



KOMPAKT

Informationen und
aktuelle Nachrichten aus
der Muttermilchforschung

• • • Top-Thema



Stillen in der Öffentlichkeit

Für die einen ist es die natürlichste Sache der Welt, für die anderen reine Privatsache: Stillen in der Öffentlichkeit wird weltweit, aber auch in Deutschland, Österreich und der Schweiz stark diskutiert. Die Nationale Stillkommission (NSK) am deutschen Bundesinstitut für Risikobewertung will die Entwicklung einer neuen Stillkultur unterstützen und die Akzeptanz in der Öffentlichkeit erhöhen.

■ In einer Kolumne der Baseler Zeitung vom 15.8.2014 wurde das Stillen in der Öffentlichkeit als eine Unsitte bezeichnet^[1] – und löste damit einen Sturm der Entrüstung aus. In der Ausgabe vom 20.8.2014 wurde daraufhin eine Antwort einer Mutter veröffentlicht, die ihre Kinder selbstbewusst bereits an vielen unterschiedlichen öffentlichen Orten gestillt und damit, bis auf eine Ausnahme, nie schlechte Erfahrung gemacht hatte. Ihr Motto: „Lasst euch nicht unterkriegen, ihr stillenden Mütter!“^[2]

Einzelfälle in der Presse

Immer wieder werden Fälle bekannt, bei denen Stillende zum Verlassen öffentlicher Einrichtungen aufgefordert werden. Beispielsweise berichtete Radio Hamburg am 8.6.2015 über einen Busfahrer, der eine stillende Mutter aus dem Bus geworfen hatte. Der Hamburger Verkehrsverbund entschuldigte sich daraufhin bei der Mutter und betonte, dass Stillen im Bus selbstverständlich und ganz klar erlaubt sei.^[3]

Aufgrund dieses Vorfalles befragte die Redaktion familienleben.ch fünf Verkehrsbetriebe in der Schweiz, wie sie zu diesem Thema stehen, und erhielt durchweg Antworten, die

das Stillen in ihren Bussen befürworteten.^[4] In ihrem Bericht zitieren sie Miriam Wille vom Schweizerischen Hebammenverband SHV, die darauf hinweist, dass viele Frauen ihre Kinder sehr diskret in der Öffentlichkeit stillen und sie dadurch oftmals gar nicht bemerkt werden. Das Kind sei zufrieden und weine nicht, was gerade im öffentlichen Verkehr als sehr angenehm empfunden werde.

Auch in Österreich erschienen vereinzelte Berichte über Gegner des öffentlichen Stillens, wie am 26.6.2017, als ein junges Elternpaar zum Verlassen des Restaurants eines Wiener Freibads aufgefordert wurde, nachdem die Mutter ihr Kind dort stillen wollte.^[5] Oder am 17.09.2014, als eine Mutter ihr Baby in einem niederösterreichischen Kaufhaus nicht öffentlich stillen durfte und von einer Security-Mitarbeiterin des Hauses verwiesen wurde.^[6]

Online-Medien spielen wichtige Rolle

Auch die Wahrnehmung in den sozialen Netzwerken spielt eine wichtige Rolle. Bis Mitte 2014 galten Aufnahmen stillender Mütter auf Facebook noch als Foto mit „obszönem, pornografischem oder sexuell eindeutigem ▶



Dr. med.
Christopher Mayr
Leiter Nutricia
Forum für Mutter-
milchforschung

Es gibt viele Faktoren, die den Stillerfolg beeinflussen können. Einer davon ist sicherlich das Selbstverständnis der Mutter, dass es für sie die natürlichste Sache der Welt ist, ihr Kind zu stillen. Dieses Selbstverständnis wird auch davon geprägt, wie ihre Umgebung auf das Stillen reagiert. Es ist daher eine immens wichtige Aufgabe, das Stillen auch in der Öffentlichkeit zu ermöglichen.

Dem Thema „Stillen in der Öffentlichkeit“ möchten wir uns in dieser Ausgabe besonders widmen, sowohl im Leitartikel als auch in unserem Interview mit den aktuellen Preisträgerinnen des Nutricia Praxispreises zur Förderung des Stillens. Die Hebammen Heidi Kuntz und Tanja Rieder hatten dazu eine besonders kreative Idee.

