

Einführung allergener Lebensmittel



Führen Sie allergene Lebensmittel früh in der Beikostphase in sicherer, altersgerechter Form ein.

Dies ist besonders wichtig für Babys mit hohem Risiko, zum Beispiel bei familiärer Allergiebelastung oder Ekzemen - eine frühe Einführung kann helfen, das Risiko für Nahrungsmittelallergien zu senken.



Tiermilch

(kleine Mengen, unter andere Lebensmittel wie Getreidebrei gemischt)

Erdnussmus, verdünnt in Brei oder Joghurt

(wenn dies in Ihrer Kultur üblicherweise verzehrt wird)

Gut durchgegartes Ei

(zerdrückt oder in weichen Stücken)

Führen Sie allergene Lebensmittel

jeweils einzeln, in kleinen Mengen und in sicherer Konsistenz ein. Wenn Ihr Baby ein schweres Ekzem oder eine ausgeprägte familiäre Allergiebelastung hat, holen Sie zuerst fachlichen Rat ein.

