

# Bildschirmzeit im Kleinkindalter erhöht später das Angst-Risiko

geschrieben von Redakteur | Januar 5, 2026



Eine neue Längsschnittstudie aus Singapur zeigt: Bildschirmzeit im Kleinkindalter steht in Zusammenhang mit veränderter Gehirnentwicklung, langsameren Entscheidungsprozessen im Schulalter und mehr Angstsymptomen im Jugendalter. Die Befunde liefern neue neurobiologische Erklärungen für bekannte Risiken.

---

# Hähnchenfleisch im Test: Keime in mehr als jedem zweiten Produkt

geschrieben von Redakteur | Januar 5, 2026



Hähnchenfleisch gehört in vielen Familien regelmäßig auf den Tisch. Umso alarmierender sind aktuelle Testergebnisse von Öko-Test: Mehr als die Hälfte der untersuchten Produkte ist mit antibiotikaresistenten Keimen belastet. Was das für die Ernährung bedeutet.

---

# Abnehmen in Kindheit und Jugend schützt das Herz ein Leben lang

geschrieben von Redakteur | Januar 5, 2026



Wer als Kind übergewichtig ist, kann sein späteres Herzrisiko wieder „auf null“ bringen: In einer schwedischen Kohortenstudie mit über 103.000 Menschen hatten Betroffene mit Normalgewicht im jungen Erwachsenenalter das gleiche Risiko für koronare Herzkrankheit wie dauerhaft Normalgewichtige.

---

# Kinder wollen mitreden – warum Mitbestimmung in der Medizin so wichtig ist

geschrieben von Redakteur | Januar 5, 2026



Kinder wollen beim Arzt verstehen, was mit ihnen geschieht, und sie möchten mitreden. Der Kindergesundheitsbericht 2025 zeigt, wie Kinder medizinische Gespräche erleben – und warum echte Mitbestimmung ihre Gesundheit und ihr Selbstvertrauen stärkt.

---

# Pflanzenbasierte Ernährung kann für Kinder gesund sein

geschrieben von Redakteur | Januar 5, 2026



Vegetarische und vegane Ernährung kann Kinder laut einer groß angelegten internationalen Studie gesund unterstützen – wenn sie gut geplant ist. Ohne gezielte Ergänzung drohen jedoch Nährstoffmängel, vor allem bei Vitamin B12, Jod und Calcium. Worauf Eltern achten sollten.

---

## **Oblaten-Lebkuchen im Test: Die Mehrheit überzeugt**

geschrieben von Redakteur | Januar 5, 2026



Ob klassisch oder bio – Oblaten-Lebkuchen gehören zur Adventszeit. Öko-Test zeigt, welche Produkte empfehlenswert sind und wo problematische Inhaltsstoffe gefunden wurden.

---

# Aktuelle Ergebnisse zur Lebensmittelsicherheit: Was Einrichtungen wissen müssen

geschrieben von Redakteur | Januar 5, 2026



Aktuelle Untersuchungen des BVL zeigen zentrale Risiken und Empfehlungen für den Umgang mit Speisen, Salaten und Ersatzprodukten in Gemeinschaftseinrichtungen. Pädagogische Fachkräfte erhalten Hinweise, wie sie Hygiene, Lebensmittelsicherheit und Materialeinsatz zuverlässig gestalten können.

---

# Rauchverbot im Auto: Deutsches Kinderhilfswerk kritisziert Entscheidung der Bundesregierung

geschrieben von Redakteur | Januar 5, 2026



Das Deutsche Kinderhilfswerk übt deutliche Kritik an der Entscheidung der Bundesregierung, kein Rauchverbot in Autos zum Schutz von Kindern und Schwangeren einzuführen. Experten warnen seit Jahren vor den massiven Gesundheitsfolgen des Passivrauchens – besonders in Fahrzeugkabinen.