

Stillen und die Verwendung von Muttermilch

© E. Rouw, April 2012

Unter diesem Titel wurden die neu überarbeiteten Richtlinien der American Academy of Pediatrics einem der wichtigsten Verbände von Kinderärzten weltweit veröffentlicht.

Diese Fachgesellschaft hat eine lange Tradition in Sachen Stillen. Bereits 1997 hat sie ganz klare Stillempfehlungen ausgesprochen. Wie bei allen guten Leitlinien werden auch diese Empfehlungen immer wieder überarbeitet und die neusten Erkenntnisse aus der Forschung fließen mit hinein. Die wichtigsten Erneuerungen werden hier zusammengefasst:

1. Sehr deutlich wird gesagt, dass die Entscheidung zum Stillen nicht im Bereich „Lifestyle“, also im Bereich des persönlichen Lebensstils anzusiedeln ist, der, wie z.B. Kleidung oder Make-Up, nur von den Vorlieben der Mutter abhängen sollte. Das Stillen hingegen ist eine ganz grundsätzliche und wichtige Gesundheitsentscheidung für das Wohlergehen des Säuglings. Es gibt überzeugende wissenschaftliche Belege, dass Nichtstillen das Risiko für eine Vielzahl an Erkrankungen erhöht, wie z.B. Infektionen, Allergien und Plötzlichen Kindstod. Die Effekte des Nichtstillens sind auch im späteren Alter noch bemerkbar, indem das Risiko für Adipositas, Herzkrankheiten, Zuckerkrankheit und Krebserkrankungen erhöht ist.
2. In früheren Ausgaben der Richtlinien waren sich die Experten noch nicht ganz einig. Jetzt sind sie es aber: Es wird empfohlen, etwa 6 Monate ausschließlich zu stillen, und danach mit geeigneter Beikost weiter zu stillen so lange Mutter und Kind das wünschen.
3. Frühgeborene, die ein sehr niedriges Geburtsgewicht haben (unter 1.500 g) sollten ausschließlich mit humaner Milch gefüttert werden, damit das Risiko für Infekte und das damit einhergehende Risiko für Operationen im Bereich des Magen-Darm-Traktes minimiert wird, und damit eine optimale neurophysiologische Entwicklung beim Frühgeborenen gefördert wird.
4. Für die Kontrolle des Wachstums sind die WHO-Wachstumskurven maßgebend, damit Säuglinge nicht zu schnell als „schlecht gewachsen“ beurteilt werden. Muttermilch ist die normale Säuglingsernährung und deshalb ist das Wachstum der Kinder, die mit Muttermilch ernährt werden, Grundlage für die Beurteilung normalen Wachstums.
5. Um Müttern das Stillen optimal zu ermöglichen, und um das ausschließliche Stillen in den ersten 6 Monaten zu fördern, braucht es verschiedene Rahmenbedingungen. Es sollte eine gut ausgebildete professionelle Unterstützung für die Mutter-Kind-Paare vorhanden sein, wie z.B. in den babyfreundlichen Krankenhäusern. Auch sollten Gesetze vorhanden sein, die Arbeitgeber verpflichten, Räume und Zeit für Abpumpen oder auch Stillen bereit zu stellen.

Es ist schön, dass die Amerikanische Pädiatrische Fachgesellschaft sich so unumwunden für das Stillen einsetzt. Zu hoffen ist, dass diese Erklärung auch die deutschen Kinderärzte erreicht.

Elien Rouw, veröffentlicht in der AFS Stillzeit 02/2012

Eidemann AI, Schanler RJ, Section on Breastfeeding: Breastfeeding and the Use of Human Milk. Pediatrics 2012;129:e827–e841

Man kann den kompletten Text herunterladen unter:

<http://pediatrics.aappublications.org/content/early/2012/02/22/peds.2011-3552.full.pdf>