VSLÖ news
Verband der Still- und Laktationsberaterinnen Österreichs IBCLC
17. Jg., März.2013
www.stillen.at

Wie Baby- und Mütterfreundlich ist unsere Gesellschaft?

Schutz, Förderung und Unterstützung des Stillens sind in ganz Europa ein gesundheitspolitisches Thema ersten Ranges. Niedrige Stillraten und frühzeitiges Abstillen haben wesentliche negative gesundheitliche und soziale Folgen für Frauen, Kinder, Gesellschaft und Umwelt. Sie führen zu Mehrkosten im nationalen Gesundheitswesen und verstärken das Ungleichgewicht hinsichtlich der Gesundheit.

„Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: dort wo sie spielen, lernen, arbeiten und lieben. Gesundheit entsteht dadurch, dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben sowie dadurch, dass die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die allen ihren Bürgern Gesundheit ermöglichen.“ (WHO, Ottawa 1986)

Ein gutes Modell für Gesundheitsförderung und natürlich für Stillförderung bietet die Ottawa Charta. Darin wird zum aktiven Handeln mit dem Ziel „Gesundheit für alle“ aufgerufen:

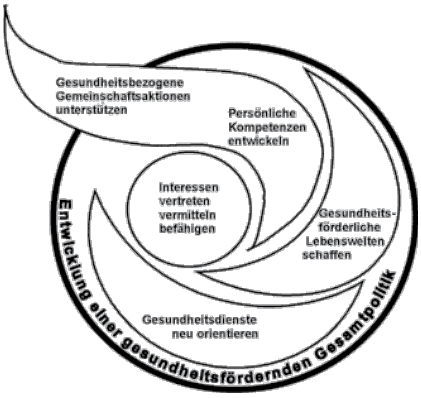
Mütter befähigen, für sich und ihr Kind das größtmögliche Gesundheitspotential zu verwirklichen.

Interessen vertreten – Politische, ökonomische, soziale sowie Umwelt- und Verhaltensfaktoren können einen positiven oder negativen Einfluss auf die Gesundheit haben. Schutz, Förderung und Unterstützung des Stillens finden ihren Niederschlag im Mutterschutzgesetz, in Werbemaßnahmen für das Stillen (z.B. stillfreundliche Piktogramme) und in Einschränkung aggressiver Werbung für Muttermilchersatzprodukte (vollinhaltliche Umsetzung des Internationaler Kodex zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten).

Gesundheitspersonal, das mit Schwangeren und Müttern arbeitet soll die Interessen dieser wahren und entsprechend geschult sein. IBCLCs sind DIE anerkannten, professionellen Fachkräfte im Bereich des Stillens. IBCLCs sollten in alle Aspekte des Stillens und der Laktation (Strategieplanung, Richtlinien, Gesetzgebung, Ausbildung, Beratungszentren, etc.) auf nationaler und lokaler Ebene eingebunden werden. Alle Eltern sollten die Leistung einer IBCLC in Anspruch nehmen können, wenn sie dies wünschen.

Der VSLÖ und seine Mitglieder setzen sich für die Interessen der Babys und ihrer Familien ein.

Vermitteln und vernetzen – Gesundheitsförderung, Stillförderung und Stillunterstützung verlangt ein koordiniertes Zusammenwirken der Institutionen, welche Mütter betreuen (GynäkologIn Krankenhaus, KinderärztIn, Hebamme, Mutterberatung, Stillgruppe, Laktationsberaterin, Bandagist, Apotheke…). Wesentlich ist wissenschaftlich fundierte und einheitliche Beratung. Schriftliche Richtlinien und regelmäßige Fortbildung gewährleisten dies.



VSLÖ - Informationen

- VSLÖ - der Verband der geprüften Still- und LaktationsberaterInnen Österreichs IBCLC
- Wir bieten Aus- und Fortbildung, Fachwissen und fundierte Beratung zum Thema Stillen
- Wir setzen uns für die Anerkennung und Honorierung von Stillberatung im Gesundheitswesen ein

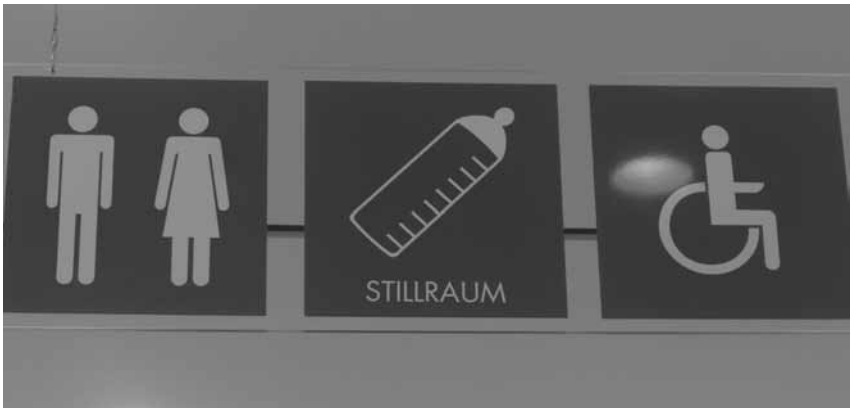
Kontakt: VSLÖ, Lindenstr. 20, 2362 Biedermannsdorf, Tel. & Fax: 02236/72336;
E-mail: info@stillen.at

Liebe LeserInnen!

In dieser Ausgabe steht einmal mehr die Praxis der Stillförderung im Vordergrund. Wir beleuchten verschiedene Projekte und Vorhaben die aufzeigen, dass diese noch deutlich intensiver und strukturierter aussehen könnte.
Leider ist gut geplante und kreativ umgesetzte Stillförderung nach wie vor dem Engagement einzelner zu verdanken. Diesen gilt insofern besonderer Dank, als sie nicht immer einen leichten Stand haben, ja teilweise als „Fanatikerinnen“ abgekanzelt werden. Der Satz „Papier ist geduldig“ gilt in sehr bitterer Weise für die Stillförderung: Es gibt zahlose Studien, einen umfassenden EU-Plan zur Umsetzung und auch in Österreich einiges an Konzepten und Vorhabensbekundungen. Ein wirklich sturkturiertes Vorgehen zur Stillförderung etwa auch durch nationale Kampagnen, wie sie durchaus in anderen Ländern zu finden sind, fehlt nach wie vor.
Der VSLÖ wird sich weiter dafür einsetzen, dass aus Worten auch Taten werden, bleibt in regelmäßigem Kontakt mit den wichtigen MultiplikatorInnen im Land, so auch mit dem Gesundheitsministerium. Für diese aufwendige Arbeit freuen wir uns über jede Form der Unterstützung, sei es durch ehrenamtliche Mitarbeit oder in Form einer Mitgliedschaft beim VSLÖ. Ebenso sind wir immer auf der Suche nach Unternehmen, die die Arbeit aus ihrer Verantwortung für das Gemeinwohl heraus z. B. mit Inseraten oder Sponsoring für Kongresse unterstützen. Lesen Sie dazu bitte auch den Beitrag auf der vorletzten Seite dieser Ausgabe! besonders einladen möchte ich noch zur VSLÖ-Fortbildung in Innsbruck am 23. 5., wo wieder ein umfassendes, ansprechendes Programm wartet.
Ein informatives Lesevergnügen wünscht

Eva Bogensperger

Eva Bogensperger, VSLÖ-Präsidentin



Stillen ist in der Öffentlichkeit scheinbar oft tabu... *Fotos: A. Hemmelmayr*

Befähigen und ermöglichen – Mütter sollen befähigt werden, für sich selbst und ihr Kind das größtmögliche Gesundheitspotential zu verwirklichen. Dies benötigt entsprechende werbungsunabhängige Information der gesamten Bevölkerung, sodass das Bild des gestillten Kindes wieder zur Norm wird. Korrekte Information auch über Muttermilch und Stillen ist bereits in der Schule nötig, spätestens jedoch in der Schwangerschaft und frühen Elternschaft unerlässlich.

