

MOTTO DER WELTSTILLWOCHE 2007

DER ANFANG ZÄHLT - STILLEN VON DER ERSTEN LEBENSSTUNDE AN

So lautet das diesjährige Motto der WABA, Worldalliance for Breastfeeding Action, zur Weltstillwoche.

Stillen von der ersten Lebensstunde an, ist der vierte der zehn Schritte zum erfolgreichen Stillen, die von UNICEF und WHO entwickelt wurden. Alle Stillfreundlichen Krankenhäuser (BFHI-Babyfriendly Hospitals) haben sich diesen Standard gesetzt, um Mutter und Kind die besten Voraussetzungen für einen guten Start in die Stillzeit zu geben.

Sowohl Mutter als auch Kind befinden sich in der Postpartalzeit in einer sensiblen Phase, einer hormonellen Ausnahmesituation, die es beiden ermöglicht, genau das "Richtige" zu tun, damit die kindliche Adaption an die neue Welt möglichst stressfrei geschehen kann, sein Überleben gesichert wird, sowie die Nachblutungen aus dem Uterus gering bleiben.

Studien am Karolinska Universitätskrankenhaus in Stockholm haben gezeigt, dass das Neugeborene mit einem Kompetenzreichtum geboren wird, der es ihm, wie den anderen neugeborenen Säugetieren ermöglicht, selbstständig die Brust seiner Mutter zu finden und Kolostrum zu saugen. Vorausgesetzt, dass die kindlichen Instinkte nicht durch mütterliche subpartale Analgesie beeinträchtigt sind, wird ein normales gesundes Neugeborenes einem inneren Programm folgend, seine Augen öffnen, an seinen Händchen saugen, den Kopf suchend hin und her bewegen, sich krabbelnd auf dem weichen Bauch seiner Mutter vorwärts Richtung Brust bewegen, diese mit seinen Händen greifend massieren, dann die Areola berühren und stimulierend lecken, was hohe Oxytocinausschüttung im mütterlichen System hervorruft, und ca. 50 bis 90 Minuten pp. beginnen an der Areola zu saugen (Matthiessen et al, postpartum maternal oxytocinrelease by newborns:effects of hand massage and sucking. *Birth* 2001).

Dieses fein abgestimmte, dem Kinde innewohnende Programm, entfaltet sich optimal, wenn das neugeborene Kind nach der Geburt ungewaschen, jedoch abgetrocknet ununterbrochen in direktem Hautkontakt mit seiner Mutter liegt.

Der Schutz dieser ungestörten Zweisamkeit in den ersten Stunden postpartal (pp), hat weit reichende, nicht zu unterschätzende gesundheitliche Bedeutung.

- Die frühe Stimulation der Areola bewirkt die Bildung von Prolaktinrezeptoren im Brustdrüsengewebe, damit baldige Milchbildung.
- Saugt das Kind in den ersten Stunden pp, entwickelt es ein korrekteres Saugmuster.
- Studien belegen eine längere Stilldauer bei Säuglingen, die pp an der Brust saugten.

- Die initiale Brustdrüsenanschwellung verläuft weniger schmerzvoll.
- Das Neugeborene erhält das immunglobulinreiche Kolostrum, das es vor der Besiedelung des Darmes mit pathogenen Keimen der Entbindungsstation schützen wird ,
- die schnelle Ausscheidung von Mekonium verursacht,
- und damit das Risiko einer kindlichen Hyperbilirubinämie herabsetzt.
- Der kindliche Blutzuckerspiegel ist stabiler im engen Kontakt zur Mutter.
- Die Temperaturanforderungen des gerade geborenen Kindes werden durch das Liegen auf dem warmen Körper der Mutter gesichert
- Der Hautkontakt und das Saugen an der Brust fördern die Mutter-Kind-Bindung, d.h. die Bereitschaft der Mutter sich den Bedürfnissen und Signalen ihres Kindes zu öffnen und sie geduldig und hingebungsvoll zu erfüllen.(social desirability). Für das Kind bedeutet die Bindungssituation Geborgenheit, Nahrung und Impuls, so dass seine physischen und neurologischen Wachstumsprozesse optimal ablaufen können.
- Das Geburtserlebnis wird von Kind und Mutter leichter verarbeitet.
- Im engen Hautkontakt mit der Mutter geschieht die Vernetzung der kindlichen Sinne unmittelbar, was die sensomotorische Entwicklung des Kindes fördert.

