

Bestandteile der Muttermilch

Die Muttermilch besteht aus sehr vielen unterschiedlichen Inhaltsstoffen. Die Funktion der einzelnen Stoffe ist unterschiedlich aber zusammen ergeben sie ein wahres Wunderwerk. Die Liste aller Inhalte ist sehr lang und noch sind nicht alle Bestandteile erforscht. Die nachfolgende Tabelle gibt einen Überblick über die wichtigsten Stoffgruppen:

Bestandteil	Funktion
Wasser	87% der gesamten Menge der Muttermilch besteht daraus.
Stammzellen	Tragen zur Entwicklung und Heilung von Organen bei.
Proteine	Aktiveren das Immunsystem und fördern das Wachstum und den Schutz von Neuronen im Gehirn.
Oligosaccharide (Zuckermoleküle)	Fungieren als Präbiotika und fördern den Erhalt von gewollten Bakterien im Darm.
Enzyme	Beschleunigen Reaktionen im Körper.
Hormone	Dienen als Botenstoffe.
Wachstumsfaktoren	Fördern eine gesunde Entwicklung.
IgA (Immunoglobulin A) und weitere Antikörper	Schützen vor Krankheiten und Infektionen, indem sie Bakterien und Viren neutralisieren.
Langkettige Fettsäuren	Wichtig für den Aufbau des Nervensystems und die gesunde Entwicklung des Gehirns und der Augen.

Dass Muttermilch Stammzellen enthält ist noch nicht lange bekannt und deshalb in vielen Lehrbüchern bisher nicht erwähnt. Die Tatsache eröffnet aber grosses Potential für neue Therapieformen – die Forschungsergebnisse der nächsten Jahren werden uns mehr verraten.

Das sogenannte „Bäuerchen“ (Aufstossen der Milch) nach dem Essen hilft nicht nur um Luft heraus zu befördern sondern benetzt gleichzeitig die Schleimhäute des Verdauungssystem und des Nasen-Rachen-Raums. Durch die Immunglobuline entsteht dadurch ein Schutzfilm, der Infektionen entgegenwirkt.

Es konnte auch gezeigt werden, dass sich die Konzentration und Ausprägung der Immunoglobulinen in der Muttermilch verändert, wenn das Baby erkrankt. Dadurch kann das Baby den Infekt besser bekämpfen. Dies geschieht ohne, dass die Mutter auch erkrankt. Wie der mütterliche Körper auf den Zustand des Babys reagieren kann, ist noch nicht restlos geklärt.