

Reicht die Muttermilch?

? Monika S.: „Ich frage als besorgte Oma an: Mein Enkel ist schon neun Monate alt und wird noch gestillt. Die Tochter gibt aber keine extra Flüssigkeit (Wasser, Tee) obwohl das Kind schon mit fester Nahrung gefüttert wird. Bekommt das Kind nur über die Muttermilch genug Flüssigkeit?“


Sprechstunde

DR. MED. WOLFGANG EXEL
INTERVIEWT SPEZIALISTEN
AUS ALLEN GEBIETEN DER MEDIZIN
AUCH ONLINE UNTER
www.krone.at/gesund-fit

Q Keine Sorge, in der Muttermilch ist reichlich Flüssigkeit enthalten! Kinder im Alter von neun Monaten haben bereits ein sehr ausgeprägtes Gefühl für Durst und benötigen in der Regel erst dann zusätzlich Flüssigkeit, wenn mehr als die Hälfte der Nahrung aus fester Kost besteht.

Man kann Wasser anbieten – wenn das Kind durstig ist, wird es das auch akzeptieren. Andernfalls hat das Kind einfach keinen Durst und somit auch keinen Bedarf an Flüssigkeit.

Solange die Windeln feucht sind, besteht mit Sicherheit keine Gefahr eines Flüssigkeitsmangels.

Jedenfalls ist davon abzuraten, in dieser Situation gezuckerte Tees oder Fruchtsäfte anzubieten. Diese werden von den Kindern zwar gerne angenommen, führen aber dazu, dass die süße Geschmacksrichtung sehr früh „erlernt“ wird. Das erhöht später das Risiko für Übergewicht, Karies und Diabetes ...



Prim. Univ.-Ass.-Prof. DDr. Peter Voithl, MBA, FA für Kinderheilkunde, Ambulatorium für Kinderkardiologie Wien. Kontakt: ☎ 01/263 79 79, office@kinderarzt.at



Foto: Oscar Brunet - stock.adobe.com

Mit der Muttermilch bekommt das Baby genug Flüssigkeit

Wallungen nach Krebs-Operation

? Irmgard W. (75): „Ich hatte vor sieben Jahren eine Brustamputation wegen Krebs. Fünf Jahre hindurch musste ich Medikamente nehmen. Leider quälten mich nach wie vor Hitzewallungen! Hören diese Beschwerden nie auf? Was raten Sie mir?“

Q Hitzewallungen im Lebensalter über 70 müssen unbedingt speziell abgeklärt werden. Es ist sehr unwahrscheinlich, dass hier der Hormonmangel eine Rolle spielt. Ich empfehle daher, sich an die Ärzte zu wenden, die seinerzeit den Brustkrebs behandelt haben.



Univ.-Prof. Dr. Heinz Ludwig,
Leiter des Wilhelminen-Krebsforschungsinstitutes
Wien, Kontakt: heinz.ludwig@aon.at

Fingernägel & Krankheit

? Sylvia G.: „Stimmt es, dass man bestimmte Erkrankungen an den Fingernägeln erkennen kann? Ich habe seit einiger Zeit weiße Flecken – was kann das bedeuten?“

Q Gesunde Nägel sind fest, aber biegsam. Die glatte Oberfläche schimmert rosa. Durch Verletzungen, unsachgemäße Nagelpflege oder auch allergische Reaktionen auf Nagellack kann sich die Oberfläche verfärben oder verformen.

Gewisse Veränderungen

können eventuell tatsächlich Zeichen einer Erkrankung sein. So sprechen brüchige Nägel für Mangelernährung (Defizit an Mineralstoffen), eine Unterfunktion der Schilddrüse oder eine Hormonstörung. Gelbe, dicke Nägel wiederum können durch chronische Bronchitis oder einen Pilz entstehen.

Querrillen entstehen häufig durch Verletzungen der Nagelwurzel. Treten sie hingegen an allen Nägeln auf, so kann die Ursache eine überstandene schwere Krankheit mit sehr hohem

Fieber oder ein Herzleiden sein. Ein Bluttest sorgt für eine klare Diagnose.

Längsrillen sind leider eine häufige Alterserscheinung. Sind die Nägel noch dazu brüchig, so ist an Vitamin-B-Mangel oder Gicht zu denken. Auch ein Nageltumor muss ausgeschlossen werden.

Die von der Leserin be-



schriebenen weißen Flecken sind allerdings kein Zeichen für eine Erkrankung. Sie entstehen am ehesten durch zu häufige bzw. fehlerhafte Maniküre, bei der die Nägel leicht verletzt werden. Die Flecken sind ungefährlich und kein Grund zur Sorge.



Dr. Doris Grablowitz, Fachärztin für Dermatologie,
Spezialistin für Ästhetische Medizin aus Wien.
Kontakt: ☎ 01/512 91 92, ordi.dg@grablowitz.at,
www.grablowitz.at

Foto: Rolf G. Wackenberg - stock.adobe.com