Gesundheitsförderliche Lebenswelten schaffen - Die natürlichen Gesundheitsressourcen für das Neugeborene und seine Mutter sind Muttermilch, Stillen und Körperkontakt. Gesundheitssystem und Gesellschaft sollten alles tun, um einladende, stillfreundliche Umgebungen zu schaffen. (Enttabuisierung des Stillens in der Öffentlichkeit, Pictogramme neutral bzw. stillfreundlich gestalten, öffentliche Stillräume, Zeitungsartikel welche korrekte Informationen geben,…)

Gesundheitsbezogene Gemeinschaftsaktionen unterstützen - Stillgruppen bieten niederschwellig Selbsthilfe und soziale Unterstützung. Die Weltstillwoche nimmt sich jährlich einem anderen Thema rund um das Stillen an.

Persönliche Kompetenz erhöhen - Werbungsunabhängige und wertschätzende Information und Unterstützung ermöglicht Eltern, informierte Entscheidungen zu treffen. Dieser Lernprozess muss bereits in der Gesellschaft und der Schule beginnen.

Gesundheitsdienste neuorientieren - Die „Baby-friendly Hospital Initiative“ (BFHI) ist eine weltweite Kampagne von WHO und UNICEF. Die bekannten „10 Schritte“ wurden bereits 1989 veröffentlicht und ermöglichen den meisten Mutter-Kind-Paaren einen erfolgreichen Stillbeginn. Mehr als 20.000 Krankenhäuser in 156 Staaten beteiligen sich an diesem erfolgreichen Programm.

Aber was passiert davor oder danach außerhalb des Krankenhauses? Welche Unterstützung erfahren Mütter durch andere Gesundheitseinrichtungen und durch die Gesellschaft?

Babyfreundliche Region – Babyfreundliche Angebote:

Babyfreundliche Regionen wurden zum Beispiel in Italien, Kanada und Großbritannien bereits von der WHO ausgezeichnet. Mit dem 7 Punkte Modell der WHO wird das Stillen in der Region geschützt, unterstützt und gefördert. Es muss aber nicht abgewartet werden dass eine ganze Region Babyfreundlich wird, in Neuseeland werden zum Beispiel nicht nur Krankenhäuser sondern auch einzelne Beratungsstellen und Dienstleister mit einem BFI (Baby Friendly Initiative) Zertifikat ausgezeichnet.

Eine wunderbare Vision ist es, dass in einer ganzen Region sowohl innerhalb des Gesundheitssystems als auch in der breiten Öffentlichkeit Stillen als die normale Form der Babyernährung wahrgenommen wird.

In Österreich geben mehr als 90% der schwangeren Frauen an, dass sie ihr Kind stillen möchten. Jedoch mit 3 Monaten sind bereits 22% der Kinder abgestillt – nur 4% der abgestillten Frauen gaben an, ihr Stillziel erreicht zu haben. Mit 6 Monaten sind bereits 48 % der Kinder abgestillt – wobei wiederum nur 13% der Frauen meinten ihr Stillziel erreicht zu haben.

Bekämen alle Frauen zeitgerechte, optimale und professionelle Unterstützung, bekämen sie korrekte

und einheitliche Ratschläge, würden kommerzielle Einflüsse ausgeschaltet, könnte hier wohl viel Schmerz, Leid und Frust verhindert werden. So manche Frau käme ihrem eigentlichen Stillziel näher. Stilldauer und Stillfrequenz würden sich vermutlich automatisch erhöhen und in vielen Fällen würden Frauen das Stillen und somit auch das Leben mit ihrem Baby positiver erleben können. Letztlich behält die Mutter damit selbst die Kontrolle über ihre eigenen Lebensumstände sowie die Ernährung und Gesundheit ihres Babys: Sie kann gemeinsam mit ihrem Kind über den gewünschten Zeitpunkt des Abstillens entscheiden.

Jene Mütter die sich gegen das Stillen entscheiden, oder deren Stillziel bereits sehr frühzeitig erreicht wird, brauchen besondere Aufmerksamkeit und Unterstützung, da es nachgewiesener Maßen statistisch unterschiedliche gesundheitliche Outcomes zwischen gestillten und nicht gestillten Kindern und stillenden und nicht stillenden Frauen gibt.

Quellen:
EU Projekt – Schutz, Förderung und Unterstützung des Stillens in Europa: Ein Aktionsplan
Ottawa-Charta zur Gesundheitsförderung
Seven Point Plan – evidence –based best practice standards developed by UNICEF-UK to enable improved practice in community health care in order to promote, protect an support breastfeeding.

Gudrun Füreder & Andrea Hemmelmayr (inkl. Fotos)

WHO „Sieben-Punkte-Plan“

Der „Sieben-Punkte-Plan“ für den Schutz, die Förderung und die Unterstützung des Stillens bietet Praxisstandards für alle Gesundheits- und Beratungseinrichtungen, die von Müttern und Kindern genutzt werden. Dieser Plan baut auf die „10 Schritte“ auf.

- Es sollte eine Stillrichtlinie geben, deren Umsetzung regelmäßig gemeinsam evaluiert wird.
- Gesundheitspersonal, das Müttern und Babys betreut, sollte Basisschulungen zum Stillen haben.
- Eltern sollen über Bedeutung und Grundlagen des Stillens informiert werden
- Mütter brauchen Unterstützung beim Stillbeginn und in der weiteren Stillbeziehung
- Ziel ist ausschließliches Stillen bzw. weiterführendes Stillen nach der Einführung von Beikost.
- Familien mit gestillten Kindern sollen eine einladende und stillfreundliche Umgebung vorfinden.
- Vernetzung mit extramuralen Stillberatungsangeboten wird ebenso kontinuierlich umgesetzt.

Stillberatung für Mütter aller Schichten

Interview mit Angela Maria Cevallos Freire-Selgrad, IBCLC über das Angebot von Stillberatung des Magistrats Linz

VSLÖ: Welche Form von Stillberatung bietet das Magistrat Linz?

Angela: Die Stillberatung des Magistrates Linz, Gesundheitsamt/ Jugendgesundheitsdienst, wird von zwei IBCLCs abgedeckt. Das Angebot ist für die Mütter kostenlos und besteht aus einer Stillhotline (wochentags eine Stunde), Mutterberatungsstellen, Stillgruppen und kostenlosen Hausbesuchen.

Das Team bilden Elisabeth Auzinger, IBCLC und DKKS, sie ist Vollzeit beschäftigt und ich. Ich bin DGKS, IBCLC, Basic Bonding Mentorin. Außerdem schließe ich gerade die Ausbildungen in Fachberatung Emotionelle Erste Hilfe und Cranio Sacral Balancing ab. Ich bin mit 25 Wochenstunden beim Magistrat angestellt.

Wie stark und von wem werden die Mutterberatungsstellen genutzt?

Es kommen zwischen 20 und 40 Babys pro Termin. Es gibt in ganz Linz insgesamt 14 Mutterberatungsstellen, die von unseren ÄrztInnen und Sozialarbeiterinnen bzw. DKKS betreut werden.

Das Angebot ist für alle sozialen Schichten offen und wird von der Akademikerin bis zur Schuhverkäuferin genutzt. Es kommen auch viele Migrantinnen zu uns.

2004 hat das gesamte Team des Jugendgesundheitsdienstes eine Grundlagenschulung zum Stillen mit dem VLSÖ gemacht. Nun gibt es einmal im Monat für das Mutterberatungsteam ein internes Brush-up mit E. Auzinger auch zu Stillthemen.

Wie werden Stillgruppen angenommen?

Ich habe als LLL-Beraterin meine Tätigkeit begonnen und leite alle Stillgruppen als offene Runden. Jede Gruppe ist anders und erfordert viel Flexibilität. Pro Termin nehmen 2 - 15 Mütter teil, jährlich 500 - 600 Frauen. Sie gehören überwiegend der Mittel- und Oberschicht an.

Übungs“brüste“ für Brustmassage. *Foto: A. Hemmelmayr*

Wie häufig und von wem werden die Hausbesuche genutzt? Wie erfahren die Eltern von den kostenlosen Hausbesuchen?

