



Landesverband der Hebammen NRW e.V.

Still-Postille April 2009

Liebe Kolleginnen,

hier finden Sie die neue Still-Postille des Hebammen-Landesverbandes NRW. Sie wird in Zukunft auch auf der Homepage www.hebammen-nrw.de hinterlegt sein und darf daher auch an interessierte Kolleginnen weiter gegeben werden.

Ich wünsche viel Spaß bei der Lektüre und freue mich über ein Feedback oder Anregungen für künftige Ausgaben.

Viele Frühlingsgrüße sendet

Alice Semmler

Hebamme

Beauftragte für Stillen und Ernährung
des Hebammenlandesverbandes NRW e.V.

Beningsfeld 9A

51427 Bergisch Gladbach

Fon: 02204-201227

E-Mail: semmler@hebammen-nrw.de



Inhaltsverzeichnis:

- Neues Links zum Thema „Stillen bei Spalte“
- Kaiserschnittzahlen
- Vitamin-D-Versorgung der stillenden Mutter
- Wie beeinflussen Klinikroutinen das Stillen?
- Stillen schützt vor SIDS
- Neue Stillstudie aus Freiburg: Erstgebärende bevorzugen Muttermilch statt Fertigmilch
- Flyer zum Thema „Neue Kennzeichnungspflicht für Säuglings- und Folgenahrung“
- Flyer für Eltern zum Thema Säuglingsernährung



Stillen bei Spalte:

- Bei **www.stillenbeispalte.org** ist jetzt ein Stillfilmausschnitt, den Christa Herzog gedreht hat, eingebaut ist! Der Film kann über sie bestellt werden.
- **http://www.smiletrain.org**
Das Projekt haben Klaus Honigmann und unsere Kollegin Christa Herzog vor 13 Jahren ins Leben gerufen. Daraus ist Smiletrain entstanden. Die Kurzfilm Doku zum Thema Spaltfehlbildung über ein Mädchen mit einseitiger kompletter LKG-Spalte und einseitiger OP hat einen Oscar gewonnen



Anteil der Kaiserschnitt-Geburten steigt / 07. April 2009 net tribune

Wiesbaden - Immer mehr Kinder kommen in Deutschland per Kaiserschnitt zur Welt. Ihr Anteil stieg bis 2007 auf 29,3 Prozent der insgesamt 664.000 Entbindungen, wie das Statistische Bundesamt am Dienstag in Wiesbaden mitteilte. Zehn Jahre zuvor waren erst 18,5 Prozent der Entbindungen per Kaiserschnitt erfolgt.

Am höchsten war der Anteil mit 35,5 Prozent im Saarland, gefolgt von Hessen mit 31,8 und Nordrhein-Westfalen mit 31,6 Prozent. Dagegen sei in Sachsen nur bei jeder fünften Entbindung eine solche Operation durchgeführt worden. Mechanische Hilfsmittel wie die Saugglocke (Vakuumextraktion) oder die Geburtszange kommen bei Entbindungen in Krankenhäusern derweil immer seltener zum Einsatz. So erfolgte im Jahr 2007 den Angaben zufolge eine Vakuumextraktion noch bei 4,6 Prozent der Geburten, der Anteil der Entbindungen mit Hilfe der Geburtszange lag nur noch bei 0,7 Prozent.



Eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D ist wichtig

Eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D ist wichtig
Presseerklärung der La Leche League International über die Bedeutung, zusammengefasst und übersetzt von Denise Both

Neueste Forschungsergebnisse zeigen, dass aufgrund des derzeitigen Lebensstils die eigene Versorgung von stillenden Müttern mit Vitamin D möglicherweise nicht dafür ausreicht, dass sie genügend Vitamin D über die Muttermilch an ihre Kinder weiter geben.

Im Oktober 2008 hat die American Academy of Pediatrics (Amerikanische Akademie der Kinderärzte) die Empfehlung herausgegeben, Säuglingen täglich 400 IU Vitamin D zu geben und mit dieser Gabe bereits wenige Tage nach der Geburt zu beginnen. Kinder, die nicht genügend Vitamin D erhalten, haben ein Risiko an Rachitis zu erkranken und das Risiko für Infektionen, Autoimmunerkrankungen, Krebs, Diabetes und Osteoporose ist erhöht. Vitamin D wird zur Hauptsache in der Haut gebildet, wenn der Körper dem Sonnenlicht ausgesetzt ist und in zweiter Linie über die Nahrung aufgenommen. Untersuchungen zeigen, dass die Anpassung an ein Leben in

geschlossenen Räumen und die Verwendung von Sonnenschutzmitteln bei den meisten Müttern zu einem ernsthaften Vitamin-D-Mangel geführt haben. Die Fähigkeit, angemessene Mengen an Vitamin D durch Sonnenlicht zu bilden, ist abhängig von der Hautfarbe und der geographischen Lage. Dunkelhäutige Menschen können für die Bildung einer bestimmten Menge Vitamin D bis zu sechs Mal soviel Sonnenlicht benötigen wie hellhäutige Personen. Menschen, die am Äquator leben, können zwölf Monate im Jahr Vitamin D bilden, wohingegen die Vitamin-D-Bildung in nördlicheren oder südlichen Klimazonen nur während einem Zeitraum von sechs Monaten im Jahr oder weniger möglich sein kann.

