

NEWSLETTER TOMI STUDIE

Mai 2021



LMU KLINIKUM



Das ToMI-Team stellt sich vor

Kennen Sie schon unsere neuen Mitarbeiterinnen?



Laura

Mein Name ist Laura und seit Oktober bin ich als neue Study Nurse bei der TOMI-Studie tätig. Nach Abschluss meiner Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin 2019 bin ich an das Dr. von Haunersche Kinderspital gewechselt und habe dort in der Abteilung für angeborene Stoffwechselerkrankungen gearbeitet. Die Arbeit mit Kindern hat mir sehr viel Freude bereitet. Da mich die Themen Ernährung und Stoffwechsel interessieren und ich gerne an einer klinischen Studie mitwirken wollte, wechselte ich zur ToMI-Studie. Nun freue ich mich auf alle Aufgaben, die mich in der ToMI-Studie erwarten.



Johanna

Ich bin Johanna und arbeite seit Januar als neue Study Nurse bei der TOMI-Studie. Da mich Ernährung schon immer besonders interessiert hat, habe ich von 2015 bis 2020 in Stuttgart Ernährungsmedizin studiert. Dabei bin ich vor allem durch meine Abschlussarbeit auf die Forschung aufmerksam geworden und hatte viel Spaß bei der Mitarbeit an zwei ernährungswissenschaftlichen Humanstudien. In meiner Freizeit arbeite ich seit vielen Jahren in der Kinder- und Jugendarbeit der Gemeindejugend meines Heimatortes mit, wobei ich schon immer viel Freude am Umgang mit Kindern hatte.

Ich bin sehr dankbar, dass ich durch die Arbeit an der TOMI-Studie somit jetzt die Ernährungsmedizin, Forschung und den Umgang mit Kindern miteinander verbinden kann und freue mich schon sehr auf meine kommende Zeit bei der TOMI-Studie.



Neues aus der ToMI-Studie

Rekrutierung und Intervention erfolgreich beendet.

Nach drei Jahren intensiver Rekrutierung konnten wir mit Ihrer Hilfe im Herbst 2019 unser Ziel von insgesamt 1.625 teilnehmenden Kinder und deren Familien erreichen. Davon haben wir 625 Familien in München und Umgebung für unsere Studie gewinnen können. Die ToMI-Studienmilch wurde bei allen 1.625 teilnehmenden Kindern zufällig zugewiesen. Im darauffolgenden Herbst 2020 konnten wir die Phase der Intervention erfolgreich abschließen, d.h. alle Kinder haben die ToMI-Studienmilchgabe beendet.

Um dieses große Ziel erreichen zu können, hat unser Team viel Herzblut und Zeit in die Rekrutierung investiert und insgesamt:

- rund 93.000 Teilnahmeeinladungen an Familien in München und 70 umliegenden Gemeinden verschickt.
- rund 2.000 interessierte Familien über die Studieninhalte aufgeklärt und mehr als 4.500 Telefonate geführt und E-Mails geschrieben.
- rund 8.000 Fragebögen bearbeitet.
- Studienbesuche von ca. 2.500 Stunden durchgeführt.

Auch nach der Ende der Studienmilchgabe interessiert es uns, wie sich das Gewicht und Wachstum des Studienkindes weiterentwickelt, sodass noch zwei weitere Studienbesuche mit vier und sechs Jahren auf Sie warten.

Aktuell haben bereits 230 Kinder den vierten Besuch absolviert. Dabei werden zusätzlich zu den Untersuchungen der vorherigen Termine (Bod-Pod, Größe, Gewicht, Kopfumfang, usw.) noch der Blutdruck bestimmt und die Ernährungsgewohnheiten mittels eines Onlinefragebogens abgefragt. Bei diesem Besuch findet keine Blutentnahme statt.

Wir freuen uns, Sie wieder bei uns in der Kinderklinik begrüßen zu dürfen.



Das ToMI-Team informiert

Quetschies - Fastfood für Kleinkinder?



