehlungen - Ernährung in der Schwangerschaft, <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gezielte-ernaehrung/ernaehrung-in-schwangerschaft-und-stillzeit/handlungsempfehlungen-ernaehrung-in-der-schwangerschaft/#c3170>, abgerufen am 18.09.2023

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit, <https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gezielte-ernaehrung/ernaehrung-in-schwangerschaft-und-stillzeit/>, abgerufen am 18.09.2023

Giudice L. C., Llamas-Clark E. F., DeNicola N., et al. (2021). Climate change, women's health, and the role of obstetricians and gynecologists in leadership. *International Journal of Gynecology & Obstetrics* 2021; 155-3, 345–356. <https://doi.org/10.1002/ijgo.13958>

Giudice, L. C., Llamas-Clark, E. F., DeNicola, N., Pandipati, S., Zlatnik, M. G., Decena, D. C. D., Woodruff, T. J., Conry, J. A., & FIGO Committee on Climate Change and Toxic Environmental Exposures. (2021). Climate change, women's health, and the role of obstetricians and gynecologists in leadership. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*, 155(3), 345–356. <https://doi.org/10.1002/ijgo.13958>

ICM -International Confederation of Midwives. Position Statement. Impact of climate change (2014). <https://www.internationalmidwives.org/assets/files/statement-files/2019/06/impact-of-climate-change-eng-letterhead.pdf>

Koletzko B, Bauer CP, Cierpka M, Cremer M, Flothkötter M, Graf C, Heindl I, Hellmers C, Kersting M, Krawinkel M, Przyrembel H, Vetter K, Weißenborn A, Wöckel A. Ernährung und Bewegung von Säuglingen und stillenden Frauen. Aktualisierte Handlungsempfehlungen von „Gesund ins Leben – Netzwerk Junge Familie“, eine Initiative von IN FORM. *Monatsschr Kinderheilkd* 2016; 164(9): 765-789

Netzwerk Gesund ins Leben, <https://www.gesund-ins-leben.de/fuer-fachkreise/bestens-unterstuetzt-durchs-1-lebensjahr/nachgefragt/ab-wann-brauchen-saeuglinge-zusaetzlich-fluessigkeit/>, abgerufen am 18.09.2023

Prisco A, Capalbo D, Guarino S, et al. (2021): How to interpret symptoms, signs and investigations of dehydration in children with gastroenteritis *Archives of Disease in Childhood - Education and Practice* 2021;106:114-119.

Roos, N., Kovats, S., Hajat, S., Filippi, V., Chersich, M., Luchters, S., Scorgie, F., Nakstad, B., Stephansson, O., & Consortium, C. (2021). Maternal and newborn health risks of climate change: A call for awareness and global action. *Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica*, 100(4), 566–570. <https://doi.org/10.1111/aogs.14124>

Stone, K., Blinn, N., & Spencer, R. (2022). Mental Health Impacts of Climate Change on Women: A Scoping Review. *Current Environmental Health Reports*, 9(2), 228–243. <https://doi.org/10.1007/s40572-022-00346-8>

Syed S., O'Sullivan T. L., Phillips K. P. (2022). Extreme Heat and Pregnancy Outcomes: A Scoping Review of the Epidemiological Evidence. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022;. 19 (4): 2412. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042412>