Aber auch die Muttermilchforschung geht weiter – ein paar eindrucksvolle Beispiele haben wir Ihnen wieder herausgesucht.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen

Ihr Dr. med. Christopher Mayr

► Inhalt“ und wurden daher gemäß den Nutzungsrichtlinien gelöscht.^[7] Der zunehmende öffentliche Druck hat bei Facebook allerdings zum Umdenken geführt: Heute wird Stillen dort als etwas „Natürliches und Schönes“ angesehen.^[8]

Mobile App für Stillende

Damit Stillende nicht zuhause bleiben müssen, hat die Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens eine Website und eine Smartphone-App entwickelt, die stillenden Müttern mittlerweile mehr als tausend öffentlich zugängliche Stillorte,

Empfehlung zum Stillen in der Öffentlichkeit

Die Internetplattform swissmom.ch gibt Empfehlungen für das öffentliche Stillen.^[10] Dazu gehören:

- Halten Sie rechtzeitig Ausschau nach einer gemütlichen Ecke, wo Sie in Ruhe stillen können.
- Suchen Sie sich Orte aus, die zum Stillen besonders geeignet sind, z.B. das familienfreundliche Café oder die Parkbank auf dem Spielplatz.
- Am einfachsten geht es, wenn Sie Kleidung tragen, die sich zum Stillen eignet. Manche Babys nehmen ihre Mahlzeit auch gerne im Tragetuch ein.
- Lassen Sie sich von niemandem einreden, Sie müssten sich zum Stillen aufs „Stille Örtchen“ zurückziehen.
- Natürlich müssen Sie sich nicht verstecken; es spricht aber nichts dagegen, Diskretion walten zu lassen.

zum Beispiel in Geschäften, Apotheken, Bibliotheken und Restaurants, vermittelt. Durch eine einfache Suchfunktion nach Städten können Mütter mit dieser App schnell einen Stillort in ihrer Nähe finden.

Diese Aktion wird unterstützt von Vertretern aus Politik und Gesundheitswesen.^[9]

Online-Umfrage des BfR

Um festzustellen, wie öffentliches Stillen in Deutschland wahrgenommen wird, wurde vom Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) eine Onlinebefragung mit mehr als 1.300 Personen – inklusive mehr als dreihundert Müttern mit kleinen Kindern – durchgeführt.^[11] Dabei kam heraus, dass rund zwei Drittel der befragten Mütter zumindest gelegentlich in der Öffentlichkeit stillen – sechs Prozent berichteten dabei von negativen Erfahrungen. Die Untersuchungen ergaben außerdem, dass nahezu die Hälfte der in Deutschland lebenden Bevölkerung öffentlich stillende Mütter nicht wahrnimmt. Fast einem Viertel der Befragten war das öffentliche Stillen egal, allerdings fühlten sich sechs Prozent vom Anblick stillender Mütter gestört.

„Stillen kann nicht warten“

Auf der Basis dieser Forschungsergebnisse hat die Nationale Stillkommission (NSK) gemeinsam mit anderen Fachleuten Kernbotschaften ausgearbeitet, um das Stillen in der Öffentlichkeit zu fördern, zu deren Verbreitung auch bereits Konzepte erarbeitet wurden. Die drei wichtigsten Botschaften lauten: „Stillen ist gesund“, „Stillen wird überall akzeptiert“ und „Stillen kann

Wussten Sie schon, dass laut einer aktuellen Studie der Gehalt an Stresshormon Cortisol in der Muttermilch mit bestimmten Angstreaktionen bei weiblichen Säuglingen korreliert?

