

Liebe MARTHA Familien,

ein weiteres spannendes Jahr geht langsam zu Neige. Ihr Kind ist nun kein Baby mehr und kann eigenständig die Welt erkunden. Mittlerweile läuft es sicher und hält Sie mit seiner Neugier ständig auf Trab. Auch beim Sprechen machte es große Fortschritte – sein Wortschatz wurde von Tag zu Tag größer. Ihr Kind ist ordentlich gewachsen, deshalb braucht es nun auch andere Nahrungsmittel und neue Gerichte, um satt zu werden. Die MARTHA Milch steht weiterhin täglich auf dem Speiseplan, wir hoffen, dass sie Ihrem Kind nach wie vor schmeckt.

Im Augenblick konzentrieren wir uns voll auf die Durchführung der zweiten klinischen Visite, die im Rahmen der URS-Studie vom Bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege finanziert wird. Das fordert unsere ganze Aufmerksamkeit und den Einsatz des gesamten Teams. Deshalb können wir derzeit keine neuen Teilnehmer*innen mehr in die Studie einschließen.

Einige von Ihnen haben diesen zweiten Besuch bei uns bereits erfolgreich absolviert. An dieser Stelle möchten wir uns recht herzlich bei Ihnen bedanken! Trotz immer wieder kurzfristig aufgetretener Krankheitsfälle in der Familie haben Sie diese Visiten möglich gemacht und unsere Kinderärztinnen in der Ambulanz tatkräftig unterstützt. Auch für Ihre großartige Mitwirkung bei der Beantwortung der wöchentlichen Fragebögen danken wir an dieser Stelle, nicht viele Studien haben so engagierte Teilnehmer*innen.

Nun wünschen wir Ihnen im Namen des gesamten Teams ein schönes besinnliches Weihnachtsfest und eine erholsame Auszeit über die Feiertage.

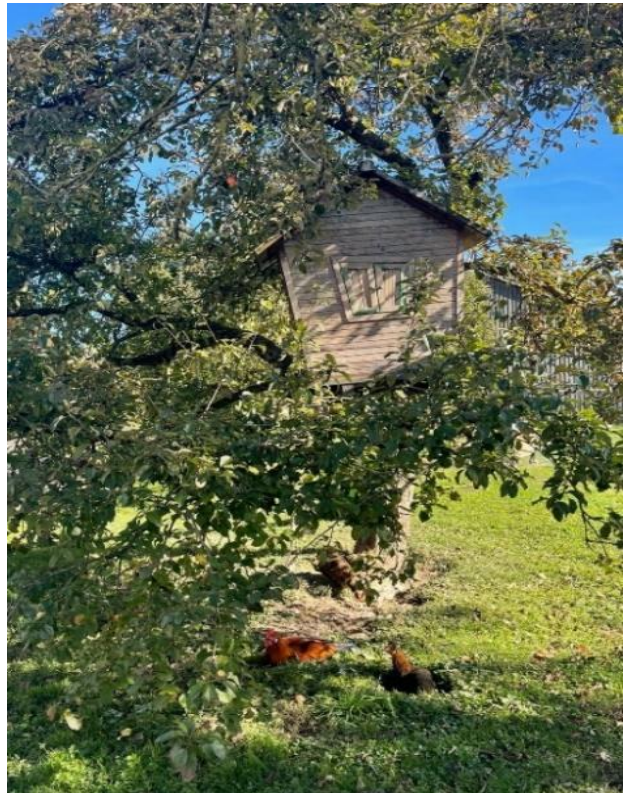
Ihre Bianca, Simone, Elena und Franziska

Mitarbeiterinnen der MARTHA-Studie

Das MARTHA Team beim Heumilchbauern: eine Fortbildung vor Ort

Ein unvergessliches Highlight im Jahr 2021 war für unser gesamtes Team der Ausflug zu einem Heumilchbauernhof in Bayern. Vom Betreiber wurden wir durch den Hof geführt und erfuhren viel Interessantes über die Heumilch, Tiere und Milchproduktion. Viele von uns mussten immer wieder staunen, wie aufwendig die Erzeugung von Heumilch ist. Insbesondere beeindruckte dabei die imposante Heutrocknung. Eine Umstellung von einer „normalen“ Milchproduktion erfordert Know-how, innovative Ideen und vor allem die eigene Überzeugung, dass dadurch etwas Gutes für Mensch und Tier erreicht werden kann - finanziell rentiert es sich für die Heumilcherzeuger jedoch kaum. Eine Verköstigung von Milch, Käse, Joghurt und Frischkäse aus der eigenen Produktion rundete den ersten Teil des Ausfluges perfekt ab. Die Qualität konnte man wortwörtlich schmecken!

