

**Zeitschrift:** Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

**Herausgeber:** Schweizerischer Hebammenverband

**Band:** 87 (1989)

**Heft:** 11

**Artikel:** Es gibt keinen Grund, nicht zu stillen

**Autor:** Zumofen, W.A.

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-951118>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

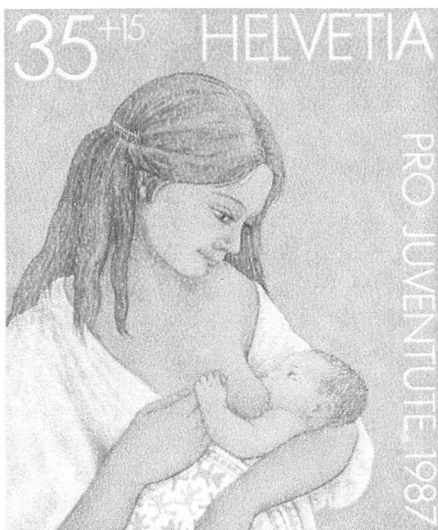
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 27.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Obwohl Stillen etwas natürliches und schönes ist, müssen wir immer wieder feststellen, dass es noch lange keine Selbstverständlichkeit ist. Das Stillen sollte ständig geschützt und gefördert werden durch das medizinische Fachpersonal, die Regierung und die ganze Gesellschaft. Die Aufrechterhaltung der Stilltätigkeit kann und wird durch Selbsthilfegruppen erbracht.

Diese Fachtagung wurde ganz bewusst «Förderung des Stillens – eine verantwortungsvolle Aufgabe» genannt. Wir, die wir das Wissen um das Stillen und die Überzeugung haben, dass es etwas unschätzbare Wertvolles ist, tragen eine grosse Verantwortung. Wir sind alle auch Mitglieder dieser Gesellschaft, und ob wir es wollen oder nicht, von ihr beeinflussbar. Nehmen wir nicht alle ab und zu die Schoppenflasche als etwas selbstverständliches hin? Finden wir es abstoßend, dass die Flasche heute als Symbol für öffentliche Wickelräume gilt? Kaufen wir nicht auch Babypuppen, denen Fläschchen an den Arm gebunden sind? Wir denken nicht einmal darüber nach. Wir tragen die Verantwortung, in dieser Gesellschaft Einfluss zu nehmen, damit jedes Kind sein Recht auf Muttermilch wahrnehmen kann. Wir müssen das Stillen fördern, nicht nur indem wir den Müttern die nötige Hilfe und Information geben, sondern indem wir helfen, der ganzen Gesellschaft zu zeigen, wie wichtig es ist für das Kind, für die Familie und daher für die Gesellschaft, dass Kinder gestillt werden. Es liegt an uns, eine stillfreundliche Atmosphäre in unserer Welt zu schaffen. Ich hoffe, dass diese Tagung Sie dazu motivieren wird.



## Es gibt keinen Grund, nicht zu stillen

Dr. med. W. A. Zumofen,  
Chefarzt Gynäkologie Bezirksspital, Frutigen

Erstaunlicherweise braucht es im 20. Jahrhundert Motivation, dass Mütter ihre Kinder an der Brust ernähren, obwohl dies eigentlich die selbstverständlichste Sache der Welt ist. Es braucht dazu Motivation der Ärzte, es braucht Motivation des Pflegepersonals und es braucht Motivation der Eltern.

### Motivation der Ärzte

Um Ärzte zu motivieren, braucht es immer etwas Spezielles. Neben der persönlichen Überzeugung müssen die naturwissenschaftlichen Beweise klar und deutlich, ja erdrückend sein. Jeder Arzt muss einsehen können, dass es einfach keinen Grund gibt, nicht zu stillen. Das heisst für uns auch, dass man ausbilden muss, dass man fördern muss und dass man nicht stören darf.

**Man muss ausbilden:** Die Ausbildung der Ärzte muss an der Universität beginnen. Bereits dort sollten die Studenten lernen, dass die Ernährung des Kindes an der Mutterbrust unzweifelhaft das Beste ist, das man dem Kind von Geburt an bieten kann. Zu meiner Zeit lernte man leider nur, das man die laktierende Brust abstillen kann. Ebenfalls sollte die deutschsprachige Fachliteratur vermehrt werden. Auch wenn die anglo-amerikanische Literatur noch so gängig ist, ist sie nicht ins Deutsche übersetzt, wird sie an Universitäten bei Studenten kaum Beachtung finden. Kenntnisse über die Laktation müssen für die Ärzte selbstverständlich werden. Es darf keinen Zweifel darüber geben, welche Medikamente mit der Muttermilch auf das Kind übergehen und für welche Medikamente während der Stillzeit eine Kontraindikation bestehen. Moderne medizinische Computerprogramme können hier Hilfe bieten.