An der Hotline und bei Hausbesuchen habe ich Kontakt zu Eltern aller sozialen Schichten. Vor allem in der Neugeborenenphase, nach Entlassung mit Stillhütchen, Anlegeschwierigkeiten oder geringer Gewichtszunahme. Meist sind 2 - 3 Hausbesuche hilfreich. Die Zeit kann ich selber einteilen, beim Erstbesuch bin ich meist 1 - 2 Stunden da.

Alle Linzer Eltern bekommen die Information über unser Angebot in der Geburtsklinik, sowie eine schriftliche Einladung per Post.

Später komme ich in Familien, wenn Babys viel weinen, die Brust verweigern, oder die Mutter z.B. eine Mastitis hat und fiebert.

Haben sich die Fragen der Eltern in den letzten Jahren geändert?

Ja. Die Themenbereiche, die bei mir landen, werden immer spezifischer, kniffliger und zeitintensiver.

Das führe ich auf die Stillförderung in den Kliniken zurück. Es beginnen mehr Frauen zu stillen und lassen sich bei Schwierigkeiten daheim weiterbetreuen. Geburtskliniken und Mutterberatungsstellen sind gut vernetzt.

Wie stillfreundlich bzw. baby- und mutterfreundlich sind aus deiner Sicht die derzeitigen Mutterschutzregelungen?

Viele Mütter entscheiden sich für die kürzeste Karenzgeldvariante, da sie aus finanzieller Sicht am Ansprechendsten ist. Die Entscheidung muss kurz nach der Geburt gefällt werden und ist unumstößlich, dabei ist es ganz unmöglich zu diesem Zeitpunkt einzuschätzen, wie die Situation in einem Jahr ist.

Das bringt viele Mütter in Stress, wenn das Kind ca. neun Monate alt ist und der Plan, mit einem Jahr abzustillen, nicht so umsetzbar ist, wie sich die Eltern das gedacht haben. Viele Mütter würden dann gerne ihre Entscheidung rückgängig machen.

Interview:
Gudrun Füreder

BFHI Silberstandard

„Baby-friendly Hospital Gold - zertifiziert nach internationalem Standard“ Dies entspricht den aktuellen internationalen WHO- und UNICEF-Kriterien.

Auch weiterhin ist dies der wünschenswerte Standard einer sehr guten Betreuung von Mutter und Kind im Wochenbett. Alle zehn Schritte der WHO zur Stillförderung werden in ihrer Gesamtheit umgesetzt, da sie sich gegenseitig ergänzen. Alle MitarbeiterInnen, die mit Müttern und Kindern zu tun haben sind gut geschult, es liegen schriftliche Stillrichtlinien vor, nach denen einheitlich gearbeitet wird. Mütter/Eltern werden bereits in der Schwangerschaft gut aufgeklärt, sie haben dadurch die Möglichkeit, eine informierte Entscheidung über die Ernährung ihres Babys zu treffen.

Mütter haben unmittelbar ab der Geburt ununterbrochenen Hautkontakt mit ihrem Baby, möglichst bis zum ersten Stillen. Es wird ihnen rasch das korrekte Anlegen gezeigt, die Babys werden nur bei medizinischer Indikation zugefüttert. Wenn dies nötig ist, so geschieht dies an der Brust oder mit Becher oder Löffel. Frauen, die nicht stillen, wird die richtige Zubereitung von Flaschennahrung gezeigt. Mütter und Babys bleiben Tag und Nacht zusammen und sie werden zum Stillen nach Bedarf angeleitet. Die Mütter werden über die möglichen Nachteile des Schnullers informiert. Vor der Entlassung aus dem Krankenhaus bekommen die Mütter Informationen über nahegelegene Stillgruppen und ähnliche Angebote. Im Baby-friendly Hospital werden auch die Kriterien der Mütterfreundlichkeit und der internationale Kodex zur Vermarktung von Muttermilchersatzprodukten eingehalten. So ist es möglich, dass 80% der Babys ab der Geburt ausschließlich gestillt werden, das heißt, dass sie nie etwas anderes als Muttermilch bekommen.

Nachdem diese Initiative unter der Schutzherrschaft der Gesundheitsfördernden Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen ONGKG ihren Platz gefunden hat, ist ein Neuaufbruch in Österreich zu verspüren. Es gibt einige Krankenhäuser, die vor Jahren das Zertifikat bekommen haben, nachdem aber über mehrere Jahre keine Rezertifizierung gemacht worden ist, nicht mehr auf dem aktuellen Stand waren und die notwendigen Zahlen von 80% ausschließlich gestillten Kindern nicht mehr erreichen konnten. Dies ist sicherlich nur möglich, wenn alle im Team laufend ihr Wissen aktualisieren und ihre Arbeitsweise überdenken. Viele davon sind nun wieder dabei, ihr Team zu schulen, die Stillstandards zu überarbeiten und mit neuer Motivation an der Erfüllung dieser hohen Anforderung zu arbeiten.

Einige Krankenhäuser haben erkannt, dass es für Mütter und Kinder und alle anderen Beteiligten rund um die Geburt am besten ist, nach den BFHI-Kriterien

„Three Babies“ - PR-Sujet des BFHI in British Columbia (Kanada) - www.bcbabyfriendly.ca

zu arbeiten und versuchen nun, diesen Weg einzuschlagen.

Ein österreichischer Kompromiss

Für manche Häuser scheinen diese internationalen Vorgaben durch verschiedene Umstände nur schwer umsetzbar zu sein, daher hat der BFHI Beirat der ONGKG eine nationale Vorstufe zum Internationalen Zertifikat entwickelt. Dieses soll den Einstieg in die Thematik erleichtern und den Zeitraum bis zur Erreichung des Internationalen Zertifikats überbrücken:

„BFHI Silber – Vorstufe zum internationalen Zertifikat“

Um diese Silber – Vorstufe zu erreichen ist die Schulung des gesamten Teams ebenso nötig, eine Stillstatistik wird laufend geführt, um Entwicklungen sichtbar machen zu können. Auch der WHO-Kodex wird eingehalten. Bei den 10 Schritten ist der erste Schritt erfüllt - es liegen Stillrichtlinien vor, ebenso wie der zehnte Schritt – der Hinweis auf die Stillgruppen. Die anderen Schritte und die Mütterfreundlichkeit sind zu mindestens 60% erfüllt, es liegen jedoch Pläne vor, wie die internationale Vorgabe von mindestens 80% erreicht werden kann.

Diese Vorstufe wird für vier Jahre vergeben und kann maximal einmal für weitere vier Jahre verliehen werden. Es wird davon ausgegangen, dass auch in diesen Häusern laufend Maßnahmen zur Stillförderung gesetzt werden, z.B. regelmäßige Schulungen für alle Mitarbeiterinnen, regelmäßige Informationsangebote für Vor- und Nachbetreuende, eine Elternschule. Öffentlichkeitsarbeit zur Stillförderung wird erwartet und die Mütter bekommen im Idealfall das Angebot einer Stillambulanz. Für die Zertifizierung müssen mindestens drei solche Maßnahmen vorgewiesen werden.

Eine klare Kommunikation mit den Müttern / Eltern ist nötig, darum sollen die Krankenhäuser in Zukunft auch zum Einhalten eines Kommunikationskonzeptes verpflichtet werden. Es muss der Status klar kommuniziert werden, dass es nur eine Vorstufe der internationalen BFHI ist.

Bereits 1990 wurde von WHO und UNICEF in der „Innocenti Deklaration“ festgeschrieben, dass bis 1995 alle Entbindungsstationen die „10 Schritte zum erfolgreichen Stillen“ erfüllen sollen. Die zehn Schritte sind Mindestanforderungen für die Betreuung von gesunden reifen Neugeborenen und ihre Wirksamkeit ist durch viele Studien belegt. Deshalb bleibt zu hoffen, dass die Baby-friendly Hospital Silber – Vorstufe für möglichst viele Entbindungseinrichtungen ein Einstieg zum Baby-friendly Hospital wird mit dem Ziel den „Gold Standard“ BFHI zu erreichen.

