

# Stillen – zeitaufwändig, überflüssig oder doch sinnvoll?

Ein wichtiges Thema für Ärztinnen und Ärzte

von Gudrun von der Ohe und Elisabeth Borg

## Zeitaufwändig?

So viel Zeit für das Thema „Stillen“ – wie kann man den ganzen Tag damit verbringen? Dies fragen sich Ärztinnen und Ärzte, die sich zu einem Seminar zu diesem Thema anmelden. Und sie erfahren dann, dass viel mehr Evidenzbasiertes Wissen zu „Stillen und Laktation“ existiert als allgemein angenommen. Im Studium sowie in der Facharztweiterbildung wird viel zu wenig zur wichtigen Thematik des Stillens vermittelt, sodass es sinnvoll und notwendig ist, das Wissen rund um „Stillen und Laktation“ bei Ärztinnen und Ärzten im Rahmen von Fortbildung aktuell zu erweitern und zu intensivieren.

Es besteht vielfach das Vorurteil, dass das Thema „Stillen“ doch viel zu emotional und Stillberatung missionierend sei. So schreibt ein Leitender Arzt einer großen norddeutschen geburtshilflichen Klinik, der sich zum sechstägigen Kompaktkurs angemeldet hatte: „Mit einer gewissen Skepsis bin ich zum Kompaktseminar nach Stuttgart aufgebrochen, da

ich befürchtete, wenig Evidenzbasiertes zum Thema vermittelt zu bekommen. Schon nach wenigen Stunden hatte ich ein vollkommen anderes Bild. Eine inhaltlich hochwertige Veranstaltung mit einem professionellen und perfekt organisierten Dozententeam, exzellent vorbereitete Tagungsunterlagen, perfekte Räumlichkeiten, zumindest ganz anders als man dies andernorts von kostenintensiven Fortbildungen kennt. Besonders begeistert hat mich die Bereitschaft von Seiten des Dozententeams zur kontroversen und ergebnisoffenen Diskussion. Wo immer es möglich ist, werden wissenschaftliche Studien zitiert, „Evidence based“ liegt den Dozenten der Veranstaltung besonders am Herzen.“

Unter Ärzten aller betroffenen Fachgebiete ist zu Stillen und Laktation im Allgemeinen nur wenig fundiertes Wissen bekannt. Es werden persönliche Meinungen, eigene Erfahrungen und „Ammenmärchen“ weitergetragen und ausgetauscht. Von Seiten der Babynahrungsindustrie wird zum Thema „Stillen“ nicht objektiv informiert. Vor allem herrscht der Glau-



Frauen brauchen fachlich kompetente Unterstützung beim Stillen. Foto: www.karlgrabherr.com

be vor, Stillen sei ein natürlicher Instinkt, dazu brauche es keine Fortbildung, ganz nach dem Motto „Wer will, der kann“.

Dass dem nicht so ist, ist unter Experten längst bekannt. Es reicht eben nicht, einer Frau zu sagen: „Stillen Sie ihr Kind. Stillen ist das Beste für Ihr Kind.“ Frauen brauchen eine fachlich kompetente Unterstützung, berufsübergreifend, Evidenzbasiert und den aktuellen Behandlungsstandards entsprechend. Ärztinnen und Ärzten kommt daher eine besondere Bedeutung in der Stillberatung zu.

## Überflüssig?

Niemand möchte sich behandeln lassen, wie es noch vor 20 Jahren der medizinisch-wissenschaftliche Standard war. Die Wissenschaft entwickelt sich ständig weiter, medizinische Leitlinien werden daher regelmäßig überarbeitet und den neuen Erkenntnissen angepasst. werdende und junge Mütter können mit Recht erwarten, dass auch auf dem Gebiet der Geburtshilfe und der Neonatologie sowie im Wochenbett Beratung und Behandlung den neuesten Erkenntnissen entsprechen. Ärztin-

## ANKÜNDIGUNG

Curriculäre Fortbildung – Kompaktkurs für Ärztinnen und Ärzte und Angehörige anderer Medizinischer Gesundheitsberufe mit Hochschulabschluss