Die Perinatalogie hat in den letzten 25 Jahren in Bezug auf Früherkennung und Behandlung pathologischer Situationen enorme Fortschritte gemacht.

Dabei darf jedoch der Respekt gegenüber dem "natürlichen Programm", das in sich Gesundheit birgt, nicht verloren werden.

Die Geburt ist das große Ereignis, der lang erwartete und oft befürchtete Höhepunkt und Abschluss der Schwangerschaft für die Frau und ihren Partner. Auch für die Hebamme ist der Geburtsvorgang von größter Wichtigkeit, es ist ihr Anliegen, dass das Kind gesund zur Welt kommt und ihre kompetente Begleitung in ewiger elterlicher Erinnerung. Die einfühlsame Gestaltung der postpartalen Situation wirft ein Licht nach vorne in die Zukunft von Mutter und Kind, in der das Kleine sich in geborgener Beziehung gesund entfalten wird.

Als Hebammen fühlen wir uns dem Beginn der Mutter-Kind-Beziehung verpflichtet und schützen die sensible Periode pp, indem wir bei normalgewichtigen, gesunden Neugeborenen die U I auf dem Bauch der Mutter vornehmen und die Gabe von Vitamin K und die ev. Augenprophylaxe auf die Zeit nach dem ersten Stillen legen.

Kreißsaalroutine lässt sich neu entwickeln, die sensible Phase für Mutter und Kind nicht!

Kinder, die durch Kaiserschnitt zur Welt kommen, erhalten sobald ihre Mutter bereit ist, die Möglichkeit im ungestörten Hautkontakt mit ihr zu sein. Sie werden u.U. zarter Unterstützung beim ersten Stillen bedürfen, da beide schon von einander getrennt waren.

Das Selbstvertrauen der Frau in ihre Stillfähigkeit wird am besten gefördert in einer stillfreundlichen Atmosphäre, in der alle Helferinnen und Helfer (Hebammen, ÄrztInnen, Schwestern) gleiche Stillberatungskompetenz besitzen und bereit sind, pädagogisch zu wirken. Je geborgener die frischgebackene Mutter ihre neue Lebenssituation erleben kann, umso leichter wird es ihr fallen, empathisch auf ihr Kind einzugehen. Die Entbindungsstation setzt den Standard, der für viele Eltern auch zuhause später gilt.

Wird Nähe durch täglichen Hautkontakt und 24h Rooming-in ermöglicht, liebevoller und geduldiger Umgang mit dem neugeborenen Kind und seinen Eltern durch das Fachpersonal gepflegt und vermittelt, können die Eltern die ersten schwierigen Wochen leichter bewältigen. Vielleicht wird der Wunsch in ihnen nach dem nächsten Kind bald aufkommen.

Auch eine Frau, die nicht stillen möchte, sollte p.p. sowie in den folgenden Tagen häufig ihr Neugeborenes in direktem Hautkontakt haben, damit beider Beziehung sich gut entfalten kann.

SO GESCHIEHT GESUNDHEITSFÖRDERUNG VON ANFANG AN

Als Quelle für oben stehenden Text wurde folgende Literatur benutzt:

STILLEN - Frühkindliche Ernährung und reproduktive Gesundheit von *V. Scherbaum, F. Perl, U. Kretschmer (Hrsg), Deutscher Ärzteverlag*

BDH –EMPFEHLUNGEN ZUM STILLEN

KLINISCHE LEITLINIEN ZUR ERABLIERUNG DES AUSSCHLIESSLICHEN STILLENS, *ILCA VELB STILLBERATUNG Mutter und Kind professionell unterstützen Marie Biancuzzo, Urban&Fischer*

STILLEN UND MUTTERMILCHERNÄHRUNG *Gesundheitsförderung konkret, BzgA*

HARMONSKA CIRKLAR STÖDJER MAMMANS AMNING *KRISTIN SVENSSON KAROLINSKA*