Isolde Seiringer

MigrantInnen im Krankenhaus

Schwangerschaft, Geburt und das Leben mit einem Neugeborenen ist eine der bedeutendsten Veränderungen im Leben! Jede junge Familie braucht individuelle Begleitung. Eine besondere Herausforderung für Pflegende ist die Betreuung von MigrantInnen. Wissen und Traditionen aus anderen Kulturkreisen können auch im Pflegebereich sehr bereichernd sein.

Laut Statistik Austria leben über 895.000 ausländische Staatsangehörige in Österreich (10,7 % der Bevölkerung). 1,5 Millionen, also etwa 18 % der Bevölkerung haben einen Migrationshintergrund.

Die Art und Weise wie Frauen gebären und stillen wird durch Erziehung und Sozialsituation beeinflusst. Migrantinnen haben häufig völlig andere Vorstellungen, wie Schwangerschaft und Geburt aussehen sollte, vieles ist in der Fremde schwieriger und die Sicherheit fehlt. Begleitet von der Angst und der Sprachbarriere. Jedoch gibt es in jeder Gesellschaft eine kulturelle Tradition rund um die Geburt.

Kunst aus Bangladesh. Quelle: https://picasaweb.google.com/global.breastfeeding

Berührung nicht selbstverständlich

Der weibliche Körper hat oftmals einen hohen Symbolgehalt. Nicht jede Berührung wird als selbstverständlich akzeptiert und schon die Bitte zum Ausziehen eines Kleidungsstückes kann ein Problem darstellen. Es gibt auch vielfältige Herangehens- und Sichtweisen zur Ernährung oder der Art der Körperhygiene.

Für viele Migrantinnen ist es unvorstellbar mit einem ungewaschen Neugeborenen zu bonden. Die Lochien gelten oftmals als unrein und in manchen Kulturen gibt es eigene Flüssigkeiten für Säuglinge und das Kolostrum wird verworfen.

Als Beratende und Begleitende sind gerade Still- und Laktationsberaterinnen gefordert diese Rituale zu erkennen und zu respektieren um den jungen Familien einen optimalen Start zu ermöglichen.

Eine sehr hilfreiche und wichtige Maßnahme sind schriftliche Informationen in verschiedenen Sprachen. In unserem Landesklinikum gibt es auch eine Liste von MitarbeiterInnen die verschiedene Sprachen beherrschen

und in den verschiedensten Situationen dolmetschen können.

Für pflegerisches und medizinisches Personal gibt es auch Wörterbücher mit grundlegenden Begriffen. Oftmals wird nur mit einem vertrauten Wort vieles einfacher. 93 % der Kommunikation findet nonverbal statt - dabei gelangt man auch viel rascher auf die Herzensebene.

Informationen zum Stillen und zur Beikosteinführung sind im Zeitalter des Internets leicht zu bekommen – jedoch nicht immer richtig. Für Fachkräfte, die um Rat gefragt werden, sind Stillinformationen in verschiedenen Sprachen eine enorme Bereicherung.

Auf der Seite der WHO/UNICEF-Initiative „Babyfreundliches Krankenhaus“ finden sich neben deutschen Elterninformationen auch einige Blätter in türkischer Sprache. Die britische Web-Präsenz der Organisation hält ihre Informationsblätter auch in einer Vielzahl an Sprachen bereit

z.B. Bengalisch, Urdu und Somalisch, Spanisch, Polnisch, Japanisch, Chinesisch, Portugiesisch.

Das Österreichische Bundesministerium für Gesundheit bietet ihre Broschüre „Stillen ein guter Beginn“ auf Deutsch, Türkisch und Kroatisch-Bosnisch-Serbisch auch zum Download an. Ein weiteres Angebot ist die Beikost-Broschüre „Richtig essen von Anfang an – Babys erstes Löffelchen“ die zweisprachig in Deutsch/Türkisch und Deutsch/Kroatisch-Bosnisch-Serbisch erhältlich ist.

Die Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens bietet die Broschüre „Stillen – ein gesunder Start ins Leben“ zum Download und in gedruckter Form in den Sprachen Englisch, Französisch, Italienisch, Albanisch, Spanisch, Portugiesisch, Serbokroatisch, Tamil und Türkisch an. In gedruckter Form ist auch die Frühgeborenen-Broschüre „Geborgenheit, Liebe und Muttermilch“ in Italienisch und Französisch verfügbar.

Das Deutsche Bundesministerium für Risikobewertung, zu dem die deutsche Nationale Stillkommission gehört, hat Stillempfehlungen für Schwangere sowie für junge Eltern in den Sprachen Englisch, Französisch, Russisch, Italienisch und Türkisch herausgegeben.

Die Belgischen Stillkommission hat eine zauberhafte Stillbroschüre ohne Worte, die durch Bilder selbsterklärend ist und daher für jede Sprache und auch für AnalphabetInnen infrage kommt. Für die Betreuung kann sie gleichzeitig eine hilfreiche Stütze für ein ausführliches Still-Gespräch neben Empathie, Wertschätzung und einem Lächeln sein (auf www.stillen.at zu finden!).

Denn Lächeln wird auf der Ganzen Welt verstanden.

Doris Christina Teufel

Stillvorbereitung unterstützt durch Hebammen

Stillvorbereitung beginnt mit Stillinformation. Daher mit der Frage, wo und wie Hebammen Stillinformation zur Schwangeren bringen können.

Beste Orte sind Schwangerenambulanzen und Wartezimmer der Frauenärzte. Während langer Wartezeit blättern Frauen alles Mögliche durch. Warum also nicht gezielt Informationsbroschüren übers Stillen auflegen und damit die Chance zu nützen, schwangere Frauen bereits in der Frühschwangerschaft zu erreichen. In großen Schwerpunktspitälern werden Frauen über Geburtsvorbereitungskurse, über die Betreuung durch Hebammen sowie über Neugeborenen Screenings informiert. Zu diesem umfassenden Informationsangebot sollten auch Stillbroschüren gehören.

In diesen Infoblättern sollte angeführt sein, ob es in dem Spital, in welchem die Frau entbinden wird, eine Stillambulanz, Stillberatung durch IBCLCs auf der Wochenbettstation oder im Kinderzimmer, gibt.

Weiters sollte informiert werden, welche Hebammen in der Nachsorge arbeiten und wo man Stillgruppen besuchen kann. Hebammen, die in der Nachsorge tätig sind, wissen um den Stellenwert des Stilles und bieten oft im Rahmen ihrer Geburtsvorbereitung Infoabende „rund ums Wochenbett“ an.

Da wäre es wichtig, einen Themenschwerpunkt „Wissen über Muttermilch und Stillen“ zu setzen. Die Informationen sollten sowohl das Bonding mit dem Neugeboren, das

Rooming-in, den Stillbeginn, die Muttermilch und deren Anpassungsfähigkeit, Stillpositionen und gesundheitliche Aspekt des Stillens (Stichwort: Immunabwehr) abdecken.

Ich bin seit 20 Jahren als Hebamme, die letzten 10 Jahre freiberuflich als Beleghebamme und in der Nachsorge tätig. Das Stillen mit all seinen Facetten bestimmt gut ein Drittel meiner Tätigkeit. Ich bin in der glücklichen Lage „meine“ schwangeren Frauen im Geburtsvorbereitungskurs auf das Stillen gut vorbereiten zu können. Eine fundierte Stillvorbereitung erleichtert die Arbeit, wenn es nach der Geburt mit dem Stillen ernst wird, ganz wesentlich. Oft werden Stillsituationen auch in den Vorsorgeterminen im

Hebammen haben wichtige Rolle als Begleiterinnen. *Foto: http://treslunasmidwifery.com*

Rahmen der Schwangerenvorsorge besprochen.

