

Hinweis: Kuhmilch

warum ist Kälbchenmilch nicht ideal?

- Der Milchbedarf in den ersten zwei Lebensjahren ist nicht verhandelbar
- Steht Mutter- oder Frauenmilch nicht zur Verfügung, sollte auf "Pre" zurückgegriffen werden

Die Kälbchenmilch ist nicht optimal, weil

- das Kalb auf ein schnelles Wachstum ausgelegt ist, innerhalb von 6 Monaten wird es schlachtreif → der Mensch hingegen wächst ca. 18 Jahre.
- das Kalb ist primär auf Muskelwachstum ausgelegt → Beim Menschen liegt der Fokus in den ersten Jahren auf dem Gehirnwachstum. Fette sind hier essentieller als Proteine.
- der Proteingehalt in der Kuhmilch bei ca. 3,5% liegt → in der Muttermilch befinden sich nur ca. 0,9 % Proteine.

Ein weiterer wichtiger Unterschied liegt in der Aminosäurestruktur der Proteine

- Die Eiweiße der Kuhmilch besitzen eine andere Aminosäurestruktur und werden deswegen
 - von den kindlichen Nieren nicht gut verarbeitet.
 - anders Verstoffwechselt und im Fettgewebe eingelagert. Das Risiko für u.a. Übergewicht ist dadurch erhöht.

➡ Das entspricht quasi einer Überdüngung des Körpers

warum dann kuhmilchbasierte Formulanahrung?

- Formulanahrung, Muttermilchersatznahrung auch "Pre" genannt, basiert i.d.R. auf Kuhmilcheiweiß.
- Die Eiweiße wurden jedoch anders aufbereitet (z.T. hydrolisiert und gespalten) und sind für den kindlichen Organismus daher physiologisch günstiger.
- Kindermilche oder andere Folgemilche haben u.a. mehr Zucker beigemischt und sollten nicht gegeben werden.

Was sind Aminosäuren?

Aminosäuren sind die Grundbausteine der Proteine (Eiweiße) in unserem Körper und reihen sich zu einer Kette aneinander, bis das Protein fertig ist. Abhängig von der Zusammensetzung der Kette entstehen verschiedene Eiweiße.

Aminosäuren sind in nahezu allen lebenswichtigen Prozessen beteiligt. Einige kann unser Körper selbst herstellen, andere müssen mit der Nahrung zugeführt werden. Fehlen dem Körper wichtige Grundbausteine, kann es Auswirkungen auf viele wichtige Prozesse im Körper haben.

Quelle: <https://studyflix.de/chemie/aminosauren-aufbau-5161>, zuletzt abgerufen 27.03.2023