

Freiwilliges Fortbildungszertifikat

Zwei Punkte bei sieben und mehr richtigen Antworten – Regelungen zum Online-Erwerb von Fortbildungspunkten im „Bayerischen Ärzteblatt“.

Der 72. Bayerische Ärztetag hat am 16. Oktober 2013 eine Fortbildungsordnung beschlossen, die seit 1. Januar 2014 in Kraft ist und für die entsprechenden Richtlinien hat der Vorstand der Bayerischen Landesärztekammer (BLÄK) am 30. November 2013 „grünes Licht“ gegeben. So können auch künftig Punkte durch strukturierte interaktive Fortbildung (Kategorie D) erworben werden. Konkret erhalten Sie für das Durcharbeiten des Fachartikels „Prävention in der Säuglings- und Kleinkinder-Ernährungsmedizin. Was ist gesichert – was ist Mythos?“ von Dr. Christine Prell und Professor Dr. Berthold Koletzko mit kompletter Beantwortung der nachfolgenden Lernerfolgskontrolle zwei Punkte bei sieben oder mehr richtigen Antworten. Nähere Informationen entnehmen Sie der Fortbildungsordnung bzw. den Richtlinien (www.blaek.de).

Ärztinnen und Ärzte in Bayern können auf Antrag das freiwillige Fortbildungszertifikat erhalten, wenn sie bei der BLÄK gemeldet sind und innerhalb von maximal drei Jahren mindestens 150 Fortbildungspunkte erwerben. Die erworbenen Punkte sind auch anrechenbar für das Pflicht-Fortbildungszertifikat.

Fortbildungspunkte können in jeder Ausgabe des *Bayerischen Ärzteblattes* online erworben werden. Den aktuellen Fragebogen und weitere Informationen finden Sie unter www.blaek.de/online/fortbildung oder www.blaek.de (Ärzteblatt → Online-Fortbildung).

Falls kein Internetanschluss vorhanden, schicken Sie den Fragebogen zusammen mit einem frankierten Rückumschlag an: Bayerische Landesärztekammer, Redaktion *Bayerisches Ärzteblatt*, Mühlbauerstraße 16, 81677 München.

Unleserliche Fragebögen können nicht berücksichtigt werden. Grundsätzlich ist nur eine Antwort pro Frage richtig.

Die richtigen Antworten erscheinen in der Oktober-Ausgabe des *Bayerischen Ärzteblattes*.

Der aktuelle Punkte-Kontostand und die entsprechenden Punkte-Buchungen können jederzeit online abgefragt werden.

Einsendeschluss ist der 6. Oktober 2014.

1. Welche Aussage zur Allergieprävention trifft zu?

- Zur Allergieprävention sollte länger, das heißt über den siebenten Lebensmonat hinaus, voll gestillt werden.
- Bei familiärem Allergierisiko sollte sich die Mutter während des Stillens hypoallergen ernähren.
- Nicht oder nicht voll gestillte Säuglinge, deren Eltern oder Geschwister an einer Allergie leiden, sollten „HA“-Nahrung erhalten.
- Die „HA“-Nahrung sollte über einen Zeitraum von mindestens drei Jahren verabreicht werden.
- Der Nutzen von „HA“-Nahrung konnte bisher nicht bewiesen werden.

2. Welche Aussage zu den präventiven Effekten des Stillens trifft nicht zu?

- Stillen reduziert das Risiko, an einer Otitis media zu erkranken.
- Stillen reduziert die Häufigkeit von Gastroenteritiden im Säuglingsalter.
- Stillen mindert das Risiko, an einer Pneumonie zu erkranken.
- Gestillte Kinder leiden im Erwachsenenalter seltener an Adipositas.
- Gestillte Kinder haben ein niedrigeres Risiko für einen Typ-II-Diabetes.

3. Welche Aussage bezüglich der Stilldauer trifft zu? Voll (ausschließlich) gestillt werden sollte ...

- ... mindestens drei Monate, maximal fünf Monate.
- ... mindestens drei Monate, maximal sechs Monate.
- ... mindestens vier Monate, maximal sechs Monate.
- ... mindestens vier Monate, maximal sieben Monate.
- ... mindestens fünf Monate, maximal sieben Monate.

4. Das Stillen hat Vorteile gegenüber der Verwendung industriell gefertigter Säuglingsnahrung. Welche Aussage trifft nicht zu?

- Muttermilch ist kostengünstiger.
- Muttermilch ist optimal temperiert.
- Muttermilch ist immer verfügbar.
- Teilstillen hat keine positiven Effekte auf die Gesundheit des Säuglings.
- Stillen fördert die Bindung zwischen Mutter und Kind.

5. Welche Aussage zu alternativen Säuglingsnahrungen trifft zu?

- Bei Kuhmilch-Unverträglichkeit kann auf Ziegenmilch umgestellt werden.
- Soja-Formelnahrung ist die Nahrung der ersten Wahl bei Kuhmilchprotein-Allergie in den ersten sechs Lebensmonaten.
- Selbst hergestellte Säuglingsmilch ist zur Ernährung besser geeignet als industriell gefertigte Säuglingsnahrung.
- Es ist bisher nicht geklärt, ob in der Sojamilch enthaltene Phytoöstrogene schädigende Wirkung auf den kindlichen Organismus haben.
- 50 Prozent der Säuglinge mit Kuhmilchprotein-Allergie entwickeln auch eine Allergie gegenüber Soja-basierter Säuglingsnahrung.