Väter einbeziehen

In meiner Praxis widme ich dem Stillen zwei ganze Geburtsvorbereitungsabende. Das Thema wird vorangekündigt. Dadurch können die Väter frei entscheiden, ob sie auch an diesen beiden Abenden der Stillvorbereitung teilnehmen wollen. Interessant ist, dass die große Mehrheit der Väter – offenbar die oft zitierten „neuen Väter“ – gerne teilnehmen. Die Herausforderung, Stillwissen gut strukturiert, klar verständlich mit stetem Bezug zu den Anforderungen der Praxis und (nicht zuletzt) unterhaltsam zu präsentieren, ist nicht zu unterschätzen. Allein die Anforderungen an Raum und Gruppengröße sind beachtlich. Der Vorbereitungsaufwand gegenüber der sonstigen Geburtsvorbereitung ist deutlich höher. Ebenso die Anforderungen an die vielfältigen „Hilfsmittel“. Von anatomischen Zeichnungen, die den Aufbau der Brust vor, während und in der Stillphase zeigen, über Stillkissen, Stillpolster, Lagerungskissen für Neugeborene, Demonstrationspuppen und Demo-Brüste, weiters Spuckwindeln, Fußschemel, Milchpumpe, Brustcremes, Coolpacks, Kirschkernkissen etc reicht die Bandbreite der Utensilien, die ich für jeden dieser Abend in meiner Praxis bereitstelle. Wer glaubt, dieses umfangreiche Equipment durch noch so anschauliche Erklärungen ersetzen zu können, irrt.

Falsches Ansaugen, Brustmassagen und beginnender Milchstau müssen selbstverständlich erklärt, aber umso mehr am künstlichen Demobusen „real“ veranschaulicht werden. Hinzu kommt noch, dass die erstmalige Handhabung dieser vielen Hilfsmittel in der entspannten Atmosphäre des Vorbereitungskurses viel besser angenommen werden kann, als in der ersten Stillsituation. Die haptische Erfahrung mit diesen „Helferleins“, der mehr oder weniger geschickte physische Erstkontakt mit diesen Utensilien, entspannt die Gruppe und macht ganz einfach Spaß. Dass Lachen eines der besten Unterrichtsmittel ist, gilt auch für die Stillvorbereitung.

Hebammenwissen darf nicht nur in der Betreuungskompetenz während der Geburt zum Einsatz kommen. Dieses Wissen ist in der Vorbereitung, vor allem aber post partum, sohin am Wochenbett, mehr denn je gefragt. Stillkompetenz ist zentraler Bestandteil dieses Hebammenwissens. Erwerben kann man es gezielt in Fortbildungen zum Thema Stillen. Und wem dieses Thema nicht liegt, die kann dann an eine IBCLC verweisen. Den Erfolg erlebt man unmittelbar in der Praxis. Altbekannte Begleitängste gegenüber dem Stillen – von wunden Brustwarzen bis zur Mastitis mit hohem Fieber – lassen sich mit guter systematischer Vorbereitung auf den Stillbeginn nicht nur lindern. Auch die reale Gefahr, dass diese Komplikationen schlagend werden, wird durch gezielte Prävention massiv reduziert.

Durch die in der Stillfortbildung (z. B. Angebote von EISL, des VSLÖ oder Zertifizierung als IBCLC) erworbene fachspezifische Kompetenz kann die Hebamme den ihr anvertrauten Frauen in der Praxis helfen, ihre Stillerfahrung positiv zu gestalten. Das Ziel sind zufriedene und gesunde Babys und damit glückliche Mütter.

Angelika L essiak

Aktuelles zur Soorstudie aus Innsbruck

Seit Ende 2012 läuft in Innsbruck die Studie „Optimierung des Nachweises von Candida-Spezies in Muttermilch“. Dabei wird versucht , Brustsoor mittels PCR nachzuweisen. Es wäre sehr hilfreich diese Studie zu unterstützen, da es bis jetzt noch keine sichere Methode gibt, Brustsoor oder Milchgangscandidose zu diagnostizieren und dementsprechend zu behandeln. Auf der Homepage des Europäischen Instituts für Stillen und Laktation (EISL), www.stillen-institut.com, wird der Ablauf noch einmal genau erklärt. Die dazu notwendigen Informationen und Fragebögen sind ebenfalls dort herunterzuladen. Am besten, man speichert sich die Seite auf dem PC und hat sie dann bei Bedarf immer gleich abrufbereit, um die Einverständniserklärung und den Prüfbogen auszudrucken.

Es schaut vorerst etwas umfangreich und kompliziert aus, es ist aber nicht sehr aufwendig, die Bögen auszufüllen und die Proben nach den erforderlichen Kriterien einzusenden. Jedes Krankenhaus, Arztpraxen, Hebammen, Stillberaterinnen aus Österreich, Deutschland, Schweiz und Südtirol können diese Probe einschicken. Die Unterschrift des Arztes, die auf dem Formular erforderlich ist, kann gegebenenfalls von Frau Dr. Streiter oder Frau Dr. Karall in Innsbruck nachgetragen werden. Bis jetzt hält sich der Ansturm von Proben noch in Grenzen, deshalb noch einmal bewusst der Aufruf und die Bitte, an der Studie teilzunehmen. Wir leisten damit einen Dienst für die Wissenschaft und vor allem für die Mütter, die betroffen sind.

Vroni Goreis / Foto A. Hemmelmayr

Stillförderung in Vorarlberg

Laut VSLÖ Liste gibt es in Vorarlberg 20 Stillberaterinnen. Einige machen die Ausbildung zur IBCLC in Bregenz, wo vom deutschen Ausbildungsanbieter Seminare angeboten werden. Leider gibt es keine Regionalgruppe, die sich regelmäßig trifft und mit dem VSLÖ in Kontakt steht. Es ist aber durchaus nicht so, dass sich im kleinsten, westlichen Bundesland nichts tut. Es gibt einige, sehr engagierte Kolleginnen, die sich sehr um die Stillförderung bemühen.

Drei freiberufliche IBCLC´s, die teilweise mit einem Arzt in der Ordination zusammen arbeiten, teilen sich praktisch das Land auf um Stillberatung in der Praxis anzubieten. Zusätzlich gibt es das Stilltelefon, die ehemalige Stillhotline, seit 2012 ein Verein mit eigener Homepage (www.stillen-vorarlberg.at), der vom Land und Sponsoren finanziert wird. Das Stilltelefon wird unter sieben Kolleginnen weiter gegeben und ist täglich von 8.00 – 20.00 Uhr erreichbar.

Die Vernetzung funktioniert gut, die Kolleginnen tauschen sich immer wieder untereinander aus und veranstalten Fortbildungen oder Fachabende für Krankenhauspersonal und Mütter. Es werden immer wieder Gespräche mit der Krankenkasse und politisch Verantwortlichen geführt, um mehr Unterstützung für die Stillförderung zu erhalten. Damit hat man auch erreicht, dass auch die höhere Miete der Medela Symphonie von der Gebietskrankenkasse übernommen wird. Ein großer Vorteil ist, dass auch der Milchpumpenverleih großteils über die Stillberatung abläuft. Hauptsächlich werden qualitativ hochwertige Pumpen verliehen.

Es gibt zwei Stillambulanzen, in Feldkirch und im BFHI in Bludenz. Auch Stillgruppen werden angeboten. Zurzeit ist ein Folder in Arbeit, der an die Mütter verteilt werden soll.

Trotzdem wünschen sich andere Kolleginnen vor allem in den Krankenhäusern noch viel mehr Unterstützung. Es gibt z. B. kein Basisseminar in Vorarlberg, wo sich Interessierte die Grundkenntnisse aneignen könnten. Manche arbeiten auf einer Neonatologie praktisch alleine in der Stillberatung. Man kann sich vorstellen, dass man hier bald an seine Grenzen stößt und man schon hin und wieder die Motivation verliert.

Im Großen und Ganzen zu sehen wird in Vorarlberg viel für die Stillförderung getan. Dank einiger engagierter Kolleginnen ist ein gutes Netz aufgebaut worden. Zu wünschen wäre, dass sich noch viele in dieses Netz einbinden lassen. Vielleicht bildet sich ja wieder eine Regionalgruppe und die Verbindung zum VSLÖ wird wieder intensiver.

Goreis Vroni

Stillförderung in Kärnten

Die Förderung und Stärkung von Kindergesundheit geht stets mit dem Attribut der Nachhaltigkeit einher, denn die Kinder von heute sind unser aller Ressourcen von morgen! Dieser Satz ist auf der Homepage des Projektes „Richtig essen von Anfang an – Kärnten“ zu finden.