Die Assistenzärzte müssen während ihrer Ausbildungszeit auf der geburtshilflichen Abteilung die praktische Seite des Stillens erlernen. Auf der täglichen Visite muss nach Stillproblemen gefragt werden. Ob die Wöchnerin voll oder teilweise stillt, gehört in den Austrittsbericht. Das Handbuch für stillende Mütter gehört zur Pflichtlitera-

tur für jeden Arzt, der geburtshilflich tätig ist. Falls ein Spitalneu- oder Umbau geplant ist, muss die Wöchnerinnenstation unbedingt so konzipiert werden, dass die intensive Mutter-Kind-Beziehung (rooming in) und die freie Ernährung (self-demand-feeding) problemlos möglich sind. Qualis rex, talis grex (wie der Hirte, so die Schafe). Wenn in einem Spital der Chefarzt und die Oberschwester für das Stillen sind, dann wird auch gestillt. Sind diese beiden nicht dafür oder haben kein Interesse daran, dann wird eindeutig weniger gestillt.

**Man muss fördern:** In die erste Schwangerschaftskontrolle gehört die Kontrolle der Brust zusammen mit der Erhebung des Allgemeinzustandes. Finden sich Hohlwarzen oder andere Abnormitäten, so muss bereits hier über die Möglichkeit, trotzdem stillen zu können, gesprochen werden. Mindestens einmal pro Schwangerschaft soll das Stillen das Gesprächsthema einer Schwangerschaftskontrollkonsultation sein. Dies geschieht am besten zwischen der 25. und 30. Schwangerschaftswoche. Es kann hier auch empfohlen werden, die Adresse der Stillberaterin in die Agenda aufzunehmen. Es gehört sich auch, dass man als verantwortungsbewusster Geburtshelfer Schwangerschaftsvorbereitungskurse organisiert und dort selbst an einem Abend unter anderem über das Stillen spricht.

**Man soll nicht stören:** Als Arzt darf man keinesfalls desinteressiert sein und das Stillen einfach den Schwestern, den «Spezialistinnen», überlassen. Mindestens einmal pro Visite muss das Thema Stillen abgehandelt werden. Es darf beim Personal keinen Zweifel geben, dass man auch als Arzt weiss, dass es keinen Grund gibt, nicht zu

stillen. Als Chefarzt soll man das Erstellen rigider Vorschriften, wie übertriebene Sterilität, feste Stillzeiten, Trennung von Mutter und Kind, Dauerbesuchszeiten und andere Dinge, die dem Stillen abträglich sind, weglassen. Eine der schlimmsten ärztlichen Unarten gegen das Stillen ist das «Parlodel-Winken». Es darf einfach nicht vorkommen, dass der Arzt bei vorhandenen Still-schwierigkeiten die Bemühungen von Mutter und Schwester mit der Bemerkung, «wenn es dann nicht geht, können sie mit Parlodel abstillen», lächerlich macht.

### Motivation des Pflegepersonals

Auch für das Pflegepersonal braucht es die persönliche Einsicht, dass es keinen Grund gibt, nicht zu stillen. Es muss auf der Wöchnerinnenstation die geeignete Atmosphäre geschaffen werden und es braucht Geduld und nochmals Geduld. «Bei uns wird gestillt» muss selbstverständlich sein. Doch hüten wir uns, dass wir im Eifer nicht über das Ziel hinauschiessen und eine Frau, die nicht stillen kann oder will, als Rabenmutter bezeichnen und entsprechend ablehnend behandeln. 5% der Mütter können nicht stillen (Agalaktie) und weitere 5% können ihr Kind nicht voll stillen (Hypogalaktie) trotz allen Bemühungen und trotz der La Leche Liga. Man hüte sich davor, den Bemühungen um das Stillen einen sektiererischen Anstrich zu geben.

Es ist darauf zu achten, dass das Personal genaue Kenntnisse über den Stillvorgang hat und die Einheit der Lehre in den Anleitungen und Beratungen der Mütter ist unbedingt anzustreben. Das will heissen, dass Weiterbildungen ermöglicht werden sollen und wo es diese nicht gibt, muss sich der Klinikchef selbst darum bemühen. Eine Selbstverständlichkeit muss es sein, dass das Pflegepersonal über die Problembreust, den let-down-Reflex, den Einsatz von Stillhilfen etc. Bescheid weiss. Der Stillberaterin der Region soll Gelegenheit geboten werden, die Mütter im Wochenbett zu besuchen und diese und das Personal zu beraten. Das Handbuch für die Stillende ist in jedem Zimmer aufzulegen und die Wochenbettsschwester kennt dessen Stärken und Schwächen. Die freie Ernährung (self-demand-feeding), das heisst, dass das Kind die Zeiten der Ernährung bestimmt, ist anzustreben. Für das Personal ist dies zwar wesentlich aufwendiger, die Planung des Tagesablaufes ent-

sprechend schwieriger, zufriedener Mütter werden aber mit gutem Stillen diesen Mehraufwand lohnen.