Viele Jahre lang hat La Leche League International die auf Studien basierende Empfehlung ausgesprochen, dass ausschließlich gestillte Babys ihren gesamten Vitamin-D-Bedarf über die Muttermilch decken. Inzwischen haben die Gesundheitswissenschaftler ein besseres Verständnis über die Funktion von Vitamin D und die benötigten Mengen gewonnen. Die neueste Forschung zeigt, dass die bislang von LLL gegebene Empfehlung nur dann korrekt ist, wenn die Mütter selbst ausreichend mit Vitamin D versorgt sind. Statistiken weisen darauf hin, dass ein großer Prozentsatz der Frauen nicht über ausreichende Mengen an Vitamin D in ihrem Körper verfügen.

La Leche League International geht davon aus, dass stillende Mütter mit ausreichenden Vitamin-D-Speichern genügend Vitamin D über die Muttermilch an ihre Kinder weiter geben können. Es wird empfohlen, dass schwangere und stillende Frauen ausreichend Vitamin D aufnehmen, oder so weit wie möglich entsprechende Präparaten einnehmen. Ärzte und Ärztinnen können den Frauen, die sich nicht sicher sind, wie es mit ihrem Vitamin-D-Status aussieht, empfehlen, eine einfache Blutuntersuchung durchführen zu lassen, ehe sie sich gegen die Gabe eines Vitamin-D-Präparates für ihre Kinder entscheiden.

<http://www.llli.org/Release/ImportanceVitaminD.html>



Wie beeinflussen Klinikroutinen das Stillen?

In einer neuen Studie im American Journal of Public Health wurden Mütter darüber befragt, inwieweit Vorgehensweisen im Zusammenhang mit Stillen in Kliniken das angestrebte Ziel des ausschließlichen Stillens beeinflusste. Die Daten stammten aus einer national repräsentativen Befragung von 1573 Müttern, die 2005 in einem Krankenhaus geboren hatten. Die Mütter wurden retrospektiv über ihre Absicht zu Stillen, zur Ernährung ihres Babys im Alter von 1 Woche und ob in ihrer Geburtsklinik in Übereinstimmung mit 7 Krankenhauspraktiken gehandelt wurde. Es gab einen signifikanten Unterschied zwischen der Absicht der Mütter zu stillen (70%) und dem Erreichen dieses Ziels nach 1 Woche (50%). Die Mütter schilderten Praktiken aus der Klinik, die im Widerspruch zu den WHO/Unicef 10 Schritten zum erfolgreichen Stillen stehen, wie Zufütterung (49%), oder den Einsatz von Schnullern (45%). In Kliniken, die 6 oder 7 der 10 Schritte umsetzten, waren Mütter 6 Mal erfolgreicher im Erreichen ihres Ziels, als in Kliniken, die keine oder nur einen der 10 Schritte befolgten. Am wenigsten erfolgreich waren

Mütter, die berichteten, dass ihre Babys zugefüttert wurden. Die Autoren empfehlen die Einführung von Richtlinien in Geburtskliniken, die das Stillen unterstützen, mit besonderer Beachtung des Nicht zufütterns von gesunden Neugeborenen.

Links

1. Hospital Practices and Women's Likelihood of Fulfilling Their Intention to Exclusively Breastfeed - Declercq et al. Am J Public Health.2009; 0: AJPH.2008.135236v1

2.http://www.bma.org.uk/health_promotion_ethics/child_health/earlylifenuitrition.jsp?page=1



Stillen schützt vor SIDS

Liebe Kolleginnen, der plötzliche Säuglingstod (SIDS) ist noch immer die häufigste Todesursache bei Kindern im ersten Lebensjahr. In Deutschland starben 2006 298 Kinder (0,44/1000 Lebendgeburten) mit dieser Diagnose. Stillen schützt vor SIDS!

<http://www.pediatrics.org/cgi/content/full/123/3/e406>



Neue Stillstudie: Erstgebärende bevorzugen Muttermilch statt Fertigmilch

Badische Zeitung, Freitag 20. März 2009

"Stillen ist eine Wissenschaft?!" ist das Thema der heutigen Fortbildung der Uni-Frauenklinik. Dabei geht es auch um die neue Stillstudie von Uni-Frauenklinik und Diakoniekrankenhaus: Demnach beginnen 92 Prozent der Frauen, die in einer der beiden Kliniken gebären, zu stillen. 60 Prozent davon tun dies auch nach sechs Monaten noch. Besonders ältere Mütter und Erstgebärende bevorzugen Muttermilch statt Fertignahrung. BZ-Mitarbeiterin Friederike Reußner hat sich mit Regina Rasenack, Oberärztin in der Frauenklinik, und Hebamme und Medizinstudentin Claudia Schneider unterhalten.