Beim zweiten Teil wurden wir von dem Hofbetreiber um das gesamte Grundstück geführt und konnten die idyllisch gelegenen Grünflächen mit weidenden Kühen begehen. Nach einer ca. 1,5-stündigen Wanderung bei wunderschönem Wetter kehrten wir in einer lokalen Gaststätte ein und ließen den Abend bei gemütlichem Beisammensein und guter regionaler Küche ausklingen. Der Ausflug hat dem MARTHA Team gutgetan und uns dabei sehr bereichert.



Bemerkenswertes über Erzeugung von Heumilch:



Heumilch ist ein seit 2016 durch die Europäische Union rechtlich geschützter Begriff. Dies garantiert dem Verbraucher eine „traditionelle Spezialität“ mit verbindlichen Standards zum Grünfütteranteil der Milchkühe. Dagegen sind die Bezeichnungen „Landmilch“, „Alpenmilch“ oder „Weidemilch“ gesetzlich nicht geschützt.

Zertifikat: Die Voraussetzungen zur Herstellung von Heumilch und der Zertifizierung als „traditionelle Spezialität“ sind vielfältig.

Es gibt spezielle Vorgaben zur Fütterung und zur Düngung. Zur Fütterung der Kühe dürfen im Sommer vorwiegend frische Gräser, Leguminosen oder Kräuter und im Winter Heu verwendet werden. Außerdem muss der Raufutteranteil 75% des Jahresdurchschnittes betragen. Bei der Düngung muss darauf geachtet werden, dass mindestens drei Wochen zwischen der Ausbringung von Wirtschaftsdüngern und der Nutzung der Weideflächen liegen. Kühe, denen Silage gefüttert wurde, benötigen eine Wartezeit von mindestens 14 Tagen, bis sie anschließend gemolken und die Milch als Heumilch deklariert verwendet werden darf.

Heumilchproduktion: Im Jahr 2019 lag die Produktion von Heumilch in Deutschland bei insgesamt 70 Millionen kg - das entspricht 0,22% der Gesamtmilcherzeugung. In Österreich beträgt der Anteil 15% und liegt damit deutlich höher. So werden in Baden-Württemberg ca. 3-5% der Gesamtmilchmenge als Heumilch erzeugt.

Futter: Eine Kuh frisst bis zu 18kg Heu am Tag. Das Heu dient den Heumilchkühen von November bis März als Grundfutter, während von Ende März bis Anfang November frisches Gras auf der Weide hinzu kommt. Das Gras macht i.d.R. bis zu 80% des Futters aus.



Milchinhaltstoffe: Der Gehalt an Fett und Eiweiß in der Heumilch ist um je ca. 0,4% höher als bei der konventionellen Fütterung der Kühe (z.B. mit Silage). Dies entspricht einem Fettgehalt von 4,4% und einem Proteingehalt von 3,6%. Außerdem wird die Menge an ungesättigten Fettsäuren ebenfalls positiv beeinflusst.

Umstellung auf Bio-Heumilch: Die Umstellung von einem regulären Bauernhof auf Bio dauert ca. 2 Jahre. Eine zusätzliche Umstellung auf Bio-Heumilch bedeutet, dass mindestens 3 Monate keine Silage mehr am Hof sein darf. Die Futtermenge muss dann entsprechend umgestellt werden und dies kann bis zu einem weiteren Jahr dauern.