6. Welche Aussage zur Einführung der Beikost trifft zu?

- Die Beikost sollte frühestens mit Beginn des dritten Lebensmonats eingeführt werden.
- Die erste Beikost-Mahlzeit sollte aus einem Milch-Getreidebrei bestehen.
- Kleine Mengen an Fleisch sollten maximal drei Mal pro Woche im Brei enthalten sein.
- Die schrittweise Einführung von Weizen bei gleichzeitigem Teil-Stillen zwischen dem Beginn des fünften und siebenten Lebensmonats führt zu einer Senkung des Zöliakie-Risikos.
- Fisch sollte aus Gründen der Allergieprävention im ersten Lebensjahr nicht verabreicht werden.

7. Welche Aussage zu Getränken im Säuglings- und Kleinkindesalter trifft zu?

- Leitungswasser sollte nicht verabreicht werden.
- Es sollte nur speziell gekennzeichnetes Mineralwasser verwendet werden.
- Kräutertees eignen sich nicht als Getränk für Kleinkinder.
- Der Säugling benötigt zusätzliche Getränke zum Zeitpunkt der ersten Beikost-Mahlzeit.
- Die „Flasche zum Einschlafen“ geht mit einem erhöhten Karies-Risiko einher.

8. Welche Supplemente benötigt ein Kind im ersten Lebensjahr?

- a) Vitamin D, Vitamin K, Iodid
- b) Vitamin D, Iodid, Fluorid
- c) Vitamin D, Vitamin B12, Fluorid
- d) Vitamin D, Vitamin K, Fluorid
- e) Vitamin C, Vitamin D, Iodid

9. Welche Aussage zur Ernährung im Kleinkindesalter trifft zu?

- a) Es sollten reichlich tierische Lebensmittel zugeführt werden.
- b) Die tägliche Trinkmenge sollte zwischen 800 und 1.000 ml liegen.
- c) Zucker und Süßigkeiten sind in diesem Lebensalter verboten.
- d) Nüsse und Mandeln sollten in diesem Lebensalter aufgrund der Aspirationsgefahr vermieden werden.
- e) Es sollten spezielle, industriell gefertigte Kleinkinderprodukte bevorzugt werden.

10. Welche Aussage zu alternativen Kostformen trifft zu?

- a) Eine ovo-lakto-vegetarische Ernährung ist auch im Kleinkindesalter möglich.
- b) Bei einer ovo-lakto-vegetarischen Ernährung kann es zum Auftreten einer schweren Eiweiß-Unterversorgung kommen.
- c) Eine vegane Ernährung im Kleinkindesalter ist ohne die Zufuhr von Supplementen problemlos möglich.
- d) Eine vegane Ernährung im Säuglings- und Kleinkindesalter wird von den meisten Fachgesellschaften als bedenkenlos möglich eingestuft.
- e) Bleibende Schäden sind bei Säuglingen von vegan ernährenden Müttern nicht zu erwarten.

Fragen-Antwortfeld (nur eine Antwort pro Frage ankreuzen):

	a	b	c	d	e
1	<input type="checkbox"/>				
2	<input type="checkbox"/>				
3	<input type="checkbox"/>				
4	<input type="checkbox"/>				
5	<input type="checkbox"/>				
6	<input type="checkbox"/>				
7	<input type="checkbox"/>				
8	<input type="checkbox"/>				
9	<input type="checkbox"/>				
10	<input type="checkbox"/>				

Fortbildungspunkte ausschließlich online

Der Fragebogen für das freiwillige Fortbildungszertifikat kann ausschließlich online bearbeitet werden. Den aktuellen Fragebogen und weitere Informationen finden Sie unter www.blaek.de/online/fortbildung.

Nur wenn eine Ärztin oder ein Arzt nicht über einen Internetanschluss verfügt, kann weiterhin der ausgefüllte Fragebogen per Post geschickt werden. Eine Rückmeldung über die erworbenen Punkte gibt es, wenn der Fragebogen mit einem adressierten und frankierten Rückumschlag per Post an das *Bayerische Ärzteblatt*, Mühlbauerstraße 16, 81677 München, geschickt wird. Faxe können nicht mehr akzeptiert werden. Der aktuelle Punkte-Kontostand und die entsprechenden Punkte-Buchungen können unabhängig davon jederzeit online abgefragt werden.

Die Redaktion

Veranstaltungsnummer: 2760909005287080012

Auf das Fortbildungspunktekonto verbucht am:

**Platz für Ihren
Barcodeaufkleber**

Ich versichere, alle Fragen ohne fremde Hilfe beantwortet zu haben.

.....
Name

.....
Berufsbezeichnung, Titel

.....
Straße, Hausnummer

.....
PLZ, Ort

.....
Fax

.....
Ort, Datum

.....
Unterschrift

Die Richtigkeit von mindestens sieben Antworten auf dem Bogen wird hiermit bescheinigt.

Bayerische Landesärztekammer, München

Datum

Unterschrift