

Pressemitteilung

Eltern sorgen sich wegen Nahrungsmittelunverträglichkeiten

AOK-Kindergesundheitsatlas offenbart großen Informationsbedarf zu Allergien und Intoleranzen

Düsseldorf/Hamburg, 28. April 2025

Magenschmerzen, Ausschlag, Atemnot: Die Symptome, mit denen der Körper auf eine Substanz reagiert, die er nicht verträgt, sind vielfältig. Laut Elternangaben haben im Rheinland und in Hamburg 4 Prozent der Kinder eine diagnostizierte Nahrungsmittelunverträglichkeit, weitere 6 Prozent der Eltern vermuten eine solche bei ihrem Kind.

Die Schwere der Symptome und die Gefährlichkeit einer Nahrungsmittelunverträglichkeit können sehr unterschiedlich sein. Grundlegend wird zwischen einer Intoleranz und einer Allergie unterschieden: Bei einer Nahrungsmittelintoleranz kann der Körper bestimmte Nahrungsbestandteile nicht richtig verdauen oder verarbeiten. Bei einer Allergie reagiert das Immunsystem auf eigentlich harmlose Stoffe wie Nahrungsbestandteile, die fälschlicherweise als Krankheitserreger identifiziert werden, und bekämpft sie. Anders als eine Nahrungsmittelintoleranz kann eine Nahrungsmittelallergie potenziell lebensbedrohlich sein.

Laut Elternaussagen ist gut ein Drittel (36 Prozent) der Kinder mit Diagnose und ein Fünftel (21 Prozent) der Kinder mit vermuteten Nahrungsmittelunverträglichkeiten eher bzw. sehr stark belastet. Die eigene Belastung durch die Nahrungsmittelunverträglichkeiten des Kindes schätzen die Eltern als vergleichbar hoch ein: Der Anteil an eher bzw. sehr stark belasteten Eltern liegt bei diagnostizierten Nahrungsmittelunverträglichkeiten bei 33 Prozent und bei

vermuteten bei 22 Prozent. Die größte Sorge der Eltern ist die dauerhafte Beeinträchtigung (40 Prozent mit Diagnose/32 Prozent mit Verdacht); dicht gefolgt von Sorge vor Verschlimmerung der Erkrankung (36 Prozent/33 Prozent). Etwa ein Fünftel der Eltern sorgt sich um die eigene Überforderung.

Große Wissenslücken und hoher Informationsbedarf

Rund die Hälfte der Eltern, die bei ihrem Kind eine Nahrungsmittelunverträglichkeit vermuten, wissen laut Kindergesundheitsatlas nicht, wohin sie sich wenden können. Selbst bei Eltern, deren Kind bereits eine Diagnose erhalten hat, sind 30 Prozent unsicher, wohin sie sich für die bestmögliche Versorgung wenden können, oder ob ihr Kind die bestmögliche Versorgung erhält.

Beim Wissen über Nahrungsmittelunverträglichkeiten liegen die Gruppen weit auseinander: Während 70 Prozent der Eltern, deren Kinder eine Diagnose erhalten haben, ihren Wissensstand als „hoch“ einschätzen, sind es bei den Eltern, die eine Unverträglichkeit vermuten, nur 40 Prozent. In beiden Gruppen geben gut ein Drittel der Befragten einen hohen Informationsbedarf an.

Gutes Gesundheitswissen ist Grundlage

„Nahrungsmittelunverträglichkeiten können den Alltag in Familien erheblich beeinflussen. Insbesondere bei Allergien mit schweren Folgen ist es notwendig, dass alle Familienmitglieder sensibilisiert sind und mögliche Risiken erkennen können. Umso wichtiger ist es, Familien im Umgang mit diesen Herausforderungen zu unterstützen und ihnen zuverlässige, gut verständliche Gesundheitsinformationen bereitzustellen“, so Sabine Deutscher, Vorstandsmitglied der AOK Rheinland/Hamburg. Die Gesundheitskasse setzt dabei gezielt auf neue Informationsformate: „Im vergangenen Jahr haben wir einen Podcast für Kinder entwickelt, der gesundheitsbezogene Themen altersgerecht vermittelt. In diesem Jahr folgte ein Elternpodcast, der vielfältige Aspekte der Kindergesundheit – so auch das Thema von Allergie und Unverträglichkeit – aufgreift und fachlich einordnet.“

Der Kindergesundheitsatlas der AOK Rheinland/Hamburg beruht auf einer repräsentativen Befragung von 5.000 Eltern in Rheinland und Hamburg. Durchgeführt wurde die Befragung von der IMK GmbH – Institut für angewandte Marketing- und Kommunikationsforschung. Die wissenschaftliche Begleitung erfolgte durch Prof. Dr. Dr. Holger Muehlan von der HMU Health and Medical University Erfurt.

Den kompletten Kindergesundheitsatlas gibt es hier: [Kindergesundheitsatlas als Download](#)

Der **Kinderpodcast der AOK Rheinland/Hamburg** „Flipsi findet’s raus“ ist auf allen gängigen Podcast-Plattformen verfügbar. Eine Übersicht aller Folgen gibt es auch [hier](https://familie.vigo.de/podcasts/flipsifindets-raus.html): <https://familie.vigo.de/podcasts/flipsifindets-raus.html>

Auch die Folgen des **Elternpodcasts „Kleine Körper. Große Fragen.“** ist auf allen Plattformen verfügbar. Bisher erschienene folgen auf einen Blick gibt es [hier](https://familie.vigo.de/podcasts/kleinekoerpergross-sefragen.html): <https://familie.vigo.de/podcasts/kleinekoerpergross-sefragen.html>