### Stillen – Evidenzbasiertes Wissen für Klinik und Praxis

#### Termin:

Freitag bis Sonntag, 09.–11.12.2011 und  
Freitag bis Sonntag, 09.–11.03.2012

#### Ärztliche Leitung:

Prof. Dr. med. U. Cirkel, Minden, Frau A.  
Univ.-Prof. Dr. med. D. Karall, Innsbruck  
(Österreich)

**Gesamtleitung:** Frau G. Nindl, Kramsach  
(Österreich)

#### Teilnehmergebühren:

€ 1.020,00–€ 1.130,00

#### Auskunft und Anmeldung:

Tel.: 0251 929-2214  
Fax: 0251 929-272214  
Mail: jutta.upmann@aekwl.de

Für weitere Informationen stehen Ihnen  
die Autoren gern zur Verfügung:

Gudrun von der Ohe, Ärztin sowie IBCLC  
Kontakt: 040 815642, E-Mail: gudrun.von.  
der.ohe@stillen-institut.com  
Elisabeth Borg, Leiterin Ressort Fortbildung  
der ÄKWL  
Kontakt: 0251 929-2200,  
E-Mail: elisabeth.borg@aekwl.de

nen und Ärzte haben in der Gesellschaft hohes Ansehen und Akzeptanz, sodass ihre Stimme bei den Frauen ein großes Gewicht hat. Ärztinnen und Ärzte sollten sich ihre Kompetenz in der Beratung der Frauen nicht von anderen Berufsgruppen aus der Hand nehmen lassen. Zudem wird Stillberatung über den OPS-Katalog in Zukunft abrechenbar sein. Weitere Informationen sind über die Schriftführerin der Arbeitsgemeinschaft materno-fetale Medizin e. V. (AGMFM) der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe e. V., Priv.-Doz. Dr. Susanne Grüßner, erhältlich.

Die meisten Frauen möchten ihre Babys stillen, „wenn es klappt“. Sie haben Sorge, dass ihr Baby hungern könnte, dass sie Schmerzen beim Stillen haben, z. B. wunde Mamillen, Brustentzündungen etc. Es treten Fragen zu Medikamenteneinnahmen bzw. Arzneimitteltherapien in der Stillzeit auf. Welche Möglichkeiten und welche Grenzen gibt es dabei? Welche Erkrankungen der Mutter sind Kontraindikationen zum Stillen? Sind Brustoperationen oder besondere Brustkrankungen Dinge, die Stillen behindern?

In all diesen Situationen brauchen Frauen professionelle Hilfe und somit das Wissen und die Unterstützung von Ärztinnen und Ärzten – in der Schwangerschaft, im Krankenhaus und danach in der ärztlichen Praxis. Nicht alles können Ärzte leisten, Stillberatung braucht Zeit, vorhandenes Wissen sollten sie kompetent an ihr Fachpersonal weitergeben und regelmäßig überprüfen, ob Frauen Evidenzbasiert beraten werden und sich Behandlungserfolge einstellen. Auch Frauen, die nicht stillen wollen, brauchen kompetente Beratung zur Ernährung ihres Kindes und zum Aufbau einer guten Bindung. Auf alle diese Dinge wird im Rahmen des Kompaktkurs „Stillen – Evidenzbasiertes Wissen für Klinik und Praxis“ eingegangen (s. Kasten), alle Fragen werden ausführlich und intensiv diskutiert, Antworten mit Studien belegt.

#### Sinnvoll?

In dem EU-Projekt Schutz, Förderung und Unterstützung des Stillens in Europa – Ein Aktionsplan (EU Project Contract N. SPC 2002359) aus dem Jahr 2004, das 2008 überarbeitet wurde, ist gefordert, dass die Mitgliedsstaaten in Fortbildung investieren sollen. Es heißt dort: „In diesem Bereich (Betreuung von Schwangeren, Müttern und Babys) tätiges Gesundheitspersonal dazu aufzufordern,

## TESTEN SIE IHR WISSEN

Es sind entweder eine oder mehrere Antworten richtig.

