

Schreiben Sie uns Ihre Erfahrungen, auch wenn die Stillzeit schon länger zurückliegt.

Waren Sie selbst einmal in einer Situation, wo Sie das Stillen (über)lebenswichtig empfunden haben?

Haben Sie bei Freunden/Bekanntem miterlebt, wie wertvoll das Stillen in einer Notsituation sein kann?

Kennen Sie aus Erzählungen der älteren Generation, welche Bedeutung das Stillen in den schwierigen Kriegs- und Nachkriegsjahren hatte?

Bitte verwenden Sie ein extra Blatt, wenn Sie ausführlicher berichten möchten. Aus allen Einsendungen verlosen wir 5 Bücher „Stillen“, G+U Verlag. Wir freuen uns auf Ihren Bericht. Auch (Still)fotos sind sehr erwünscht. Vielen Dank für Ihre Mühe. Ich bin einverstanden, dass mein Bericht, auch auszugsweise in den VSLÖ Publikationen veröffentlicht wird.

Name _____

Adresse _____

Name des Kindes _____

eMail _____

Wissenswert

Wir alle setzen uns dafür ein, dass Frauen die beste Unterstützung die gesamte Stillzeit hindurch erhalten: Umsetzung der WHO/UNICEF Initiative „Stillfreundliches Krankenhaus“ in allen Geburtenabteilungen, Einrichtung von Stillambulanzen, Qualifizierung zur IBCLC (International Board Certified Lactation Consultant) für Fachpersonen und Stillförderung durch das Gesundheitsministerium.

www.hebammen.at Nach der Krankenhauserlassung hat eine Mutter Anspruch auf Hebammenbetreuung zu Hause. Die Krankenkassen übernehmen 80–100 Prozent der Kosten. Eine Hebamme in Ihrer Nähe und weitere Informationen finden Sie auf der Homepage.

www.stillen.at Auf der Website des VSLÖ finden Sie Namen und Adressen der zertifizierten StillberaterInnen IBCLC, eine Liste der von WHO/UNICEF ausgezeichneten „Stillfreundlichen Krankenhäuser“ und viele weitere interessante Links.

Eine **Still- und Laktationsberaterin IBCLC** (International Board Certified lactation Consultant) hat eine umfassende Weiterbildung auf dem Gebiet des Stillens und der Laktation, die mit einem internationalen Examen abschließt. Sie arbeitet im Rahmen ihres Berufes als Ärztin, Hebamme oder Krankenschwester im Spital oder in freier Praxis.

WEITERE ADRESSEN FÜR STILLBERATUNG

www.lalecheliga.at La Leche Liga Österreich, Selbsthilfeorganisation stillender Mütter

www.mamisbest.at Stillberatung im Internet

„Stillen, ein guter Beginn“ Gratisbroschüre des Gesundheitsministeriums, Tel 01 71100-4700

AUS- UND FORTBILDUNG FÜR GESUNDHEITSPERSONAL

www.velb.org Verband Europäischer Laktationsberaterinnen, Europäisches Institut für Stillen und Laktation

www.stillen.at VSLÖ – Verband der Still- und LaktationsberaterInnen Österreichs, IBCLC

INTERNATIONALE ORGANISATIONEN

www.enonline.net/ife IFE Core Group – Infant Feeding in Emergencies

www.waba.org.my World Alliance for Breastfeeding Action

www.ilca.org International Lactation Consultant Association

www.babynahrung.org Aktionsgruppe Babynahrung

www.bfmed.org The Academy of Breastfeeding Medicine

www.who.org World Health Organisation

www.unicef.org UNICEF

VSLÖ – Verband der Still- und LaktationsberaterInnen Österreichs, IBCLC

2362 Biedermannsdorf, Lindenstraße 20, Tel+Fax 02236 72336, e-mail: info@stillen.at

Koordination der Weltstillwoche: Andrea Hemmelmayr, IBCLC, Tel 0699 11463100

ÖHG – Österreichisches Hebammengremium

1060 Wien, Postfach 438, Tel 01 597 14 04, Fax 01 597 14 04, e-Mail: oehg@hebammen.at

Koordination der Weltstillwoche: Moenie van der Kleyn, IBCLC, Tel 0664 2302474

Netzwerk Stillen Niederösterreich

NÖ Landesakademie, Haus St. Pölten, Neue Herrngasse 17A, 3109 St. Pölten

Tel: +43 2742 294-0, Fax +43 2742 294-17400 www.noelak.at

Weltstillwoche 2009

Weltstillwoche | 1. – 7. Oktober 2009



© Karl Grabherr

Stillen ist (über)lebenswichtig!

Stillende Mütter brauchen Unterstützung



Netzwerk Stillen Niederösterreich – ein Projekt an der NÖ Landesakademie



Weltstillwoche 1. – 7. Oktober 2009 Stillen ist (über)lebenswichtig!

STILLEN IST (ÜBER)LEBENSWICHTIG!

In Katastrophenfällen und Notsituationen zeigt sich ganz besonders wie (über)lebenswichtig das Stillen für ein kleines Kind sein kann.