Pürierte Fruchtzubereitungen aus dem Quetschbeutel bieten eine bequeme und zeitsparende Möglichkeit, das Kind zu füttern: Der Inhalt des Beutels wird direkt vom Kind herausgesaugt oder bei flüssigen Produkten getrunken. Laut der Stiftung für Kindergesundheit enthalten die meisten Quetschbeutel aber viel zu viele Kalorien und zu viel Zucker. Dadurch erhöht sich das Risiko der Kinder für Karies und Übergewicht. Der Zucker stammt dabei nicht aus zugesetztem Zucker, sondern direkt aus dem konzentrierten Fruchtmus. Daher dürfen selbst extrem zuckerreiche Produkte die Aufschrift „ohne Zuckerzusatz“ enthalten. Eltern werden durch diese Deklaration und den „Bio“-Charakter zum Kauf angeregt und gehen davon aus, ihr Kind mit guten und hochwertigen Nährstoffen zu versorgen. Dass die Quetschbeutel eine völlig unausgewogene Nährstoffzusammensetzung, sprich zu viel Zucker und eine zu hohe Energiedichte aufweisen, ist vielen nicht bewusst.

Ein weiterer Nachteil ist die Vernachlässigung des Beißens und Kauens bei der Kost aus Quetschbeuteln. Das Kennenlernen verschiedener Nahrungstexturen durch die Nahrungszufuhr vom Löffel oder per Hand durch eine Betreuungsperson ist eine essentielle Lernerfahrung für Kleinkinder. Bei der Quetschie-Kost bleibt diese Lernerfahrung aus. In der Folge kann dies dazu führen, dass das Kind Essen vom Löffel sowie feste Nahrung wie Obst und Gemüse häufig ablehnt.

Die Stiftung für Kindergesundheit und die Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin (DGKJ) raten deshalb ausdrücklich vom Verzehr pürierter Beikostprodukte aus dem Quetschbeutel ab.

Quelle: Stiftung für Kindergesundheit, Pressemitteilung vom 15.08.2018



Das ToMI-Team informiert

Wie wirkt sich die Corona-Krise auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten von Kindern aus?

Diese Frage war unter anderem ein Bestandteil der Forsa-Studie, einer Umfrage des Else Kröner-Fresenius-Zentrums für Ernährungsmedizin in München. Im September 2020 wurden dafür 1 000 Eltern von Kindern bis 14 Jahren zu Corona bedingten Veränderungen des Lebensstils befragt. Mit folgenden Ergebnissen:

- Bei knapp 80% der befragten hat sich das Ernährungsverhalten nicht verändert; 14% der Befragten ernähren sich gesünder als vor der Pandemie. Insbesondere Eltern, die sich im Home-Office befinden, kochen häufiger als vor der Pandemie.
- Knapp 1/3 der befragten Eltern gaben an, Corona-bedingt selbst an Gewicht zugenommen zu haben. Bei den Kindern trifft dies auf jedes 10. Kind zu, wobei insbesondere ältere Kinder zwischen 10 und 14 Jahren betroffen sind.
- Der Verzehr bestimmter Lebensmittelgruppen hat sich während der Pandemie verändert, sodass Kinder einerseits mehr Knabberartikel und Süßigkeiten, andererseits aber auch mehr Teigwaren, Obst und Gemüse gegessen haben. Der Verzehr von Fleisch- und Wurstwaren hingegen war rückläufig.
- Knapp 40% der Eltern gaben an, dass sich ihr Kind durch die Pandemie weniger bewegt.

https://www.ekfz.tum.de/fileadmin/PDF/191020_PPT__EKFZ_und_Forsa__final.pdf

Sind Sie auf der Suche nach Bewegungsmöglichkeiten für ihr Kind?

Der Spielplatz ist gesperrt, die Angebote der Sportvereine fallen aus und auch die Bewegung im Kindergarten fällt bei vielen Kindern weg. Viele Familien sind daher auf der Suche nach passenden Bewegungsmöglichkeiten oder Beschäftigungen für ihr Kind. Neben der Bewegung an der frischen Luft, hat INFORM, Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und Bewegung, eine Übersicht an Sportangebote und Bewegungsspiele für die eigenen vier Wände zusammengestellt. Den Link dazu finden sie im folgenden:

<https://www.in-form.de/wissen/sportangebote-fuer-kinder-und-jugendliche-zu-hause-nutzen/>

Das Team der ToMI-Studie wünscht Ihnen viel Spaß beim Ausprobieren!