Nolvi S, Uusitupa HM, Bridgett DJ et al. Human milk cortisol concentration predicts experimentally induced infant fear reactivity: moderation by infant sex. *Dev Sci* 2017 doi: 10.1111/desc.12625. [Epub ahead of print]

nicht warten“.^[11] Die NSK sieht es nun als wichtige Aufgabe an, diese Botschaften mit geeigneten Maßnahmen – zusammen mit Partnern aus Politik, Gesundheitswesen und Medien – möglichst breit gestreut bundesweit zu kommunizieren – mit dem Ziel, die Akzeptanz des Stillens in der Öffentlichkeit zu verbessern und damit die Entwicklung einer neuen Stillkultur voranzubringen.^[11] ■

Literatur: [1] bazonline.ch/leben/gesellschaft/Die-neueste-Unsitte-Stillen-in-der-Oeffentlichkeit/story/27193770 (2014); [2] bazonline.ch/leben/gesellschaft/Lasst-euch-nicht-unterkriegen-ihr-stillenden-Muetter/story/22796027 (2014); [3] radiohamburg.de/Nachrichten/Hamburg-aktuell/Hamburg-regional/2015/Juni/Hochbahn-entschuldigt-sich-Busfahrer-wirft-stillende-Frau-aus-HVV-Bus (2015); [4] familienleben.ch/baby/stillen-ernaehrung/stillen-in-der-oeffentlichkeit-im-bus-nicht-ueberall-willkommen-4680 (2015); [5] meinbezirk.at/hietzing/lokales/stillen-in-der-oeffentlichkeit-paar-zum-unterlassen-aufgefordert-d2169532.html (2017); [6] woman.at/a/oeffentliches-stillen (2014); [7] krone.at/408291; (2014); [8] [facebook.com/help/340974655932193?helpref=uf_permalink](https://www.facebook.com/help/340974655932193?helpref=uf_permalink) (2017); [9] stillfoerderung.ch/logicio/pmws/indexDOM.php?client_id=stillen&page_id=stillen_4&lang_iso639=de (2017); [10] swissmom.ch/baby/stillen/besondere-situationen/stillen-in-der-oeffentlichkeit/der-kleine-knigge-fuers-stillen-in-der-oeffentlichkeit/ (2017); [11] bfr.bund.de/cm/343/positive-botschaften-fuer-ein-ungestoertes-stillen-in-der-oeffentlichkeit.pdf (2017)

• • • Forschungs-News – Für Sie gelesen

Muttermilch-Oligosaccharide wirken gegen B-Streptokokken

B-Streptokokken können unter anderem schwere Neugeboreneninfektionen auslösen. Neueste Untersuchungen zeigen jetzt, dass Muttermilch-Oligosaccharide antimikrobielle Eigenschaften besitzen, die besonders gegen *Streptococcus agalactiae* wirken.



■ Muttermilch-Oligosaccharide (HMOS) sind eine Gruppe von komplexen und unterschiedlichsten Glycanen, deren strukturelle Vielfalt besonders beim Menschen einzigartig ist. Von ihnen weiß man heute, dass sie dem Neugeborenen beim Aufbau einer gesunden Darmmikrobiota und eines effektiven Immunsystems helfen.

US-amerikanische Forscher der Universität Nashville, Tennessee, haben jetzt in Laborversuchen herausgefunden, dass bestimmte Muttermilch-Oligosaccharide die Fähigkeit besitzen, nicht nur das Wachstum, sondern auch den von den Bakterien gebildeten Biofilm zu beeinträchtigen. Damit könnte Muttermilch

in der Lage sein, Neugeborene vor den schädlichen Wirkungen des B-Streptokokkus *S. agalactiae* zu schützen. ■

Ackerman DL, Doster RS, Weitkamp JH et al. Human Milk Oligosaccharides Exhibit Antimicrobial and Antibiofilm Properties against Group B Streptococcus. *ACS Infect Dis* 2017;3:595-605

Abstract unter: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28570820

Übergewicht kann die Milchbildung verzögern

Eine verzögerte Milchbildung nach der Geburt kann den Stillterfolg gefährden. Amerikanische Forscher aus Florida und Philadelphia haben jetzt Übergewicht als einen wichtigen Risikofaktor zur Verzögerung der Milchbildung identifiziert.