Naturkatastrophen machen keinen Unterschied zwischen arm und reich, Länder der ersten oder der dritten Welt – es gibt keine Möglichkeit, sich vor den Auswirkungen solch schlimmer Ereignisse zu schützen. Insbesondere Mütter und kleine Kinder sind betroffen, wenn z. B. der Strom ausfällt, kein sauberes Wasser zur Verfügung steht oder wenn die Versorgung abbricht.

NOTFÄLLE UND KATASTROPHEN – JEDE/R KANN BETROFFEN SEIN

Notfälle sind Situationen, in denen dringend Hilfe benötigt wird, Katastrophen sind Naturereignisse mit verheerenden Folgen, ein Ausnahmezustand mit großen Gefahren für Gesundheit und Leben: Überschwemmungen, Lawinen- und Murenabgänge, Erdbeben, Menschen, die evakuiert werden oder flüchten müssen ... Wenn die Versorgung mit Lebensnotwendigem fehlt, sind es zuerst die Säuglinge und kleinen Kinder deren Leben von Hunger und Krankheit bedroht ist, vor allem dann, wenn sie nicht gestillt werden.

Großzügige Hilfslieferungen von Milchpulver und Flaschen, gut gemeint und manchmal auch gebraucht, bergen die große Gefahr, dass Mütter das Stillen zu früh beenden. Wenn sauberes Wasser und eine Kochstelle für die Zubereitung von Flaschennahrung nicht immer verfügbar ist, erkranken die Kinder an Durchfall. Auch Nachschublieferungen können unterbrochen werden. Besonders in Situationen wo Medikamente und medizinische Hilfe nicht sofort verfügbar sind, bietet das Stillen einen guten Schutz vor vielen Krankheiten. Vielfach verbreitet sind falsche Vorstellungen, dass durch extreme Belastung und Sorge die Milch bei Müttern „plötzlich weg“ ist oder dass unterernährte Frauen nicht stillen können.

Internationale Organisationen wie IFE bemühen sich, Spender darauf aufmerksam zu machen, dass es hilfreicher ist, stillende Mütter mit Nahrung zu versorgen, statt Milchpulver für die Kinder zu verteilen.

Einsatzkräfte von Hilfsorganisationen brauchen ein solides Basiswissen über das Stillen und müssen sich der Risiken von künstlicher Flaschennahrung bewusst sein.

Weltstillwoche 1. – 7. Oktober 2009 Stillen ist (über)lebenswichtig!

In besonderen Situationen kann es auch sinnvoll sein, Mütter die bereits abgestillt haben, anzuleiten, wie sie ihre Milchproduktion wieder aufbauen können – man spricht dann von einer „Relaktation“.

WAS KÖNNEN WIR TUN?

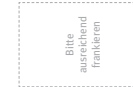
Stillen sichert Nahrung, Gesundheit und Fürsorge für ein Baby. Je besser Frauen „unter normalen Umständen“ mit dem Stillen gut zurecht kommen, desto größer ist ihr Vertrauen und die Sicherheit, dass sie auch in schwierigen Situationen weiterstillen können. Bestmögliche Unterstützung zum Stillen sollte allen Frauen zugänglich sein. Nicht immer sind es erst die großen Katastrophen, die den Wert der Muttermilch, immer und überall verfügbar zu sein, bewusst machen - auch alltägliche Notsituationen, wie ein Stau auf der Autobahn, eine Zugverspätung, ein Stromausfall, ein unerwarteter Schneesturm, unpassierbare Straßen,

WELTSTILLWOCHE Jedes Jahr legt die World Alliance for Breastfeeding Action (WABA) das Motto für die Weltstillwoche fest, die weltweit in 120 Ländern begangen wird, für 2009 wurde das Thema gewählt: „Breastfeeding – A Vital Emergency Response – Are You Ready?“

Bei Katastrophenfällen und in Notsituationen schützt das Stillen Säuglinge und sichert auch ihr Überleben, ganz gleich wie und wo sie leben. Es ist wichtig, dass Notfallhelfer wissen, wie sie stillende Frauen unterstützen auch in Krisensituationen das Stillen weiterzuführen. Die wohlmeinende Spende von Milchpulver und Flaschen schadet oft mehr, als sie nützt. Sinnvoller ist es, stillende Frauen mit Nahrung und Flüssigkeit zu versorgen, statt Milchpulver für die Säuglinge zu verteilen.

ZUM WEITERLESEN

„Stillen“, M. Guoth-Gumberger, 2008 G+U Verlag
„Schützt die Gesundheit unserer Kinder“, 10. Auflage, AGB
Stillbücher und Fachliteratur: www.stillbuch.at



Einsenden bis spätestens 15. November 2009
[eMail a.hemmelmayr@gmx.at](mailto:a.hemmelmayr@gmx.at)

Weltstillwoche 2009

Andrea Hemmelmayr, IBCLC

Wigrettsberg 15
4175 Herzogsdorf

