

# Hitzige Debatten um ein Geheimrezept

**Stillen** Zahlreiche Studien belegen die Vorzüge des Stillens. Dementsprechend steigen die Anzahl stillender Schweizer Mütter und im Gegenzuge die Vorwürfe an nichtstillende Frauen

VON LEA SCHWER

**Frau Dr. Todesco, Sie haben als Cheffärztin der Abteilung Geburtshilfe und Perinatalmedizin im Kantonsspital Aarau eine Zusatzausbildung zur Stillberaterin IBCLC absolviert. Warum das?**



**Dr. med. Monya Todesco Bernasconi:** Die Stillberatung nimmt in der ärztlichen Ausbildung zwar ihren Teil ein, wird aber nicht vertieft behan-

delt. Deshalb habe ich mich auf diesem Gebiet weiterbilden lassen. Mir war es wichtig, gemeinsam mit unserem Team den Patientinnen eine qualitativ gute Beratung anbieten zu können. Eine Mutter sollte von der ersten Minute an unterstützt werden, wenn sie ihrem Neugeborenen die Brust geben möchte. Falls dies aus irgendwelchen Gründen nicht geht, gibt es Alternativen. Frühgeborenen wird zum Beispiel Spendermilch oder Muttermilchersatz gegeben.

## Was ist Spendermilch?

Wir führen im KSA eine eigene Milchbank. Unter strengsten Auflagen und Qualitätskontrollen können Mütter, die im Kantonsspital Aarau geboren haben, ihre überschüssige Milch spenden. Insbesondere den Kleinsten der Kleinen auf der Neonatologie, die mit einem Gewicht unter 1500 Gramm geboren werden, kommt diese Spendermilch zugute. Dank der Milchbank können die Frühgeborenen, deren Mütter (noch) zu wenig Milch bilden, von einer stärkenden, bestens verträglichen Nahrung profitieren.

## Was macht die Muttermilch so einzigartig?

In der Muttermilch sind Tausende von Substanzen erhalten: Millionen von aktiven Stammzellen, eine Vielzahl an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen. Nährstoffe wie Kohlenhydrate, Eiweisse und Fette, Enzyme, die bei der Verdauung helfen, Tryptophan,



Rezeptur und Wirkung der Muttermilch sind nach wie vor ein Rätsel.

THINKSTOCK

Schwangerschaftsdiabetes sinkt mit dem Stillen das Risiko für Altersdiabetes. Wer stillt, ist weniger von postnatalen Depressionen betroffen und senkt das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken.

## In welchen Situationen ist Stillen nicht möglich?

In sehr seltenen Fällen können Mütter hormonell bedingt, wegen einer Erkrankung, während gewisser Therapien oder wegen fehlender Brustdrüsen nicht stillen. Ansonsten ist es fast immer möglich, Neugeborenen die Brust zu geben. Auch bei den meisten

Stillen seine Vorteile hat, doch es entscheidet nicht darüber, ob jemand eine gute oder schlechte Mutter ist.

## Mütter, die das Stillen von vornherein ablehnen, sind demnach keine Rabenmütter?

Keineswegs. Die Brust zu geben, ist immer eine persönliche Entscheidung, die es zu respektieren gilt. Ein Verurteilen führt nie zum Ziel. Wir fokussieren uns darauf, kompetent aufzuklären. Denn wenn die Mütter wissen, wie es geht, erhöhen sich auch die Chancen, dass es funktioniert. So vermitteln wir

welches das Neugeborene unterstützt, sich an einen Tag-Nacht-Rhythmus zu gewöhnen, und Taurin, das den Aufbau des Gehirns, der Leber und der Netzhaut des Auges beeinflusst. Bemerkenswert ist auch, dass die Muttermilch genau auf den Bedarf des Babys abgestimmt ist und sich im Verlauf der Stillzeit ändert. Die Milch für Frühgeborene weist beispielsweise einen erhöhten Eiweissanteil und antibakterielle Stoffe auf. Der Fettanteil nimmt im Laufe der Zeit kontinuierlich ab. Noch hat die Forschung nicht alle Geheimnisse der Rezeptur und der Wirkungsweise der Muttermilch entschlüsselt. Entsprechend kann die Industrie auch keinen gleichwertigen Ersatz anbieten.

### **Wie profitieren Kind und Mutter vom Stillen?**

Studien belegen, dass gestillte Babys seltener an Infektionen erkranken, einen besseren Schutz vor Allergien haben, es weniger häufig zum plötzlichen Kindstod kommt und dass das Risiko für eine Zuckerkrankheit im späteren Leben geringer ist. Bei Müttern mit

Fällen von Medikamenteneinnahmen.

### **Fast zwei Drittel der Schweizer Mütter ernähren ihre Babys in den ersten drei bis vier Monaten mit Muttermilch. Was ist mit dem übrigen Drittel?**

Viele Faktoren beeinflussen die Entscheidung einer Mutter. Eine grosse Rolle, sich gegen das Stillen zu entscheiden, spielt das Umfeld: Beispielsweise Väter, die zu wenig Verständnis für den 200-prozentigen «Still-Job» aufbringen, oder enge Verwandte, die sich abwertend über das Stillen äussern. Davon müssten sich junge Mütter emanzipieren. Wir möchten hier im KSA wertfrei beraten und den Müttern die nötigen Informationen vermitteln, um einen bewussten Entscheid fällen zu können.

### **Auffällig sind die heute sehr heftig geführten Debatten übers Stillen.**

Hier wünsche ich mir eine weniger dogmatische Debatte. Absolutistische Standpunkte verhindern eine sachliche, neutrale Diskussion. Klar ist, dass

den Frauen beispielsweise das Wissen über die «Prolaktin Rezeptoren». Häufiges Saugen des Babys in den Tagen nach der Geburt fördert die Stimulation dieser Rezeptoren im Brustdrüsen-gewebe und regt die Milchbildung an.

### **Die WHO empfiehlt eine ausschliessliche Stillzeit von 6 Monaten. Wie lässt sich dies mit einem dreimonatigen Mutterschaftsurlaub vereinbaren?**

Die Stillförderung Schweiz spricht von vier bis sechs Monaten. Doch auch da wird es schwierig, Berufstätigkeit und «Mutterpflichten» miteinander zu vereinigen. Die gesetzliche Festlegung der Stillzeit als bezahlte Arbeitszeit hört sich in der Theorie gut an, ist praktisch aber kaum umsetzbar. Viele Mütter arbeiten nicht in der Nähe der Kinderbetreuung und bei den Arbeitgebern fehlen entsprechende Einrichtungen wie Zimmer zum Abpumpen oder Kühlschränke zur Lagerung der Muttermilch. Die Vereinbarkeit von Arbeits-tätigkeit und Muttersein ist in der Schweiz noch nicht gelöst.