■ Laktogenese II ist die Phase der mengenmäßig bedeutenden Milchbildung nach der Geburt. Wenn sie nur verzögert stattfindet, gefährdet das den Stillterfolg und erhöht das Risiko des frühzeitigen Abstillens. In eine prospektive Beobachtungsstudie wurden 216 Schwangere aufgenommen, die planen zu stillen. Der Zeitpunkt ihrer Milchbildung nach der Geburt wurde mit ihrem Körpergewicht vor der Schwangerschaft in Beziehung gesetzt. Dabei zeigte sich, dass

eine verzögerte Milchbildung bei Frauen mit einem Body Mass Index (BMI) größer als 30 signifikant häufiger war als bei Frauen mit einem BMI unter 30. Den gleichen unerwünschten Effekt zeigte auch eine exzessive Gewichtszunahme während der Schwangerschaft.

Die Autoren schließen aus ihren Ergebnissen, dass übergewichtige Schwangere eine wichtige Zielgruppe für professionelle Stillberatung sind. ■

Preusting I, Brumley J, Odibo L *et al.* Obesity as a Predictor of Delayed Lactogenesis II. *J Hum Lact* 2017;33:684-691

Abstract unter: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28863267

• • • Frühkindliche Prägung in den ersten 1.000 Lebenstagen

Längeres Stillen erhöht langfristig die Feinfühligkeit der Mutter

Eine US-amerikanische Studie untersuchte den Effekt der Stilldauer auf die langfristige Sensibilität der Mütter gegenüber ihrem Kind.



■ Um diesen Effekt zu untersuchen, griffen die Forscher der American Psychological Association auf Daten von 1.272 Familien zurück, die 1991 mit Neugeborenen im Alter von einem Monat rekrutiert wurden. Die Feinfühligkeit der Mütter wurde anhand ihrer Fähigkeit definiert, auf ihr Kind einzugehen – unter Berücksichtigung ihres Tonfalls, ihrer Flexibilität im Verhalten gegenüber dem Kind und wie sie die Hinweise ihres Kindes deuten konnten.

Dabei stellte sich heraus, dass eine längere Stilldauer eine leichte, aber messbar höhere Feinfühligkeit der Mutter gegenüber dem Kind nach über zehn



Jahren mit sich brachte, selbst nach Bereinigung um mütterliche Neurotizismen, elterliche Gewohnheiten, ethnische Zugehörigkeit, Bildung sowie Gegenwart eines Lebenspartners.

Die Autoren schließen daraus, dass Stillen ein Faktor von vielen ist, der die

Bindung zwischen Mutter und Kind festigen kann. ■

Weaver JM, Schofield TJ, Papp LM. Breastfeeding Duration Predicts Greater Maternal Sensitivity Over the Next Decade. *Dev Psychol* 2017 Oct 30. doi: 10.1037/dev0000425. [Epub ahead of print]

Vollständige Publikation unter: <http://www.apa.org/pubs/journals/releases/dev-dev0000425.pdf>

Von der Idee zum Bierdeckel: ein kreativer Ansatz zur Förderung des Stillens in der Öffentlichkeit

Die beiden Hebammen Heidi Kuntz und Tanja Rieber wollten nicht hinnehmen, dass es nach wie vor für Mütter schwierig sein kann, ihr Kind an öffentlichen Orten zu Stillen. Als Studentinnen der Berufspädagogik im Gesundheitswesen an der Wilhelm Löhe Hochschule in Fürth starteten sie ein Projekt, bei dem am Ende ein Bierdeckel herauskam. Der soll helfen, die Akzeptanz für das Stillen in der Öffentlichkeit mehr und mehr zu ermöglichen.



Tanja Rieber (links) und Heidi Kuntz sind Hebammen, Krankenschwestern, Gesundheitspraktikerinnen und seit 2014 Studentinnen der Berufspädagogik im Gesundheitswesen an der Wilhelm Löhe Hochschule Fürth.

Frau Kuntz, was war der Auslöser für Ihr Projekt?

Immer wieder schildern uns Mütter, dass das öffentliche Stillen unerwünscht ist. In Restaurants wurden Frauen zum Stillen sogar zur Toilette geschickt. Diesem unzumutbaren Zustand wollten wir durch unser Projekt ein Ende setzen.

Frau Rieber, wie kam es dann zu dieser Idee?

