

# Fisch schützt Kleinkinder vor Allergien

Kinder, die schon im ersten Lebensjahr Fisch zu essen bekommen, leiden im Alter von vier Jahren seltener an einer Allergie als Gleichaltrige, die nicht regelmäßig Fisch gegessen hatten. Das ergab eine Studie schwedischer Allergologen, die insgesamt 4089 Neugeborene bis zu einem Alter von vier Jahren nachverfolgt hatten.

Fischkost im ersten Lebensjahr entfaltete einen besonders wirkungsvollen Schutz vor Mehrfachallergien. Das Risiko für die Entstehung einer Fischallergie fiel gleichzeitig erstaunlich niedrig aus: Nur 18 der 2614 zuletzt nachuntersuchten Kinder zeigten eine Sensibilisierung gegenüber Fischeiweiß.