BZ: Wie schätzen Sie die Ergebnisse Ihrer Studie ein?

Regina Rasenack: Wir freuen uns natürlich über das Ergebnis, denn nach der letzten bundesweiten Studie wurden nur 22,4 Prozent der Kinder, die zwischen 1986 und 2005 geboren wurden, sechs Monate lang voll gestillt. Die höheren Zahlen in Freiburg liegen zum einen daran, dass wir hier in Freiburg viele Frauen haben, die später Kinder bekommen, die stillen statistisch ja häufiger. Zum anderen zeigt sich aber auch, dass sich unsere Aufklärungsarbeit mit den Müttern hier in den Kliniken auszahlt.

BZ: Dass 92 Prozent der Frauen nach der Geburt mit dem Stillen anfangen, ist ja erst mal relativ viel. Warum hören denn dann so viele vor Ablauf der empfohlenen sechs Monate wieder auf?

Claudia Schneider: Ein häufiger Grund, den die Frauen angeben, ist, dass sie zu wenig Milch hätten. Das stimmt aber häufig gar nicht.

Rasenack: Die Mütter denken zu schnell, dass das Kind Hunger hat, wenn es mal unruhig ist, und hören dann mit dem Stillen auf, weil sie glauben, sie hätten zu wenig Milch für ihr Kind. Außerdem glauben auch viele Kinderärzte, man müsse genau sehen, wie viel so ein Kind genau trinkt. Nach dem Motto: Nur was ich in Millilitern aus dem Fläschchen verschwinden sehe, hat das Kind auch wirklich getrunken. Kontraproduktiv ist da natürlich auch, das Kind vor und nach dem Stillen jedes Mal auf die Waage zu legen, das baut ja auch einen unheimlichen Druck auf.

BZ: Und warum ist Stillen so wichtig? Nur deshalb, damit das Kind keine Allergien bekommt?

Rasenack: Nein, nicht nur. Kinder, die gestillt wurden, sind ganz allgemein weniger krank, sie werden seltener übergewichtig und es gibt auch Studien, die belegen, dass gestillte Kinder besser in der Schule sind. Und das Stillen ist auch wichtig für die Mütter: Da reichen die gesundheitlichen Vorteile von weniger postnatalen Depressionen bis hin zur geringeren Brustkrebsgefahr. Außerdem fördert Stillen auch das Verhältnis zwischen Mutter und Kind.

Schneider: Es gibt aber auch immer noch viele Vorurteile übers Stillen. Zum Beispiel, dass rauchende Mütter besser nicht stillen sollten. Das stimmt nicht. Plötzlicher Kindstod ist bei Babys von Raucherinnen ja häufiger. Durch Stillen wird diese Gefahr gesenkt.

BZ: Hier in Freiburg zumindest scheint es doch mit dem Stillen ganz gut zu klappen, warum gibt es dann heute eine ganze Fortbildung zu dem Thema?

Rasenack: Die Tagung ist wichtig, damit alle, die mit Kleinkindern zu tun haben, auf den neuesten Stand kommen. Besonders viele Kinderärzte sollten noch stärker darauf einwirken, dass Frauen nicht frühzeitig mit dem Stillen aufhören.



Flyer zum Thema neue Kennzeichnung von Säuglings- und Anfangsnahrung

Hier kommt ein Link zu einem Flyer, in dem das Wichtigste zum Thema neue Kennzeichnung von Säuglingsanfangs- und Folgenahrung erklärt wird:

http://www.diaetverband.de/download/downloads/broschuere_empfehlen.pdf

Und für alle, die es genau wissen wollen:

Die gesetzliche Grundlage zum Umgang mit industriell hergestellter Säuglingsanfangs- und Folgenahrung ist in Deutschland geregelt durch die "Verordnung über diätetische Lebensmittel (Diätverordnung - DiätV)". (Zuletzt geändert durch die 15. Verordnung zur Änderung der Diätverordnung (15.DiätÄndVO), die im Bundesgesetzblatt I Nr. 70 v. 20.12.2007 S. 3263 ff. veröffentlicht wurde.)

<http://www.buzer.de/gesetz/5588/index.htm>



Flyer für Eltern / Jenseits der Werbung: Die richtige Säuglingsernährung

Unter dieser Adresse:

<http://www.verbraucherzentrale-bremen.de/themen/ernaehrung/saeuglingsernaehrung.html>

finden Eltern einen guten Flyer zum Thema Säuglingsernährung