

Wasserzubereitung und Mineralwasser aus der Flasche (ohne Kohlensäure) zur Herstellung von Säuglingsschoppen

Update zur Information der Ernährungskommission der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie aus dem Jahr 2001

Johannes Spalinger, Luzern

In der Schweiz ist das Hahnenwasser (Leitungswasser) von sehr hoher Qualität sowohl in Bezug auf die chemische Zusammensetzung wie auch auf dessen mikrobiologischen Gehalt. Es kann daher bedenkenlos für die Herstellung der Säuglingsschoppen verwendet werden.

Es gibt keine wissenschaftlichen Grundlagen, das Hahnenwasser nicht für die Herstellung von Säuglingsschoppen zu verwenden.

Für den Säuglingsschoppen wird empfohlen (WHO), das Wasser auf > 70 °C abzukochen, für die Zubereitung des Schoppens abzukühlen und danach bei Körpertemperatur anzubieten. Damit kann das Risiko einer Infektion mit dem Bakterium *Enterobacter sakazakii* (eine seltene Ursache einer schwer verlaufenden bakteriellen Infektion bei Früh- und Neugeborenen) reduziert werden. Der Säuglingsschoppen sollte immer frisch vor jeder Mahlzeit zubereitet werden, nicht getrunkenen Schoppen soll verworfen werden und nicht für die nächste Mahlzeit aufbewahrt werden.

Wünschen die Eltern Mineralwasser aus der Flasche zu verwenden, **was nicht empfohlen wird, muss dieses ebenfalls abgekocht werden**. Einmal geöffnet, ist die Mineralwasserflasche im Kühlschrank aufzubewahren, nicht länger als 24 Stunden.

Zur Herstellung des Säuglingsschoppens eignen sich nur Mineralwasser, welche wenig Mineralsalze enthalten. Das Risiko einer Salzüberladung (hypertonen Dehydratation) beim Gebrauch von mineralienreichen Mineralwässern ohne Kohlensäure ist nicht zu vernachlässigen.

In der Schweiz bestehen keine Empfehlungen betreffend Höchstgehalt an Natrium, Nitraten und Sulfaten für Mineralwasser zur Zubereitung von Säuglingsschoppen. In Deutschland, Grossbritannien (NHS) und der USA (FDA) wurden Höchstwerte definiert. Diese liegen in folgenden Bereichen:

Natriumgehalt < 20 mg/L bis < 200 mg/L
Nitratgehalt < 10 mg/L bis < 50 - 100 mg/L
Sulfatgehalt < 240 mg/l bis < 500 mg/l.

Quellen

- Ernährungskommission der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie. Mineralwasser aus der Flasche (ohne Kohlensäure) zur Herstellung von Säuglingsschoppen. Paediatrica 2001; 12: 44-45.
- www.mineralwasser.ch.
- FDA (www.fda.gov/ForConsumers/ConsumerUpdates/ucm048694.htm).
- NHA: www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/pages/making-up-infant-formula.aspx.
- Deutsche Mineralwasser Verordnung 2006 (MTW)
- Kantonales Labor Zürich, Mineralwasser Zusammensetzung.
- Säuglingsernährung und Ernährung der stillenden Mutter Handlungsempfehlungen – Ein Konsensuspapier im Auftrag des bundesweiten Netzwerk Junge Familie Monatsschr Kinderheilkd 2010 158: 679-689.

Korrespondenzadresse

Dr. med. J. Spalinger, Pädiatrische Gastroenterologie und Ernährung
 Kinderspital Luzern
 6000 Luzern 16
johannes.spalinger@luks.ch

Mineralwasser (mg/l)	Natrium	Nitrate	Sulfat	Fluorid	Calcium	Magnesium	Chlorid
Allegra	1.5	1.8	42	0.1	90	23	1
Arkina	7.1	<0.1	9	1.2	37	22	3
Evian	6.0	3.7	12.6	-	80	20	2
Fontessa	3	<0.1	120	<0.1	114	7	<1
Henniez bleu	5.8	17.3	12.4	0.1	106	8	13.5
Vittel	7.3	1.8	105	0.16	11.5	8	13.5
Volvic	11.6	6.2	8.1	0.2	11.5	8	13.5

Beispiele einzelner Mineralwasser mit niedrigem Gehalt an Natrium, Nitraten und Sulfat (keine abschliessende Aufzählung).

Bern	5.3	17	22	0.05	100	13	9.3
Zürich	4.7	4	15	0.1	54	8	4

Leitungswasser Bern und Zürich.