Herr O., ein Bio-Heumilcherzeuger aus Bayern:

„Kühe mit Heu und frischem Gras zu versorgen entspricht einer wesensgerechten Fütterung, die unsere Tiere uns danken mit bester Gesundheit und gesunder Milch. Nebenbei schützen Wiesen die Umwelt und unser Wasser und sind ein Beitrag zur Artenvielfalt!“



Das Darmmikrobiom

Haben Sie sich schon einmal gefragt, warum wir im Laufe der Studie mehrere Stuhlproben von Ihrem Kind benötigen? Hier finden Sie unsere Antworten:

Wozu nehmen wir die Stuhlproben?

Die Stuhlproben dienen der Untersuchung des Darmmikrobioms. Seit einigen Jahren wird das Darmmikrobiom intensiv erforscht und immer mehr Ergebnisse weisen darauf hin, dass die kleinen Lebewesen in unserem Darm eine wichtige Rolle bei einer Reihe von Krankheiten spielen, darunter auch bei Asthma und Allergien. Meist verbinden wir mit Bakterien, Viren und Pilzen etwas Negatives. Doch hier ist das Gegenteil der Fall:

Ein Forschungsteam um Frau Prof. Dr. Erika von Mutius und Herrn Prof. Dr. Markus Ege, die beiden Leiter der MARTHA-Studie, zeigte im Rahmen der PASTURE Studie, dass bestimmte Veränderungen des Mikrobioms, die innerhalb des ersten Lebensjahres stattfinden, einen Teil des schützenden Bauernhof-Effekts erklären können.

Was ist das Darmmikrobiom?

Dieser Begriff bezeichnet die Vielzahl von Bakterien, Viren und Pilzen, die in unserem Darm leben. Die Anzahl und Vielfalt dieser Mikroorganismen sind von Mensch zu Mensch verschieden und ist einzigartig für jeden Menschen – ähnlich wie ein Fingerabdruck.

Was geschieht mit den Stuhlproben?

In einem spezialisierten Labor wird das Mikrobiom mit einer besonderen Analyseverfahren aufgeschlüsselt, „sequenziert“. Das Ergebnis ist eine Art Landkarte, die zeigt die Vielfalt und Anzahl an Bakterien, Viren und Pilzen bei den Teilnehmern.

Die Analyseergebnisse werden mit den Fragebogenantworten verknüpft und mit der Information, welcher der beiden Milchgruppen die Teilnehmer angehören.

Dies alles wird ohne personenbezogene Informationen ausgewertet, ein Rückschluss auf das einzelne Teilnehmerkind ist nicht möglich.

Was ist das Ziel der Stuhlproben-Analysen?

Wir wollen herausfinden, ob sich bei den Teilnehmern in den beiden Milchgruppen über die Zeit der Milchgabe ein unterschiedliches Mikrobiom entwickelt. Wenn sich das bestätigt, ist der Einfluss der Milch auf die Mikrobiomentwicklung bewiesen. Im nächsten Schritt kann dann untersucht werden, ob bei den Teilnehmern in den beiden Milchgruppen unterschiedliche Erkrankungshäufigkeiten (von Allergien und Atemwegsinfekten) erkennbar sind. So können wir mit der MARTHA-Studie herausfinden, ob die Studienmilch Einfluss auf das Darmmikrobiom nehmen kann und ob darüber eine positive Wirkung auf die Entstehung von Allergien und Atemwegserkrankungen möglich wäre.

Weitere Informationen finden Sie unter

<https://www.allergieinformationsdienst.de/forschung/mikrobiom/forschung.html#c193899>

Die Originalpublikation des Forschungsteams um Prof. Dr.

Erika von Mutius finden Sie in englischer Sprache unter <https://rdcu.be/b9ByA>

Wissenswertes:

Milchversand: Die Kosten für eine Milchlieferrung per DHL belaufen sich aktuell auf 11,90 Euro. In diesen Kosten sind Arbeit, Transportkosten und klimaneutrales Verpackungsmaterial enthalten. Muss die MARTHA-Milch in Ausnahmefällen per DHL Express geliefert werden, erhöhen sich die Ausgaben für den Milchversand fast auf das Doppelte.

MARTHA-Nachrichten-Ticker:

- 91% aller Familien, die den ersten Besuch in der Studienambulanz absolviert haben, nehmen noch immer an der Studie teil
- 192 Teilnehmende sind seit über 6 Monaten dabei, 100 Kinder trinken seit über 18 Monaten regelmäßig die MARTHA Milch