1. Welches Hormon hat in der Schwangerschaft die stärkste antagonistische Wirkung zu Prolaktin?

- a) Progesteron
- b) Human-Plazenta-Laktogen
- c) Östrogen
- d) Thyroxin

2. In welcher Situation ist ein Überprüfen des Stillmanagements sinnvoll, um ein gutes Gedeihen des Babys zu gewährleisten?

- a) Ein zwei Monate altes Baby hat zwischen 140 und 160 g pro Woche zugenommen.
- b) Ein Neugeborenes hat sein Geburtsgewicht mit zehn Tagen erreicht.

- c) Ein sechs Monate altes Baby wiegt weniger als ein mit Formula ernährtes gleichaltriges Kind.
- d) Die Gewichtskurve eines drei Monate alten Babys verläuft seit Geburt entlang der 25. Perzentile.
- e) Ein Neugeborenes hat am 3. Tag 8 % seines Geburtsgewichtes abgenommen.

3. Welche der folgenden mütterlichen Erkrankungen wird voraussichtlich Auswirkungen auf die Milchmenge haben?

- a) Zystische Fibrose
- b) Polycystisches Ovarialsyndrom
- c) Hypothyreose
- d) Diabetes mellitus

Die richtigen Antworten sowie die Literatur dazu finden Sie auf der Website [www.stillen-institut.com](http://www.stillen-institut.com). Kurse . Ärzteseminare . Kompaktkurs

an anerkannten Fortbildungskursen für Laktationsmanagement teilzunehmen und den Titel IBCLC (International Board of Lactation Consultant Examiners) oder eine gleichwertige Qualifikation, die erwiesenermaßen die höchsten Kompetenzkriterien erfüllt, zu erwerben; Networking zwischen Stillexperten zu fördern, um das Wissen und die Fertigkeiten zu verbessern; die Abdeckung und Effektivität von Fortbildungen zu überwachen.“

In den Standardempfehlungen der EU für die Ernährung von Säuglingen und Kleinkindern aus dem Jahr 2007 – European Network for Public Health Nutrition, EUNUTNET – steht, dass „niedrige Stillraten und vorzeitiges Abstillen zu gravierenden, negativen gesundheitlichen, sozialen und ökonomischen Folgen für Frauen, Kinder sowie die Gesellschaft und Umwelt führen.“ Die Stillförderung ist ein wichtiges Gesundheitsverhalten und eine kostengünstige Präventivmaßnahme. Die Stillraten in Deutschland zeigen ganz deutlich einen Handlungsbedarf: Vier Monate werden nur ca. 40 % der Babys ausschließlich gestillt. Mehr als die Hälfte aller Mütter füttert also bereits zu oder hat abgestillt.

Gerade deshalb sind Ärztinnen und Ärzte aufgefordert, sich auf diesem Gebiet fortzubilden. Dass dies auch in Deutschland von den medizinischen Fachgesellschaften gefordert

wird, zeigt beispielsweise die AWMF-Leitlinie zur Hypoglykämie, in der Stillförderung ausdrücklich erwähnt wird: „Stillen über mehrere Monate ist negativ mit späterem Übergewicht assoziiert, dies gilt auch bei Kindern von Müttern mit Gestationsdiabetes. Diese protektive Wirkung des Stillens ist von besonderer Bedeutung, ...“ Alle Frauen, aber besonders „Frauen mit prägravidem Diabetes und Frauen mit Gestationsdiabetes sollten deshalb nachdrücklich zum Stillen ihrer Kinder ermutigt werden, nach Möglichkeit bereits vor der Entbindung.“

Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, bietet die Akademie für ärztliche Fortbildung der ÄKWL und der KVWL die curriculäre Fortbildung für Ärzte/innen zum Thema „Stillen und Laktation“ in Zusammenarbeit mit dem Europäischen Institut für Stillen und Laktation zukünftig an.

#### Literatur

- ILCA-Leitlinien
- EUNUTNET
- EU-Empfehlungen
- AWMF-Leitlinien zur Hypoglykämie

zu finden auf der Website [www.stillen-institut.com](http://www.stillen-institut.com). Aktuelles . Wissenswertes