

## **Stillen hat keine „Vorteile“**

Wozu ein Faltblatt mit diesem Titel?

*Utta Reich-Schottky*

### **Unser Bezugsrahmen für die Säuglingsernährung**

Wir haben einen gesellschaftlich festgelegten Bezugsrahmen für das, was „normal“ ist und was wir „normalerweise“ erwarten.

Der Siegeszug der künstlichen Säuglingsnahrung nach dem zweiten Weltkrieg hat dazu geführt, dass die künstliche Säuglingsernährung unser Bezugsrahmen für Säuglingsernährung überhaupt geworden ist. In diesem Rahmen ist Stillen ganz nett, „wenn es klappt“, aber es ist verzichtbar, denn es gibt ja die „normale“ künstliche Säuglingsernährung, die zu „normaler“ Gesundheit führt. Jahrelang haben wir in diesem Bezugsrahmen die „Vorteile“ des Stillens verteidigt und das Stillen als das „Beste“ gepriesen, besser als die „normale“ künstliche Säuglingsernährung. Stillen ist in diesem Rahmen **nicht** „normal“. Es muss viel Bohai darum gemacht werden, frau muss sich richtig anstrengen, um erfolgreich zu stillen, während das Flaschefüttern als völlig einfach und selbstverständlich gilt.

### **Der Bezugsrahmen in der Wissenschaft**

Wissenschaftler bewerten in ihren Studien neue Eingriffe und Verfahren im Vergleich zum Standard, einen Eingriff in natürliche Abläufe im Vergleich zum ungestörten Ablauf, um daraus empirisch abzuleiten, ob das Bisherige beibehalten oder durch das Neue ersetzt werden sollte. Die Beweislast liegt in der „evidenzbasierten Medizin“ immer beim neuen Verfahren. Das Nichtstillen ist in der wissenschaftlichen Forschung zum Standard geworden. Die Ergebnisse werden formuliert als: „Im Vergleich zur künstlichen Ernährung [dem Standard] hat das Stillen [das neue Verfahren???) Vorteile, die Kinder sind seltener krank, die Krankenkassen sparen Kosten.“

Damit bekommt das Stillen den Status eines neuen Verfahrens. Das wiederum hat zur Folge, dass dem Stillen die Beweislast aufgebürdet wird. Das Stillen muss zeigen, immer wieder zeigen, dass es besser ist als künstliche Ernährung - statt dass die künstliche Säuglingsernährung beweisen müsste, dass sie die bessere Wahl sei. Wie oft kommen Mütter zu uns mit dem Anliegen, „mein Arzt hat gesagt, ich muss abstillen. Wie kann ich ihm beweisen, dass es besser ist (oder zumindest nicht schlechter), wenn ich weiter stille?“

### **Wir brauchen einen Wechsel des Bezugsrahmens**

Die normale Säuglingsernährung ist das Stillen. Seit 300 Millionen Jahren sturmerprobt. In Körper und Seele von Mutter und Kind verankert. Das ist unser Bezugsrahmen. In diesem Rahmen hat das Stillen keine „Vorteile“. Es braucht nicht in höchsten Tönen gelobt zu werden. Es ist einfach die normale Säuglingsernährung. Vergleichen wir künstliche Säuglingsernährung in diesem Rahmen mit dem Stillen, wird sofort sichtbar, dass künstliche Ernährung mit Risiken und Nachteilen verbunden ist. Nicht gestillte Kinder werden häufiger krank. Nicht wir müssen beweisen, dass Weiterstillen besser ist - wenn ein Arzt, Ernährungsberater oder sonstige Experte Abstillen empfiehlt, muss **er** beweisen, dass das gegenüber dem Weiterstillen die bessere Wahl ist.

## **Psychologisch macht es einen Unterschied**

In einer Befragung in den USA sagten weit über die Hälfte der Befragten, dass gestillte Kinder gesünder seien als nicht gestillte Kinder. Gleichzeitig stimmten nur sehr wenige derselben Leute dem Satz zu, dass nicht gestillte Kinder ein größeres Risiko hätten, krank zu werden. Die „Vorteile“ des Stillens werden im Bezugsrahmen der künstlichen Säuglingsernährung als Sahnehäubchen erlebt, als zusätzliche Vitamintablette, nett zu haben, aber ohne ernstzunehmende Konsequenzen. Erst die Änderung des Bezugsrahmens macht sichtbar, dass das Nichtstillen gegenüber dem Stillen mit Risiken und Nachteilen für Mutter und Kind verbunden ist.

Menschen sind oft eher bereit, auf Vorteile zu verzichten, als Nachteile hinzunehmen. Wenn Mütter stillen wollen und auf schlechte Bedingungen stoßen, die ihnen das Stillen erschweren oder unmöglich machen, dann geht im Bezugsrahmen der künstlichen Säuglingsernährung die Tendenz dahin, auf die „Vorteile“ des Stillens zu verzichten. Der Bezugsrahmen des Stillens unterstützt die Mütter darin, die Benachteiligung des Nichtstillens zurückzuweisen.

## **Gestillt - und trotzdem krank?**

Auch das kommt vor. Im Bezugsrahmen der künstlichen Säuglingsnahrung hören wir dann: „Das Stillen schützt ja gar nicht gegen Krankheiten, es hat ja gar keinen Vorteil gegenüber der Flasche, mein Kind ist trotzdem krank.“ Im Bezugsrahmen des Stillens sehen wir: Stillen ist die normale Ernährung, verbunden mit den normalen Lebensrisiken und Krankheiten. Es hat keine „Vorteile“ gegenüber der Norm, es ist die Norm. Damit können Erkrankungen beim gestillten Kind gelassener akzeptiert werden, in dem Wissen, dass Muttermilchersatznahrung nur ein Ersatz ist, von brauchbarer Qualität, aber gegenüber dem Stillen mit Risiken und Nebenwirkungen behaftet.

## **Deshalb: Stillen hat keine „Vorteile“**

### **Und für wen ist das Faltblatt?**

Dieses Faltblatt ist für jede und jeden, weil unser gesellschaftlicher Bezugsrahmen von uns allen geprägt wird.

Als erstes würde ich das Faltblatt dort einsetzen, wo die Gespräche darüber gleich geführt werden können:

- in der Stillgruppe
- bei Fortbildungen von Stillberaterinnen oder medizinischem Personal
- in der politischen Diskussion mit Krankenkassen, Frauenbeauftragten, bei Runden Tischen.

Eine junge Mutter im Wochenbett andererseits hat andere Anliegen und braucht andere Faltblätter. Alles zu seiner Zeit und an seinem Ort.