Wir haben lange überlegt, wo wir am sinnvollsten ansetzen können. Am wichtigsten erschien uns, dort anzufangen, wo besagte Situationen bestehen: in Gaststätten und Restaurants. So entstand die Idee, einen Bierdeckel zu entwerfen.

Warum gerade einen Bierdeckel?

Jeder Gast bekommt mit seinem Getränk einen Bierdeckel, nicht nur die Biertrinker. Dies erschien uns deshalb als die beste Möglichkeit, eine breite Öffentlichkeit zu erreichen, und zwar genau da, wo Stillen auch möglich sein soll.

Frau Kuntz, wie kamen Sie auf die Gestaltung?

Der Bierdeckel sollte kurz und knapp aussagen, was für jeden Menschen



selbstverständlich ist, nämlich dass hier jeder Hunger gestillt wird, auch der eines Babys. Das Motiv sollte besonders ausdrucksstark sein und damit ins Auge fallen. Wir haben dann intensiv nach

einem besonderen Model und einer Örtlichkeit gesucht, die dieses Motiv ermöglichen. Wir haben lange gesucht und fanden dann eine bezaubernde Stillmama mit Baby sowie ein sehr schickes Restaurant. Wir engagierten eine Fotografin, und nach vier Stunden Fotoshooting hatten wir tolle Aufnahmen. Nachdem das passende Foto feststand, wurde der Bierdeckel entworfen und noch ein Info-Flyer erstellt.

Frau Rieber, gibt es schon erste Reaktionen auf Ihre Idee?

Wir stoßen auf sehr viel positive Resonanz. Beispielsweise bemerkte eine Mutter eines zwölf Wochen alten Kindes, dass endlich mal für stillende Mütter ein Zeichen gesetzt werde. Eine andere Mutter mit einem vier Monate alten Kind sagte begeistert: „Wow, mein Lieblingsrestaurant verweist mich nicht in einen separaten Raum, sondern unterstützt

mich beim öffentlichen Stillen.“ Auch Schwangere waren sehr angetan. Eine freute sich besonders über das ausdrucksstarke Bild und dass damit das Stillen in der Öffentlichkeit gefördert wird.

Und wie reagieren die Männer?

Auch sehr positiv: Ein werdender Vater musste erst mal darüber nachdenken, war dann aber ganz enthusiastisch, dass jetzt endlich mal eine Initiative für das Stillen in der Öffentlichkeit ergriffen wird. Auch der Spruch auf unserem Bierdeckel kam bei einem anderen Mann sehr gut an.

Frau Kuntz, wie geht es jetzt weiter?

Bisher haben wir zwei Restaurants angesprochen, den Bierdeckel auszulegen. Beide waren von der Idee sehr angetan und signalisierten Bereitschaft, unser Projekt zu unterstützen. Deshalb wäre es jetzt toll, wenn wir den Bierdeckel vielfältigen könnten. Für die noch leere Rückseite suchen wir einen Sponsor, der ihn dann für seine Werbung nutzen kann.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Unser großer Wunsch ist, dass wir dazu beitragen können, dass Stillen eine Selbstverständlichkeit und kein Tabu ist. Unser Motto ist: Unser Morgen wird anders sein, wenn wir das Heute verändern!

Impressum

Ihr Draht zur Redaktion: info@nutricia-forum-muttermilchforschung.org

Verantwortlich: Dr. med. Christopher Mayr

Redaktion: Dr. oec. troph. Rainer C. Siewert, Scientific Communication

Wissenschaftliche Beratung: Dr. rer. nat. Bernd Stahl,

Leiter Nutricia Muttermilchforschung, Utrecht, Niederlande

Herausgeber: Milupa Nutricia GmbH

Marienbader Platz 1, D-61348 Bad Homburg

Design: Désirée Gensrich, dbgw

Druck: purpur Produktion GmbH

Bilder: milupa; privat; fotolia.com: Iryna (S. 1), Sebastian Kaulitzki (S. 2),

Kletr, khomich (S. 3)

Weitere Informationen über aktuelle Muttermilchforschung unter: www.nutricia-forum-muttermilchforschung.org



Dieser Newsletter wurde auf FSC-zertifiziertem Papier gedruckt.