Aufgrund der großen Bedeutung des Stillens für die weitere Entwicklung des Kindes und der optimalen Ausprägung des Immunsystems fördert das Projekt „Richtig essen von Anfang an - Kärnten“ die Erstzertifizierung zum „Baby-friendly Hospital“. Es gehören das Klinikum Klagenfurt, das Landeskrankenhaus Villach, das Landeskrankenhaus Wolfsberg, das Krankenhaus der barmherzigen Brüder St. Veit/Glan und das Krankenhaus Spittal/Drau dazu. (siehe dazu: www.richtigessenvonanfangan-kaernten.at)

Das Krankenhaus Spittal/Drau hat bereits das gesamte Team geschult, die Zertifizierung ist noch für heuer geplant. Im Krankenhaus Wolfsberg beginnen die Schulungen im April, wenn alles gut läuft, so wird auch dieses Haus bis Ende des Jahres zur Zertifizierung anstehen. In den Krankenhäusern Klagenfurt und Villach ist die Zertifizierung ein mittelfristiges Ziel, erste Schritte dazu wurden bereits gesetzt. Auch das Krankenhaus St. Veit hat sich bereits auf den Weg gemacht.

Aber nicht nur in den Krankenhäusern dieses Bundeslandes wird das Stillen gefördert. Durch die sehr gute Zusammenarbeit der Stillberaterinnen und der Landesregierung, vertreten durch Dr. Michaela Brammer, konnten mehrere Projekte auf den Weg gebracht werden.

Kostenlose Stillberatung

Zum einen das kostenlose Stillberatungsprojekt vom Land Kärnten: „Stillen – der beste Start ins Leben“: In allen Bezirkshauptmannschaften wird zweimal im Monat für zwei Stunden kostenlose Stillberatung angeboten, zudem gibt es eine telefonische Hotline für kostenlose Stillberatung rund um die Uhr von den Stillberaterinnen aus den Bezirken. Die Mütter werden durch Infofolder im Mutter-Kind-Pass, durch Folder, die bei den Ärzten, in Krankenhäusern, in Stillgruppen, an öffentlichen Stellen aufliegen, durch Poster und durch Infomappen informiert. Auch eine eigene WebSite ist dazu in Arbeit. Es gibt immer wieder Austauschtreffen mit Dr. Brammer um den Fortlauf dieser Aktionen zu sichern.

In Schulen halten Stillberaterinnen Vorträge über das Stillen, außerdem werden Infovorträge über die Stillberatung in Kärnten bei den Jugendfürsorgeärzten an der Landesregierung, in der Hebammenausbildung und in Spitälern angeboten. Es wurden auch Stillinfoabende in den Bezirken durchgeführt, außerdem arbeiten die Stillberaterinnen eng mit dem Projekt „Richtig essen von Anfang an“ zusammen, zwei sind auch Referentinnen bei den Vorträgen, die darüber angeboten werden.

In Kärnten ist die Zusammenarbeit zwischen den 20 IBCLCs und den 9 LLL-Beraterinnen vorbildlich. Es gibt immer wieder gemeinsame Fortbildungen und Austauschtreffen, es besteht ein gut funktionierendes Netzwerk. Neben Stillgruppen in Spittal/Drau, Villach, Klagenfurt, St. Veit/

Flashmob = scheinbar spontaner Menschenauflauf auf öffentlichen Plätzen, bei dem TeilnehmerInnen ungewöhnliche Dinge tun. Zunächst wird ein Aufruf über Internet oder Mobiltelefon verbreitet.
Der Flashmob startet dadurch, dass jemand zum vereinbarten Zeitpunkt mit der Aktion beginnt und andere Teilnehmer rasch einsteigen und alle identisch handeln. Hier ein Bild des Kärntner Still-Flashmob!

Glan wurden 2012 auch Gruppen in Feldkirchen und St. Jakob/Rosental eröffnet, in Völkermarkt ist ab Frühjahr 2013 eine neue Stillgruppe geplant. Außerdem betreuen die Kärntner Stillberaterinnen gemeinsam auch eine sehr gut besuchte Stillgruppe auf Facebook mit dem Namen „Stillecke“. Auch eine Trageberatung wurde von ein paar Stillberaterinnen ins Leben gerufen, sie alle sind speziell ausgebildete Trageberaterinnen. Sie bieten dies im Rahmen von Stillgruppen an, machen Hausbesuche oder Workshops.

Eine gute Idee wurde in der Weltstillwoche in Klagenfurt umgesetzt – ein Flashmob, bei dem Mütter aus Kärnten sich am Alten Platz in Klagenfurter getroffen und auf ein vereinbartes Zeichen hin gemeinsam gestillt haben, sogar mit Beteiligung von Stadträtin Mag. Andrea Wulz

Auch mit Stillinfoständen konnten die Kärntner Stillberaterinnen auf sich aufmerksam machen, z.B. bei den Gesundheitstagen der Stadtgemeinde Feldkirchen und zwei Mal beim Bürgermeisterempfang „Erdenbürger“ für junge Eltern in Klagenfurt. Ein weiterer Stand ist in St. Jakob im Rosental geplant.

2011 fand erstmals die erfolgreiche und gut besuchte LLL-Fachtagung Österreichs am Faaker See stattgefunden, organisiert von den Kärnt ner Stillberaterinnen.

Viele dieser unterschiedlichen Angebote gehen auf den unermüdlichen Einsatz der Regionalkoordinatorin Gabriele Koffler zurück. Allerdings braucht es dazu auch engagierte Kolleginnen, denn nur gemeinsam können so viele Ziele umgesetzt werden. Wir alle gratulieren den Kärntner Kolleginnen zu diesem erfolgreichen Weg! Bleibt auch weiterhin so aktiv und motiviert!

Isolde Seiringer

Extramurale Stillförderung

Nach der Betreuung im Spital ergeben sich oft viele Fragen zum Stillen, Unsicherheiten und Probleme; Eltern brauchen weiterhin Unterstützung. Neben Angeboten für zuhause (z.B. Hausbesuche durch eine IBCLC, Telefonberatungen), Mutterberatungen und Babytreffs, können Still- und Babygruppen effizient eingesetzt werden. Wichtig ist, dass die leitende Person zeitgemäßes Wissen um das Stillen vermittelt.

Ein gutes regionales Angebot bietet der Bezirk Rohrbach seinen Familien. Als sozialer Dienst, der gesetzlich als Kann-Leistung festgehalten wird, finanziert die Jugendwohlfahrt drei auf den Bezirk verteilte Baby- und Stillgruppen, die zweimal monatlich stattfinden. Alle Mütter werden nach der Geburt von dieser kostenlosen Leistung informiert, die Gruppen werden von einer IBCLC geleitet. Der Name „Baby- und Stillgruppe“ wurde absichtlich gewählt, damit die Hemmschwelle für die Mütter, die nicht stillen, sinkt.

In den Gruppen können die Mütter Kontakte knüpfen, Erfahrungen austauschen, sich gegenseitig bestärken und motivieren, und so in ihrem Tun Sicherheit gewinnen. Dieses Gefühl von Bestätigung wirkt sich entscheidend auf den Stillerfolg aus. Außerdem können Mutter-Kind-Paare in warmer, offener Atmosphäre und mit kompetenter Beratung durchs gesamte erste Jahr hindurch begleitet werden. An jedem Termin wird auch ein Still-, Baby- oder Gesundheitsthema besprochen.

Die drei Gruppen sind gut besucht und nach monatelangem regelmäßigen Kommen fällt den Müttern der Abschied aus der Gruppe oft schwer. Daraus hat sich eine Stillgruppe für Große entwickelt, die einmal im Monat stattfindet und ebenfalls von der Jugendwohlfahrt finanziert wird.

