



© Shutterstock

## *Wunderwerk der Natur: Muttermilch*

Mit mehr als 200 verschiedenen Bestandteilen ist Muttermilch ein wahres Wunderwerk der Natur. Ein einziger Tropfen enthält rund 4.000 lebende Zellen. Muttermilch bietet allerdings nicht nur für das Kind, sondern auch für die Mutter einen einzigartigen Schutz vor Infektionen, Allergien und Krankheiten. So belegen Studien, dass Frauen, die ihre Kinder gestillt haben, ein geringeres Risiko haben, an Diabetes, Brustkrebs und sogar Eierstockkrebs zu erkranken. Stillen ist natürlich und doch nicht immer einfach. „Immer wieder werden Frauen wegen des Stillens in der Öffentlichkeit oder der Dauer der Stillzeit kritisiert“, sagt Anita Schoberlechner, Präsidentin des Verbands der Still- und Laktationsberaterinnen Österreichs ([www.stillen.at](http://www.stillen.at)). Dass es sich dabei um die natürlichste Sache der Welt handelt, soll besonders während der Weltstillwoche, die von 1. bis 7. Oktober stattfindet, wieder verstärkt in den Fokus gerückt werden.