Das Personal muss sich hüten, die Gewichtskurve des Neugeborenen allzuernst zu gewichten. Beinahe jedes Kind nimmt in den ersten Tagen nach der Geburt ab. Dies ist weder für die Schwester, noch für die Mutter ein Grund, früh zur Schoppenflasche zu greifen. Das «Nachschöpfeln» ist in den ersten Tagen unbedingt zu unterlassen. Wenn wir an die Darmepitheldysmaturität denken und wissen, dass in den ersten 6 Wochen Fremdeiweisse die Darmwand des Neugeborenen ungespalten zu durchdringen vermögen und damit eine ganze Reihe allergener Situationen hervorgerufen werden, so ist es beinahe ein Verbrechen am Kind, wenn wir ihm einen Schoppen ohne ganz dringenden Grund anbieten. In meiner Klinik ist das «Nachschöpfeln» eine Chefindikation. Ich, und nur ich zusammen mit der Mutter, entscheide nach etwa 5 Tagen, ob es nun wirklich unabdingbar ist, diesem Kind einen Schoppen mit künstlicher Milch zu geben oder nicht.

### Motivation der Eltern

Es braucht aber auch unbedingt die Motivation der Eltern. Die Eltern müssen einsehen, dass es keinen Grund gibt, nicht zu stillen. Man achte dabei auch auf die Trivalliteratur, die leider nur zu oft sensations-trächtige, aber von wenig Sachkenntnis getragene Artikel gegen das Stillen veröffentlichten. Die sogenannten schlechte oder gar vergiftete Milch gibt es nicht, trotz Tschernobyl, oder die schädlichen Substanzen erreichen Werte, die in jeder anderen Ernährung mindestens auch enthalten sind.

Beachtung ist der Werbung zu schenken. Die Industrie schläft nicht und sie überschüttet die Wöchnerinnen mit Musterpackungen bester und adaptiertester Milch. Es ist bekanntermassen schwierig, eine Wochenbettstation werbematerialfrei zu halten. Auch müssen Eltern darüber informiert werden, dass es keine, aber auch gar keine Mittel gibt, die die Stilleistung fördern, auch Stillförderungstee, Rivella blau oder alkoholfreies Bier nicht. Volkstümliche Rezepte sind trotz ihrer «Natürlichkeit» oft nicht nur unnützlich, sondern gar schädlich. Man muss sich auch die Zeit nehmen, mit den Eltern darüber zu sprechen, dass jedes Kind seine Eigenheiten schon von Ge-

burt an hat, und dass es gerade bei den Neugeborenen die verschiedensten Ernährungstypen gibt, wie sie von BARNES 1953 so treffend beschrieben wurden: «Barracudas» (ist ein Fisch, der auf alles sofort losstürzt), Aufgeregte aber Ineffektive, Zauderer, Geniesser oder Gourmets, aber auch Träumer.

Wenn eine Mutter früher nicht gestillt hat, ist dies noch lange kein Grund, nicht einen neuen Versuch zu wagen. Es darf für die Eltern keinen Zweifel geben, dass die Abstillmedikamente Parlodel und Dopergin rezeptpflichtig sind und dass damit das Abstillen gründlich überlegt sein will. Das Stillen bringt für die Brust in keiner Weise etwas Schädliches mit sich. Sehr viele Studien belegen, dass das Mammakarzinom bei Frauen, die gestillt haben, eher seltener auftritt, und auch der Ästhetik ist das Stillen nicht abträglich. Wenn schon, schadet nicht der Zahn des Kindes, sondern der Zahn der Zeit der Schönheit der Brust.

Zusammenfassend muss trotz allen Motivationen, trotz allen naturwissenschaftlichen Beweisen und trotz allen Bemühungen nicht ausser acht gelassen werden, dass der Zenith der Stilleuphorie etwas überschritten ist. Bemühen wir uns deshalb, realistisch zu bleiben und Erreichtes möglichst zu bewahren im Bewusstsein, dass es wirklich keinen Grund gibt, nicht zu stillen.

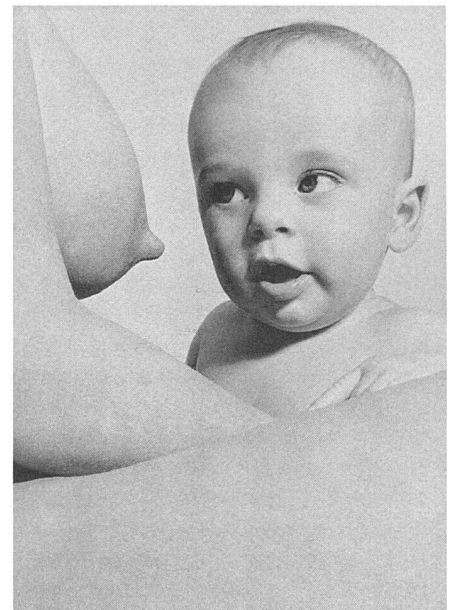


Photo: John Willis