Ein anderes erfolgreiches Modell gibt es in Niederösterreich. Durch das Projekt ProMami werden freie Hebammen, die alle das Basisseminar besucht haben oder IBCLCs sind, gefördert, sie betreuen die Mütter nach dem Krankenhaus und begleiten sie dann mit einem vielseitigen Angebot durch das erste Jahr. Stillförderung ist einer der Schwerpunkte der Arbeit der ProMami Hebammen – sowohl an den 10 Standorten, als auch bei Hausbesuche. Still- und Babytreffs werden ganzjährig angeboten und sehr gut angenommen. ***Gudrun Füreder***

Interdisziplinäre Fortbildung Stillen in Innsbruck

Am Donnerstag den 23. Mai findet die Fachtagung des VSLÖ wieder im Haus der Begegnung in Innsbruck statt. Es ist neuerlich gelungen, ein interessantes Programm zusammenzustellen, das sowohl für Ärzte, Mitarbeiterinnen im Krankenhausbereich, als auch für alle, die Mütter und Kinder nach der Entlassung aus dem Krankenhaus betreuen, interessante Themen bietet:

(Ent)-Bindung – Bindung ist das Thema von Dr. Michael Scheele aus Hamburg. Der Bindungsaufbau zwischen Mutter und Kind nach der Schwangerschaft beginnt direkt nach der Geburt. Mutter und Kind sind von der Natur her bestens dafür ausgestattet, dass in diesen ersten Minuten und Stunden das Band geknüpft werden kann, wenn die Voraussetzungen dafür stimmen.

Dr. Gabi Kussmann, IBCLC aus Stuttgart, die vom letzten Jahr in bester Erinnerung ist, wird diesmal über den Einfluss des Stillens auf die Epigenetik referieren. Aus neuen Forschungsergebnissen weiß man, dass Gene lebenslang in Bewegung und beeinflussbar sind, besondere sensibel für Veränderungen sind sie während der Schwangerschaft, nach der Geburt und in den ersten Lebensjahren sowie in der Pubertät. Gesunde Ernährung, Stillen und Bindungserfahrungen sind dementsprechend prägend für das ganze Leben.

Dr. Michael Rohde, IBCLC und Chefarzt aus Bregenz spricht über den Einfluss der modernen Geburtsmedizin auf das Stillen. Ein erklärtes Ziel der modernen Geburtsmedizin ist der bestmögliche Schutz von Mutter und Kind. Der Start ins Leben sollte für das Kind sicher und „sanft" sein und für die Mutter schmerzfrei. Ein hohes Maß an Sicherheit und Schmerzfreiheit bei der Geburt ist nicht immer gleichbedeutend mit einem gelingenden Stillstart. Manchmal sind die Schmerzen nur ins Wochenbett verlagert und es erfordert besonderen Einsatz der Hebammen und Pflegenden, damit das Stillen gut gelingt.

Besonders interessant für Kinderärzte wird das Thema von Gudrun von der Ohe, Ärztin und IBCLC aus Hamburg sein. Was ist nötig für einen guten Start von Babys diabetischer Mütter? Schwangere sollten auf einen Schwangerschaftsdiabetes gescreent und entsprechend gut eingestellt werden. Dann sind weitere Startschwierigkeiten in den ersten Tagen geringer. Durch frühes und häufiges Stillen oder gewinnen und verabreichen von Kolostrum können niedrige kindliche Blutzuckerspiegel vermieden werden, Kolostrum ist zur Stabilisierung des Blutzuckers am besten geeignet.

Eine weitere spannende Frage der ersten Tage beantwortet Univ. Prof. Dr. Daniela Karall, IBCLC aus Innsbruck. Nämlich ob ein zu kurzes Zungenbändchen tatsächlich ein Problem ist. Ein zu kurzes Zungenbändchen des Babys kann der Mutter beim Stillen große Schmerzen bereiten und zu beeinträchtigtem Gedeihen des Babys führen, da die Brust nicht korrekt erfasst und entleert werden kann. Diese Zusammenhänge werden oft nicht erkannt. Daraus ergibt sich, dass ein zu kurzes Zungenbändchen nicht als medizinisches Problem gilt und daher Mütter nicht die notwendige Hilfe finden.

Die Direktorin des Europäischen Institutes für Stillen und Laktation Gabriele Nindl, IBCLC, spannt den Bogen vom Säugling zum Kleinkind. Denn Stillen ist nicht nur ein Thema der ersten Tage. Das Stillverhalten verändert sich parallel zur Entwicklung des Kindes. Es gibt auch später intensive Zeiten, in denen das Baby besonders viel Zuwendung und damit verbunden häufiges Stillen von der Mutter braucht. Für Eltern tun sich in dieser Zeit immer wieder neue Fragen auf, die eine einfühlsame und kompetente Beratung und Begleitung erfordern.

Weitere Informationen zu der Tagung in Innsbruck finden Sie unter www.stillen.at

In Innsbruck wird es auch Raum für Erfahrungsaustausch geben. Foto: Hemmelmayr

Call for Posters

Am 26. und 27. April findet in Fulda der Kongress „Hand in Hand" statt (alle Infos: www.kongress-stillen.de) Sie sind eingeladen, bei diesem Kongress Ihr Wissen und Ihre Erfahrungen im Rahmen eines Posters vorzustellen. Sie erhalten € 50.- auf die Kongressgebühr rückvergütet. Die AutorInnen haben die Möglichkeit, ihr Poster im Rahmen eines Posterwalks den BesucherInnen vorzustellen. Die besten drei Poster werden mit Geldpreisen prämiert.

Die Einreichfrist wurde bis 20. März verlängert! Bitte reichen Sie Ihr Poster-Abstract ein: isolde.seiringer@stillen-institut.com

VSLÖ – ein stillfreundlicher Verband

„Die Förderung des Stillens ist eine der wirkungsvollsten Möglichkeiten, die Gesundheit unserer Kinder zu verbessern. Stillen wirkt sich auch positiv auf die Mütter, die Familien, die Gemeinde sowie das Gesundheits- und Sozialsystem, die Umwelt und die Gesellschaft im Allgemeinen aus.“ wird im europäischen Aktionsplan „Schutz, Förderung und Unterstützung des Stillens in Europa“, der 2004 auf der EU-Konferenz in Dublin vorgestellt wurde, betont!

Vor 20 Jahren war Stillförderung abhängig von engagierten Einzelpersonen in Gesundheitseinrichtungen. Aber hat sich trotz dieser Forderung auf EU Ebene bis heute viel geändert?

Es gibt bis heute keine dauerhafte Unterstützung von Seiten der Politik. WHO und UNICEF haben mit ihrer weltweiten Initiative „Baby-friendly-hospital“ (10 Schritte zum erfolgreichen Stillen) in Österreich zwar Einzug gehalten, es fehlt aber immer noch eine breit gestreute Teilnahme im gesamten Bereich der Entbindungsstationen, obwohl die umfassende Betreuungssituation im Wochenbettbereich in Baby-friendly-Hospitals nachweislich zu deutlicher Qualitätssteigerung und mehr Motivation und Freude bei den MitarbeiterInnen führt.

Chance Blueprint wenig genutzt

In vielen europäischen Ländern gibt es zahlreiche Initiativen zur Stillförderung auf lokaler, regionaler, nationaler und internationaler Ebene. Doch die Chancen, dass diese Initiativen gute und dauerhafte Erfolge erzielen, sind wesentlich höher, wenn sie solide geplant sind und nachweislich effektive Maßnahmen in koordinierte Programme eingebunden werden.

Die EU hätte dafür 2004 einen deutlichen Schritt gesetzt. In der Praxis scheint es aber für viele Länder bis heute schwierig, die entsprechenden gesundheitspolitischen Schritte zu setzen.

Wenn es eine nachweislich so entscheidende Rolle spielt, wie Stillen gefördert wird, wieso kann es dann noch immer von Einzelpersonen abhängig sein, welche Unterstützung zum Beispiel MitarbeiterInnen bekommen, um sich für gute Stillunterstützung einzusetzen?

Lobby für das Stillen

Vor 18 Jahren wurde der VSLÖ – Verband der Still- und LaktationsberaterInnen Österreich – gegründet, mit dem Ziel, das Stillen in Österreich zu fördern und regelmäßige Fortbildungen für Gesundheitspersonal anzubieten.

Der Verband ist die Institution in Österreich, die Stillen und dafür nötige Rahmenbedingungen immer wieder thematisiert und fördert. Seine Mitglieder sind die Fachpersonen (Ärzte, Hebammen, Krankenschwestern und andere Berufsgruppen mit der Zusatzqualifikation IBCLC), die zu allen Themenbereichen rund um das Stillen aber auch in schwierigen Stillsituationen, bei kranken oder frühgeborenen Kindern herangezogen werden.

IBCLC als Qualitätsmerkmal!

Unsere Erkenntnisse und unser Wissen basieren auf zahlreichen wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Niemand sonst in Österreich setzt sich so auf gesundheitspolitischer Ebene für das Stillen ein! Eine gelungene Stillbeziehung darf kein Zufall sein, Frauen, die nicht stillen wollen oder können, brauchen ebenso eine gute Begleitung! Dafür gibt es keine finanziellen Fördermittel! In Zeiten, wo die Kosten im Gesundheitswesen explodieren und die präventive Bedeutung des Stillens 6 Monate voll und dann neben entsprechender Beikost weiter unwiderlegbar ist, sollte man eigentlich umfassende Unterstützung erwarten. Stattdessen werden wertvolle Einrichtungen wie die österreichische Stillkommission gestrichen, die Stillempfehlung auf der WebSite des Bundesministeriums für Gesundheit ist wieder verschwunden.

Als Verband setzen wir uns immer wieder dafür ein, den Kontakt mit den entsprechenden Stellen zu suchen. Wir bleiben Ansprechpartner für Politik und Krankenkassen und werden als Fachpersonen für Fragen herangezogen. Was weiterhin fehlt, ist das Geld. Und so wird unsere Arbeit wohl noch eine Weile ehrenamtlich bleiben.

Unser kontinuierlicher Einsatz für die Stillförderung wird weiter gehen. Durch den Einsatz vieler Einzelpersonen, die sich in einem Verband zusammenfinden, können wir mehr erreichen und die Hoffnung bleibt, dass Stillen eines Tages auch selbstverständlich durch die öffentliche Hand finanziell unterstützt wird!

Tragen Sie bei!

Ohne das ehrenamtliche Engagement einiger IBCLCs wäre die Arbeit des VSLÖ undenkbar. Der Vorstand, das Redaktionsteam der **VSLÖ*news*** sowie Teams, die Weiterbildungen vorbereiten und umsetzen sind immer auf der Suche nach tatkräftiger Unterstützung. Wer zur Stillförderung in Österreich auf diese Weise aktiv beitragen will, kann sich gerne via Mail an info@stillen.at melden!

Finanziert wird die Arbeit des VSLÖ wesentlich über Mitgliedsbeiträge. Auch durch Ihre Mitgliedschaft (80 Euro im Jahr, es gibt auch die Option als Förderer mehr beizutragen) leisten Sie wichtige Impulse für die Stillförderung in Österreich!

Eva Bogensperger

Bezahlte Anzeige

Krankenhausschulungen

Ein effektiver Weg der Stillförderung.„Alle MitarbeiterInnen so schulen, dass sie über die für die Umsetzung der Stillrichtlinien notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten verfügen". So lautet der zweite Schritt der 10 Schritte zum erfolgreichen Stillen.

Wenn ein Krankenhaus den Weg zum Baby-friedly Hospital anstrebt, dann ist die Schulung des gesamten Teams, das mit Müttern und Kindern arbeitet, eine grundlegende Voraussetzung. Ärztinnen und Ärzte, Hebammen, Krankenschwestern und Kinderkrankenschwestern, Diätologinnen, evtl. PhysiotherapeutInnen und PsychologInnen nehmen daran teil und sogar die Reinigungskräfte werden in den wichtigsten Punkten eingeschult. (Sie sind für manche nicht deutschsprachige Mutter auch oft Ansprechpersonen).

Diese Form der Schulung ist die effektivste, um eine Einheitlichkeit der Aussagen in einem Spital zu initiieren. Alle haben dieselben Informationen, haben die Hintergründe kennengelernt, verstehen die Zusammenhänge. Erfahrungsgemäß gelingt es nach einer solchen Schulung auch ganz schnell, notwendige Veränderungen durchzuführen. So wurde im Krankenhaus Spittal, an der auch der Herr Primar teilgenommen hat, eine Woche nach dieser Schulung bereits das Bonding nach Sectio umgesetzt.

Aber auch wenn BFHI noch kein Thema für ein Krankenhaus ist, bringen Schulungen des gesamten Teams den größten Erfolg. Wenn aus einem Haus nur einzelne an einem Basis- oder einem Grundlagenseminar teilnehmen, dann kommen sie meistens hoch motiviert wieder zu ihrem Team zurück. Dieses dann zu informieren und mit der Motivation anzustecken ist sicherlich nicht ganz einfach und bedarf viel Einfühlungsvermögen, Energie und Geduld. „Steter Tropfen höhlt den Stein" ist oft das Motto dieser „Einzelkämpferinnen". Natürlich braucht es dadurch meistens länger, die aktuelle und notwendige Arbeitsweise umzusetzen. Denn gewohnte Strukturen aufzubrechen und Neuerungen einzuführen ist nicht ganz einfach.

Es gibt verschiedene Schulungsformen. Die umfassendste ist natürlich das Basisseminar mit sechs Tagen, in dem über die gesamte Stillzeit bis zum Abstillen gesprochen wird. Das Grundlagenseminar – vier Tage - befasst sich vor allem mit den ersten Tagen im Krankenhaus. Die 18-Stunden-Schulung - drei Tage - umfasst alle Belange des Baby-friendly Hospitals. Es können aber auch Zwei- und Eintages Schulungen beim Europäischen Institut gebucht werden, oder auch reine Kommunikationsseminare. Informationen dazu finden Sie auf www.stillen-institut.com

Isolde Seiringer

Handgestrickte Brust von Shanti Hicks, Cumberland, Maryland, USA

Termine

3. 5.: VSLÖ-Workshop: Ethik in die Praxis umsetzen in Herzogsdorf
23. 5., VSLÖ-Fachtagung interdisziplinäre Fortbildung Stillen Innsbruck.

Angebote des Europäischen Institutes für Stillen und Laktation:
8. 3. & 9.3.: NIDCAP Symposium Salzburg, veranstaltet von SALK – Salzburger Landeskliniken in Zusammenarbeit mit EISL

Basisseminare:
Wien AKH 12./13.4., 19./20.4., 3./4.5.
Wels: 25./26.9., 23./24.10.,3./4.12.

Grundlagenseminar:
Wien Don Bosco Haus 14. – 17.5.

Ärzteseminar
Wien AKH 13.5.

Krankenhausschulungen:
Nach Bedarf: Ein- / Mehrtägig, BFHI Schulung, Ärzteschulung...

Anmeldung und Information:
Anne Marie Kern, Tel: 02236-72336
annemarie.kern@stillen-institut.com

„Hand in Hand" - Kongress Stillen und Laktation, **26. & 27. April 2013** in Fulda; www.kongress-stillen.de

Impressum
M, H, V: Verband der Still- und LaktationsberaterInnen Österreich VSLÖ, Lindenstr. 20, 2362 Biedermannsdorf. ZVR-Zahl: 962644841.
F.d. Inhalt verantwortlich: Eva Bogensperger (eb). Redaktion: eb, Christian F. Freisleben, Gudrun Füreder, Andrea Hemmelmayr, Vroni Goreis, Angelika Lessiak, Isolde Seiringer, Doris Teufel. Schlussredaktion & Layout: *cft*;
E-mail: christian@cfreisleben.net;
Web: www.cfreisleben.net,
Produktion: www.eindruck.at.

Kopieren und weitergeben der VSLÖ*news* ist möglich & erwünscht!

Infos via Mail

Der VSLÖ bietet ca. sechs Mal im Jahr das StillMail (Anmeldung via www.stillen.at).

Mitglied beim VSLÖ

Unterstützen Sie unsere Tätigkeit durch Ihre Mitgliedschaft!
Jahresbeitrag: 80 €. Sie erhalten dafür auch die vierteljährlich erscheinende europäische Fachzeitschrift "Laktation & Stillen" sowie Ermäßigungen bei Veranstaltungen des VSLÖ und von ELACTA (VELB).